

Меню на 22.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	66,70
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	19,27
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,06
Итого			608,17	21,41	25,99	75	-	108,64
1-4_2смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	267	48,89
-	Плов из мяса с томатом куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	200	77,14
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,23
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,19
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			897,27	28,68	32,58	142,14	-	162,95
1-4_обед								
-	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	41,77
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	81,03
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,23
Итого			697,14	23,06	25,94	93,86	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	66,70
-	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	19,27
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,06
Итого (завтрак)			608,17	21,41	25,99	75	-	108,64
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	267	48,89
-	Плов из мяса с томатом куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	200	77,14
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб ржаной	Обед	87,03	2,97	0,54	15,03	45	3,23
-	Батон с отрубями	Обед	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,19
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого (обед)			897,27	28,68	32,58	142,14	-	162,95
Итого			1 505,44	50,09	58,57	217,14	-	271,59
5-11_ОВЗ								
-	Котлета из мяса птицы с маслом	Завтрак	190	12	13,13	9,2	105	83,93
-	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	23,03	0,3	1,82	1,44	15	5,79
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Батон с отрубями	Завтрак	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
Итого (завтрак)			615,75	22,33	23,15	81,52	-	116,37
-	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	5,79
-	Суп из овощей со сметаной с гренками (мясо) 250/30	Обед	292,5	17,8	16,1	23,05	290	63,66
-	Плов с мясом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	275	111,83
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	5,01	15	1,17
-	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,72
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого (обед)			1 035,61	44,65	44,49	140,81	-	205,03
Итого			1 651,36	66,98	67,64	222,33	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 ОК-1_лг								
-	Плов с мясом с куркумой	Завтрак 2	485,71	20,35	22,69	51,15	275	111,83
-	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,72
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			718,61	27,24	26,78	114,87	-	128,56
5-11 ОК-1_рс								
-	Плов с мясом с куркумой	Завтрак 2	485,71	20,35	22,69	51,15	275	111,83
-	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлеб ржаной	Завтрак 2	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,72
-	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	61,25	1,9	0,15	13,07	30	2,80
-	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			718,61	27,24	26,78	114,87	-	128,56
5-11 ОК-2_лг								
-	Суп из овощей с мясом сметаной 250/25/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	55,68
-	Плов с мясом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	275	111,83
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,26
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,21
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			923,58	31,97	35,63	142,61	-	192,84
5-11 ОК-2_рс								
-	Суп из овощей с мясом сметаной 250/25/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	55,68
-	Плов с мясом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	275	111,83
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	71,46	2,22	0,18	15,25	35	3,26
-	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	10,02	30	2,21
-	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			923,58	31,97	35,63	142,61	-	192,84
5-11 ЧНС								
-	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,59
-	Суп из овощей с зел.гор. со сметаной 250/5	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	255	18,41
-	Пирог песочный с крошкой	Обед	-	-	-	-	90	46,95
-	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
Итого			277,94	5,7	8,85	44,14	-	70,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_глютена_1-4_1смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
-	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	66,70
-	Картофель отварной с м.р.	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
-	Хлебец	Завтрак	26,25	0,8	0,35	4,7	4	2,81
Итого			490,44	16,58	23,89	59,68	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	267	48,89
-	Плов из мяса с томатом куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	200	77,14
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлебец	Обед	32,82	1	0,44	5,88	5	3,47
-	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			678,2	21,24	26,17	97,22	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
-	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
-	Котлета из мяса птицы с маслом	Завтрак	190	12	13,13	9,2	105	83,93
-	Макароны отварные 180 м.р. н-	Завтрак	-	-	-	-	150	5,16
-	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
-	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,21
Итого			366,75	15,13	16,41	43,22	-	108,64
без_лактозы_1-4_2смена								
-	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	275	41,82
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	81,20
-	Компот из кураги и изюма	Обед	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
-	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	81,67	2,53	0,2	17,43	40	3,73
-	Хлеб ржаной	Обед	67,69	2,31	0,42	11,69	35	2,75
-	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			794,74	25,08	26,35	120,46	-	162,95
Завтрак								
-	Пирог песочный с крошкой	Завтрак	-	-	-	-	90	46,95
-	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
Итого			53,96	0,18	0,02	13,96	-	50,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Полдник								
-	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
-	Булочка "Ореховая"	Полдник	-	-	-	-	100	18,02
-	Нектарины	Полдник	42,5	0,91	0,91	22,3	182	47,71
Итого			128,98	1,91	1,11	42,9	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	19.10.2025 17:01:13	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	19.10.2025 18:03:26	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 22.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Закуски								
-	Салат "Крабик" с капустой	Нет	-	-	-	-	100	42,03
-	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
-	Салат "Столичный"	Нет	-	-	-	-	100	53,90
Супы								
-	Суп из овощей с мясом сметаной 250/25/10	Нет	170,2	4,2	8,9	20,1	285	55,68
Гарниры								
-	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
-	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	18,39
-	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
-	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
Блюда из рыбы								
-	Рыба "Провансаль"	Нет	-	-	-	-	100	100,48
Блюда из мяса								
-	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	81,20
-	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	68,23
-	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	67,77
Блюда из птицы								
-	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	-	-	-	-	100	93,13
-	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	112,37
-	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	66,70
Напитки								
-	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,72
-	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
-	Компот из кураги и изюма	Нет	88,19	0,72	-	21,09	200	11,70
Мучные изделия								
-	Слойка с клубникой	Нет	157,5	4,68	5,22	17,47	70	38,40
-	Пирожок слоеный с повидлом	Нет	-	-	-	-	100	29,24
-	Пирожок с яблоком сл.	Нет	50	2,5	3,5	25	100	29,65
-	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100	26,54
-	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
-	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	19,67
-	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	20,20
-	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13
-	Пицца с мясом	Нет	-	-	-	-	100	54,97
-	Слойка с персиком	Нет	-	-	-	-	70	39,60

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	19.10.2025 17:01:13	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	19.10.2025 18:03:26	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211