

Меню на 23.10.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
120.22	Омлет натуральныйс маслом сл 200/5	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	205	67,09
355	Йогурт 2,5%	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
85.29	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,17
Итого			464,43	25,3	29,22	65,95	-	108,64
1-4_2смена								
78.14	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	32,08
104	Фрикадельки из филе кур	Обед	192	14,5	10,8	9,1	100	70,36
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	245,82	8,55	7,95	34,99	150	24,74
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	17,31
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	25	1,73
4	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого			740,08	30,33	27,79	102,24	-	162,95
1-4_обед								
78.14	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	32,08
104	Фрикадельки из филе кур	Обед	192	14,5	10,8	9,1	100	71,06
8.02	Макаронные изделия отварные	Обед	153,33	4,17	6,67	31,67	150	16,59
83.38	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	7,8	15	1,19
Итого			656,28	26,36	26,07	97,69	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>1-4_ОВЗ</b>								
120.22	Омлет натуральныйс маслом сл 200/5	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	205	67,09
355	Йогурт 2,5%	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
85.29	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,17
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>464,43</b>	<b>25,3</b>	<b>29,22</b>	<b>65,95</b>	-	<b>108,64</b>
78.14	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	32,08
104	Фрикадельки из филе кур	Обед	192	14,5	10,8	9,1	100	70,36
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	245,82	8,55	7,95	34,99	150	24,74
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	17,31
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	25	1,73
4	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
<b>Итого (обед)</b>			<b>740,08</b>	<b>30,33</b>	<b>27,79</b>	<b>102,24</b>	-	<b>162,95</b>
<b>Итого</b>			<b>1 204,51</b>	<b>55,63</b>	<b>57,01</b>	<b>168,19</b>	-	<b>271,59</b>
<b>5-11_ОВЗ</b>								
120.22	Омлет натуральныйс маслом сл 200/10	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	210	76,40
355	Йогурт 2,5%	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
83.38	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>504,2</b>	<b>26,4</b>	<b>29,48</b>	<b>74,28</b>	-	<b>123,16</b>
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
78.14	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	32,08
104	Фрикадельки из филе кур с маслом	Обед	192	14,5	10,8	9,1	105	80,38
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	327,76	11,4	10,6	46,66	200	33,00
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	17,31
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	15,6	30	2,21
94.65	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,31
4	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
<b>Итого (обед)</b>			<b>971,1</b>	<b>36,88</b>	<b>34,38</b>	<b>139,12</b>	-	<b>198,24</b>
<b>Итого</b>			<b>1 475,3</b>	<b>63,28</b>	<b>63,86</b>	<b>213,4</b>	-	<b>321,40</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>5-11_ОК-1_лг</b>								
104	Фрикадельки из филе кур	Завтрак 2	192	14,5	10,8	9,1	100	71,06
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Завтрак 2	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
85.29	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	116	4	-	26	50	3,85
4	Яблоко	Завтрак 2	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
<b>Итого</b>			<b>680,29</b>	<b>29,44</b>	<b>20,86</b>	<b>103,3</b>	-	<b>128,56</b>

<b>5-11_ОК-1_рс</b>								
104	Фрикадельки из филе кур	Завтрак 2	192	14,5	10,8	9,1	100	71,06
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Завтрак 2	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
85.29	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	116	4	-	26	50	3,85
4	Яблоко	Завтрак 2	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
<b>Итого</b>			<b>680,29</b>	<b>29,44</b>	<b>20,86</b>	<b>103,3</b>	-	<b>128,56</b>

<b>5-11_ОК-2_лг</b>								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
78.14	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	32,08
104	Фрикадельки из филе кур с маслом	Обед	192	14,5	10,8	9,1	105	80,38
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	17,31
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	25	1,97
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,80
4	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
<b>Итого</b>			<b>891,61</b>	<b>34,54</b>	<b>31,9</b>	<b>127,61</b>	-	<b>192,84</b>

<b>5-11_ОК-2_рс</b>								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
78.14	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	32,08
104	Фрикадельки из филе кур с маслом	Обед	192	14,5	10,8	9,1	105	80,38
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	17,31
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	25	1,97
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,80
4	Яблоко	Обед	23,35	0,5	0,5	12,25	125	20,91
<b>Итого</b>			<b>891,61</b>	<b>34,54</b>	<b>31,9</b>	<b>127,61</b>	-	<b>192,84</b>

№ рец.	Блюда	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_СНС								
78.13	Суп-пюре из овощей с гренками	Обед	115,75	3,26	7,05	15,15	220	22,10
83.38	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	25	1,76
109.06	Пирог к чаю	Обед	-	-	-	-	70	39,44
Итого			233,75	5,56	7,07	43,35	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
355	Йогурт 2,5%	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
120.22	Омлет натуральный м.р.	Завтрак	211,23	14,59	15,9	16,74	150	44,27
85.29	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
45.28	Хлебец	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	5	3,24
4	Яблоко	Завтрак	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			395,29	20,29	24,88	67,32	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
78.14	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	32,08
113.12	Филе птицы отварное соус томатный	Обед	144,53	8,51	9,9	7,43	100	45,60
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	17,88
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	17,31
45.28	Хлебец	Обед	26,25	0,8	0,35	4,7	4	2,76
4	Нектарины	Обед	42,03	0,9	0,9	22,05	180	47,32
Итого			620,22	19,4	27,59	100,28	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
104	Фрикадельки из филе кур	Завтрак	192	14,5	10,8	9,1	100	70,36
12.57	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак	181,83	4,31	7,8	30,75	150	9,55
83.38	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,63
4	Яблоко	Завтрак	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			543,94	22,2	19,32	84,59	-	108,64
без_лактозы_1-4_2смена								
78.14	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	32,08
104	Фрикадельки из филе кур	Обед	192	14,5	10,8	9,1	100	71,06
8.02	Макаронные изделия отварные	Обед	153,33	4,17	6,67	31,67	150	16,59
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	17,31
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	134	4	-	28	60	5,56
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	25	1,95
4	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			783,46	29,99	26,55	127,9	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>Завтрак</b>								
109.06	Пирог к чаю	Завтрак	-	-	-	-	70	39,44
53.3	Компот из ягод "Ассорти"	Завтрак	46	-	-	12	200	10,56
<b>Итого</b>			<b>46</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>50,00</b>

<b>Полдник</b>								
1.15	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
106	Пирожок печеный с мясом луком	Полдник	-	-	-	-	100	47,82
4	Яблоко	Полдник	19,99	0,43	0,43	10,49	107	17,91
<b>Итого</b>			<b>106,47</b>	<b>1,43</b>	<b>0,63</b>	<b>31,09</b>	<b>-</b>	<b>89,63</b>

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	01.11.2025 10:54:19	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	01.11.2025 10:55:22	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 23.10.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
закуска								
122.4	Салат Столичный	Нет	-	-	-	-	100	53,90
67.22	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
112.02	Салат Крабик с капустой	Нет	-	-	-	-	100	42,03
гарнир								
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Нет	218,2	5,17	9,36	36,9	180	21,45
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
46.62	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	18,39
42.18	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Нет	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
Блюда из рыбы								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	100,48
Блюда из мяса								
35.44	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	81,20
416.99	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	67,77
Блюда из птицы								
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	66,70
104	Фрикадельки из филе кур	Нет	192	14,5	10,8	9,1	100	71,06
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	112,37
напиток								
1.15	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
85.13	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,72
Мучные изделия								
88.39	Пицца с мясом	Нет	-	-	-	-	100	54,97
106.18	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	126	8	8,6	4,07	100	53,50
45.3	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	20,20
91.24	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Нет	200	3,63	5,25	30,25	100	19,67
119.09	Пирожок слоеный с яблоком	Нет	-	-	-	-	100	31,13
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	110	28,25

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
119.58	Пирожок слоеный с повидлом	Нет	-	-	-	-	100	29,23
109.55	Слойка с персиком	Нет	-	-	-	-	70	39,60
109.58	Слойка с клубникой	Нет	174	4	6	25	70	38,40

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	01.11.2025 10:54:19	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	01.11.2025 10:55:22	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211