

Меню на 11.11.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
321.05	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	5	-	-	1	30	11,54
35.44	Гуляш 50/50	Завтрак	221	15	16	12	100	68,23
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	173	7	3	34	150	21,07
85.28	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.96	Батон с отрубями	Завтрак	54	2	1	11	30	2,80
94.13	Хлеб ржаной	Завтрак	-	-	-	-	25	1,95
Итого			506,96	24,18	20,02	71,96	-	108,64
1-4_2смена								
321.07	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	9	-	-	1	25	9,64
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Обед	131	2	5	17	280	48,74
19.03	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	200	91,25
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	106	-	-	27	200	9,11
94.13	Хлеб ржаной	Обед	-	-	-	-	25	1,88
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78	2	-	16	25	2,33
Итого			434,4	6,5	8,98	75,61	-	162,95
1-4_обед								
32.36	Борщ с мясом сметаной 250/5/10	Обед	142,8	2,63	11,62	16,54	265	28,33
19.03	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	200	91,26
83.38	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,64
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	25	1,95
Итого			438,2	9,43	15,62	73,35	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
321.05	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	5	-	-	1	30	11,54
35.44	Гуляш 50/50	Завтрак	221	15	16	12	100	68,23
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	173	7	3	34	150	21,07
85.28	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.96	Батон с отрубями	Завтрак	54	2	1	11	30	2,80
94.13	Хлеб ржаной	Завтрак	-	-	-	-	25	1,95
Итого (завтрак)			506,96	24,18	20,02	71,96	-	108,64
321.07	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	9	-	-	1	25	9,64
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Обед	131	2	5	17	280	48,74
19.03	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	200	91,25
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	106	-	-	27	200	9,11
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	25	1,88
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78	2	-	16	25	2,33
Итого (обед)			492,4	8,5	8,98	88,61	-	162,95
Итого			999,36	32,68	29	160,57	-	271,59
5-11_ОВЗ								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
35.44	Гуляш 50/50	Завтрак	221	15	16	12	100	68,23
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,30
85.28	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.96	Батон с отрубями	Завтрак	54	2	1	11	30	2,80
Итого (завтрак)			678,77	25,91	29,63	93,66	-	107,08
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	5,79
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	63,32
19.03	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	106	-	-	27	200	9,11
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	25	1,95
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	109,2	2,8	-	22,4	35	3,15
4	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
Итого (обед)			692,2	22,13	19,98	103,63	-	214,32
Итого			1 370,97	48,04	49,61	197,29	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 ОК-1_лг								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак 2	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
19.03	Рагу из мяса с овощами	Завтрак 2	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
83.38	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	78,17	2,33	-	16,33	35	3,24
Итого			279,27	5,53	6,42	48,06	-	128,56
5-11 ОК-1_рс								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак 2	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
19.03	Рагу из мяса с овощами	Завтрак 2	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
83.38	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	78,17	2,33	-	16,33	35	3,24
Итого			279,27	5,53	6,42	48,06	-	128,56
5-11 ОК-2_лг								
321.07	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	9	-	-	1	25	9,46
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	285	56,26
19.03	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	106	-	-	27	200	9,11
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	104,4	3,6	-	23,4	45	3,36
Итого			682,28	22,82	17,68	98,1	-	192,84
5-11 ОК-2_рс								
321.07	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	9	-	-	1	25	9,46
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/25/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	285	56,26
19.03	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	106	-	-	27	200	9,11
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	104,4	3,6	-	23,4	45	3,36
Итого			682,28	22,82	17,68	98,1	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_СНС								
32.4	Борщ с капустой и картофелем 200	Обед	174,8	4,53	9,21	24,9	200	12,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	116	4	-	26	50	3,65
83.38	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
109.06	Пирог к чаю	Обед	-	-	-	-	100	46,95
Итого			350,8	8,83	9,23	66,1	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	61,4	0,81	4,85	3,83	40	15,41
35.44	Гуляш 50/50	Завтрак	221	15	16	12	100	68,23
46.62	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	15,34
83.38	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
45.28	Хлебец	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	6	2,96
Итого			647,7	24,25	29,88	83,73	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/15/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	275	41,69
19.03	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	106	-	-	27	200	9,11
45.28	Хлебец	Обед	13,13	0,4	0,17	2,35	2	1,23
Итого			492,68	16,95	17,85	57,38	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	61,4	0,81	4,85	3,83	40	20,55
35.44	Гуляш 50/50	Завтрак	221	15	16	12	100	68,23
46.62	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	265,92	6,94	8,49	45,65	150	15,34
85.28	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	46,4	1,6	-	10,4	20	1,47
Итого			648,68	24,53	29,36	85,84	-	108,64
без_лактозы_1-4_2смена								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	15,35	0,2	1,21	0,96	10	3,85
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/10/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	270	34,66
19.03	Рагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,74
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	106	-	-	27	200	9,11
94.87	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,59
Итого			606,85	20,06	19,22	79,44	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак								
109.06	Пирог к чаю	Завтрак	-	-	-	-	100	46,95
85.29	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

Полдник								
1.15	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
91.24	Пирожок печ. с капустой и яйцом	Полдник	200	3,63	5,25	30,25	100	19,67
4.69	Яблоко свежее	Полдник	65,72	0,54	0,54	92,64	135	22,40
4	Нектарины	Полдник	21,02	0,45	0,45	11,03	90	23,66
Итого			373,22	5,62	6,44	154,52	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	03.11.2025 13:13:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	04.11.2025 18:48:13	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

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	53,74
67.22	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
112.02	Салат Крабик с капустой	Нет	-	-	-	-	100	42,12
60.11	Винегрет овощной с сельдью	Нет	-	-	-	-	130	48,56
гарнир								
7.79	Пюре картофельное	Нет	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,30
42.18	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
Блюда из рыбы								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	127,27
Блюда из мяса								
129.06	Голубцы с мясом рисом соусом	Нет	-	-	-	-	250	109,19
413.14	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	96,55
Блюда из птицы								
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	70,44
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	123,35
напиток								
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Нет	106	-	-	27	200	9,11
1.15	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
Мучные изделия								
106.18	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	75	21,70
119.09	Пирожок слоеный с яблоком	Нет	-	-	-	-	75	23,34
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
34.94	Манник	Нет	316,94	6,52	7,7	56,67	100	26,54
45.23	Булочка с корицей	Нет	148,91	2,59	4,32	24,93	100	28,26
34.33	Булочка "Ореховая"	Нет	-	-	-	-	100	18,06
1 блюдо								
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Нет	131	2	5	17	280	48,74
2 блюдо								

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
35.44	Гуляш 50/50	Нет	221	15	16	12	100	68,23

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	03.11.2025 13:13:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	04.11.2025 18:48:13	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211