

Меню на 20.11.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
125.07	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/20	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	100	67,12
49.05	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	35,70
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,77
Итого			553,27	14,4	16,34	90,55	-	108,64
1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	285	54,25
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	118	12	6	3	100	60,76
12.5	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	200	3	4	37	180	21,45
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	86,4	3,6	-	18	45	3,39
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			944,17	44,21	28,99	130,68	-	162,95
1-4_обед								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/15/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	275	41,96
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	62,50
12.5	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	166,67	2,5	3,33	30,83	150	17,88
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	57,6	2,4	-	12	30	2,23
Итого			785,94	36,3	31,31	85,34	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
125.07	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/20	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	100	67,12
49.05	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	35,70
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,77
Итого (завтрак)			553,27	14,4	16,34	90,55	-	108,64
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	275	46,77
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	118	12	6	3	100	62,53
42.65	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	30,99
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,65
94.36	Хлеб ржаной	Обед	28,8	1,2	-	6	15	1,17
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого (обед)			763,57	35,3	27,34	103,15	-	162,95
Итого			1 316,84	49,7	43,68	193,7	-	271,59
5-11_ОВЗ								
125.01	Запеканка из творога с молоком сгущ. 100/30	Завтрак	209,25	10,9	9,6	22,7	130	81,02
49.05	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	35,70
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	111,67	3,33	-	23,33	50	4,66
Итого (завтрак)			666,62	21,46	20,77	99,72	-	124,43
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/15/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	275	41,96
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	92,00
42.65	Картофель отварной	Обед	199,8	3,47	7,38	34,16	180	37,20
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48	2	-	10	25	1,78
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,5	3	-	21	45	4,19
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого (обед)			931,6	41,05	38,63	129,25	-	196,97
Итого			1 598,22	62,51	59,4	228,97	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 ОК-1_лг								
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак 2	177,7	14,7	16,06	7,74	125	92,00
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Завтрак 2	200	3	4	37	180	21,45
361	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	38,4	1,6	-	8	20	1,57
95.16	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			559,93	23,47	23,56	99,41	-	128,56
5-11 ОК-1_рс								
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак 2	177,7	14,7	16,06	7,74	125	92,00
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Завтрак 2	200	3	4	37	180	21,45
361	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	38,4	1,6	-	8	20	1,57
95.16	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			559,93	23,47	23,56	99,41	-	128,56
5-11 ОК-2_лг								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	285	54,25
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	92,00
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Обед	200	3	4	37	180	21,45
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	76,8	3,2	-	16	40	2,97
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			971,93	45,85	39,05	128,76	-	192,84
5-11 ОК-2_рс								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	285	54,25
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	92,00
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Обед	200	3	4	37	180	21,45
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	76,8	3,2	-	16	40	2,97
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			971,93	45,85	39,05	128,76	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_СНС								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/10/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	265	30,54
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,68
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
119.08	Пирожок с яблоком сл.	Обед	45	2,25	3,15	22,5	90	26,10
Итого			445,27	18,96	14,84	63,18	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
49.05	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	35,70
125.07	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/20	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	100	67,12
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
45.28	Хлебец	Завтрак	26,25	0,8	0,35	4,7	4	2,77
Итого			512,52	13,2	16,69	81,25	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/5	Обед	272,47	14,64	11,9	8,5	280	49,03
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	62,50
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Обед	166,67	2,5	3,33	30,83	150	17,88
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
45.28	Хлебец	Обед	52,5	1,6	0,7	9,4	8	5,13
4	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
Итого			776,02	34,84	32,39	89,27	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак	177,7	14,7	16,06	7,74	100	62,50
42.68	Картофель отварной	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	57,6	2,4	-	12	30	2,10
4	Яблоко	Завтрак	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			476,31	20,61	22,67	72,95	-	108,64
без_лактозы_1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	285	54,25
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	62,50
12.57	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	9,55
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,66
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,24
4	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			873,58	42,64	39,87	98,91	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак								
119.08	Пирожок с яблоком сл.	Завтрак	45	2,25	3,15	22,5	90	26,10
1.15	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
Итого			131,48	3,25	3,35	43,1	-	50,00
Полдник								
89.05	Шаньга со сметаной	Полдник	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
1.15	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
4.23	Мандарин	Полдник	88,74	-	-	21,42	153	40,15
Итого			205,22	2,5	2,55	42,27	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	19.11.2025 13:02:06	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	19.11.2025 13:52:31	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 20.11.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
закуска								
29.02	Салат из свеклы с сыром	Нет	-	-	-	-	100	42,79
62.24	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	23,11
111.23	Салат из крабовых палочек Морской	Нет	-	-	-	-	100	37,98
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	37,52
122.4	Салат Столичный	Нет	-	-	-	-	100	55,16
Супы								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Нет	323,6	19,78	15,49	8,35	285	54,25
гарнир								
19.93	Овощи "Весенние" припущенные	Нет	-	-	-	-	100	26,26
42.18	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
46.62	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	18,39
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Нет	200	3	4	37	180	21,45
Блюда из рыбы								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	100,61
Блюда из мяса								
35.44	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
416.99	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	67,77
Блюда из птицы								
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	117,17
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	99,46
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	70,44
напиток								
85.13	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,72
1.15	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
54	Компот из кураги	Нет	88	1	-	23	200	11,68
Мучные изделия								
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
119.07	Пирожок слоеный с творогом	Нет	66,67	3,33	5,07	146,67	100	28,92
45.33	Булочка с маком	Нет	-	-	-	-	100	22,79
45.3	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	19,85

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
106.18	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13
88.39	Пицца с мясом	Нет	-	-	-	-	100	54,97
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	42,81
109.06	Пирог к чаю	Нет	-	-	-	-	80	43,43
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Нет	-	-	-	-	75	36,29
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	110	28,25

гор.блюдо

63.5	Плов из филе куры с куркумой	Нет	359	13	15	38	250	92,97
------	------------------------------	-----	-----	----	----	----	-----	-------

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	19.11.2025 13:02:06	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	19.11.2025 13:52:31	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211