

**Меню на 09.12.2025**

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>1-4_1смена</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>506,96</b>	<b>24,18</b>	<b>20,02</b>	<b>71,96</b>	-	<b>108,64</b>
<b>1-4_2смена</b>								
321.07	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	9	-	-	1	25	9,64
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Обед	171	2	5	18	280	48,74
19.03	Rагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	200	91,25
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	-	-	23	200	9,11
94.13	Хлеб ржаной	Обед	-	-	-	-	25	1,88
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78	2	-	16	25	2,33
<b>Итого</b>			<b>437,4</b>	<b>6,5</b>	<b>8,98</b>	<b>72,61</b>	-	<b>162,95</b>
<b>1-4_обед</b>								
32.36	Борщ с мясом сметаной 250/5/10	Обед	142,8	2,63	11,62	16,54	265	28,33
19.03	Rагу 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	-	8	25	1,95
<b>Итого</b>			<b>438,2</b>	<b>9,43</b>	<b>15,62</b>	<b>68,35</b>	-	<b>130,88</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>1-4_ОВЗ</b>								
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
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>506,96</b>	<b>24,18</b>	<b>20,02</b>	<b>71,96</b>	-	<b>108,64</b>
321.07	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	9	-	-	1	25	9,64
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Обед	171	2	5	18	280	48,74
19.03	Ragu из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	200	91,25
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	-	-	23	200	9,11
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,88
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78	2	-	16	25	2,33
<b>Итого (обед)</b>			<b>495,4</b>	<b>8,5</b>	<b>8,98</b>	<b>80,61</b>	-	<b>162,95</b>
<b>Итого</b>			<b>1 002,36</b>	<b>32,68</b>	<b>29</b>	<b>152,57</b>	-	<b>271,59</b>
<b>5-11_ОВЗ</b>								
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
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>678,77</b>	<b>25,91</b>	<b>29,63</b>	<b>93,66</b>	-	<b>107,08</b>
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	Ragu из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	-	-	23	200	9,11
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	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
<b>Итого (обед)</b>			<b>655,2</b>	<b>22,13</b>	<b>19,98</b>	<b>94,63</b>	-	<b>214,32</b>
<b>Итого</b>			<b>1 333,97</b>	<b>48,04</b>	<b>49,61</b>	<b>188,29</b>	-	<b>321,40</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11_ОК-1_лг</b>								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак 2	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
19.03	Rагу 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
<b>Итого</b>			<b>279,27</b>	<b>5,53</b>	<b>6,42</b>	<b>48,06</b>	-	<b>128,56</b>
<b>5-11_ОК-1_pc</b>								
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак 2	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
19.03	Rагу 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
<b>Итого</b>			<b>279,27</b>	<b>5,53</b>	<b>6,42</b>	<b>48,06</b>	-	<b>128,56</b>
<b>5-11_ОК-2_лг</b>								
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	Rагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	-	-	23	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	-	14,4	45	3,36
<b>Итого</b>			<b>645,28</b>	<b>22,82</b>	<b>17,68</b>	<b>85,1</b>	-	<b>192,84</b>
<b>5-11_ОК-2_pc</b>								
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	Rагу из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	-	-	23	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	-	14,4	45	3,36
<b>Итого</b>			<b>645,28</b>	<b>22,82</b>	<b>17,68</b>	<b>85,1</b>	-	<b>192,84</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11_ЧНС</b>								
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	-	16	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
<b>Итого</b>			<b>350,8</b>	<b>8,83</b>	<b>9,23</b>	<b>56,1</b>	-	<b>70,00</b>
<b>без_глютена_1-4_1смена</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>647,7</b>	<b>24,25</b>	<b>29,88</b>	<b>83,73</b>	-	<b>108,64</b>
<b>без_глютена_1-4_2смена</b>								
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	Ragu из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,92
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	-	-	23	200	9,11
45.28	Хлебец	Обед	13,13	0,4	0,17	2,35	2	1,23
<b>Итого</b>			<b>455,68</b>	<b>16,95</b>	<b>17,85</b>	<b>53,38</b>	-	<b>162,95</b>
<b>без_лактозы_1-4_1смена</b>								
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	-	6,4	20	1,47
<b>Итого</b>			<b>648,68</b>	<b>24,53</b>	<b>29,36</b>	<b>81,84</b>	-	<b>108,64</b>
<b>без_лактозы_1-4_2смена</b>								
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	Ragu из мяса с овощами	Обед	110,4	2,5	3,98	14,61	250	110,74
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Обед	69	-	-	23	200	9,11
94.87	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,59
<b>Итого</b>			<b>569,85</b>	<b>20,06</b>	<b>19,22</b>	<b>75,44</b>	-	<b>162,95</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>53,96</b>	<b>0,18</b>	<b>0,02</b>	<b>13,96</b>	-	<b>50,00</b>
<b>Полдник</b>								
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	61,34	0,5	0,5	86,47	126	21,08
4.23	Мандарин	Полдник	55,1	-	-	13,3	95	24,98
<b>Итого</b>			<b>402,92</b>	<b>5,13</b>	<b>5,95</b>	<b>150,62</b>	-	<b>89,63</b>

#### ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	09.12.2025 08:00:06	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	09.12.2025 08:55:42	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

## Меню на 09.12.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>закуска</b>								
60.06	Винегрет овощной с зеленым горошком	Нет	-	-	-	-	120	24,74
111.23	Салат из крабовых палочек Морской	Нет	-	-	-	-	100	37,98
67.22	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
122.4	Салат Столичный	Нет	-	-	-	-	100	53,39
<b> гарнир</b>								
42.18	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,30
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
7.79	Пюре картофельное	Нет	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
<b>Блюда из рыбы</b>								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	127,27
<b>Блюда из мяса</b>								
129.06	Голубцы с мясом рисом соусом	Нет	-	-	-	-	250	79,23
413.14	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	96,55
<b>Блюда из птицы</b>								
113.14	Шашлычик из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	120	96,98
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	117,76
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	66,08
<b>напиток</b>								
1.15	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
92.8	Компот из яблок с сухофруктами	Нет	69	-	-	23	200	9,11
<b>Мучные изделия</b>								
45.33	Булочка с маком	Нет	-	-	-	-	100	22,79
109.06	Пирог к чаю	Нет	-	-	-	-	80	43,43
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	43,66
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	100	37,10
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Нет	-	-	-	-	75	36,26
119.07	Пирожок слоеный с творогом	Нет	66,67	3,33	5,07	146,67	100	30,37

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
106.18	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	100,18
45.23	Булочка с корицей	Нет	148,91	2,59	4,32	24,93	100	27,94
<b>1 блюдо</b>								
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/20/10	Нет	171	2	5	18	280	48,74
<b>2 блюдо</b>								
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353	15	17	37	250	81,35
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	09.12.2025 08:00:06	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	09.12.2025 08:55:42	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211