

Меню на 10.12.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
104.03	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	66,08
8.21	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
96.46	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	7,4	0,26	0,22	1,15	40	15,41
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	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58	2	-	8	25	1,90
Итого			624,39	23,31	21,29	82,14	-	108,64
1-4_2смена								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Обед	5,55	0,19	0,16	0,86	30	11,55
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/20/10	Обед	96,31	2,86	5,72	10,49	267	48,89
63.6	Плов из мяса с томатом куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	200	77,14
54.01	Компот из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,78
94.87	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			741,13	26	26,15	122,82	-	162,95
1-4_обед								
74.36	Суп из овощей с зел.гор. с мясом сметаной 250/15/1	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	275	41,77
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	80,80
85.29	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,53
Итого			713,6	23,45	25,43	95,84	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
104.03	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	66,08
8.21	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
96.46	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	7,4	0,26	0,22	1,15	40	15,41
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	2,33
94.9	Хлеб ржаной	Завтрак	72,5	2,5	-	16,25	25	1,90
Итого (завтрак)			638,89	23,81	21,29	90,39	-	108,64
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/20/10	Обед	96,31	2,86	5,72	10,49	267	48,89
63.6	Плов из мяса с томатом куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	200	77,14
54.01	Компот из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,78
94.87	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого (обед)			781,63	26,42	29,63	124,83	-	162,95
Итого			1 420,52	50,23	50,92	215,22	-	271,59
5-11_ОВЗ								
104.03	Котлета из мяса птицы с маслом	Завтрак	190	12	13,13	9,2	105	75,38
8.21	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
96.46	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	4,63	0,16	0,14	0,72	25	9,64
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.98	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	82	3	-	17	40	3,73
Итого (завтрак)			573,83	22,36	21,19	75,08	-	111,67
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	38,38	0,51	3,03	2,4	25	9,64
74.93	Суп из овощей со сметаной с гренками (мясо) 250/30	Обед	292,5	17,8	16,1	23,05	290	63,47
63.6	Плов с мясом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	275	111,83
54.01	Компот из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,20
94.87	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого (обед)			1 078,95	46,01	45,58	148,16	-	209,73
Итого			1 652,78	68,37	66,77	223,24	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-1_лг								
63.6	Плов с мясом с куркумой	Завтрак 2	485,71	20,35	22,69	51,15	275	111,83
85.29	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,72
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	67	2	-	14	30	2,80
95.16	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			737,87	27,83	26,21	115,31	-	128,56
5-11_ОК-1_рс								
63.6	Плов с мясом с куркумой	Завтрак 2	485,71	20,35	22,69	51,15	275	111,83
85.29	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,72
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	67	2	-	14	30	2,80
95.16	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			737,87	27,83	26,21	115,31	-	128,56
5-11_ОК-2_лг								
74.36	Суп из овощей с мясом сметаной 250/25/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	55,68
63.6	Плов с мясом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	275	111,83
54.01	Компот из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,21
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			941,68	32,78	35,09	145,18	-	192,84
5-11_ОК-2_рс								
74.36	Суп из овощей с мясом сметаной 250/25/10	Обед	170,2	4,2	8,9	20,1	285	55,68
63.6	Плов с мясом с куркумой	Обед	485,71	20,35	22,69	51,15	275	111,83
54.01	Компот из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,21
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			941,68	32,78	35,09	145,18	-	192,84
5-11_СНС								
94.87	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,59
74.36	Суп из овощей с зел.гор. со сметаной 250/5	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	255	18,41
109.78	Пирог песочный с крошкой	Обед	-	-	-	-	90	46,95
85.29	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								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	1,85	0,06	0,05	0,29	10	3,85
104.03	Котлета из мяса птицы с маслом	Завтрак	190	12	13,13	9,2	105	75,38
42.64	Картофель отварной с м.р.	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
45.28	Хлебец	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	6	3,77
Итого			435,73	16,15	19,85	55,01	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
74.36	Суп из овощей с зел.гор.с мясом сметаной 250/20/10	Обед	96,31	2,86	5,72	10,49	267	48,89
63.6	Плов из мяса с томатом куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	200	77,14
54.01	Компот из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
45.28	Хлебец	Обед	32,82	1	0,44	5,88	5	3,47
4	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			595,12	20,18	23,19	88,82	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	5,55	0,19	0,16	0,86	30	11,55
104.03	Котлета из мяса птицы	Завтрак	190	12	13,13	9,2	100	66,08
8.21	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
83.38	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	81,2	2,8	-	11,2	35	2,58
Итого			640,73	23,81	21,36	84	-	108,64
без_лактозы_1-4_2смена								
74.36	Суп из овощей с мясом со сметаной 250/15/10	Обед	179,2	4,2	8,7	20,8	275	41,82
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Обед	353,71	14,8	16,51	36,71	250	81,20
54.01	Компот из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,75
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,73
4	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			815,72	25,99	25,73	123,12	-	162,95
Завтрак								
109.78	Пирог песочный с крошкой	Завтрак	-	-	-	-	90	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
34.33	Булочка "Ореховая"	Полдник	-	-	-	-	100	19,30
4.23	Мандарин	Полдник	102,66	-	-	24,78	177	46,43
Итого			189,14	1	0,2	45,38	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	09.12.2025 08:00:36	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	09.12.2025 08:56:31	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 10.12.2025

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	54,48
62.24	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	23,11
67.22	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
111.23	Салат из крабовых палочек Морской	Нет	-	-	-	-	100	37,98
Супы								
74.36	Суп из овощей с мясом сметаной 250/25/10	Нет	170,2	4,2	8,9	20,1	285	55,68
гарнир								
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	127,27
Блюда из мяса								
367	Гуляш 50/50	Нет	188	6	13	12	100	68,23
416.99	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	67,77
Блюда из птицы								
104.46	Котлета куриная "Золотинка"	Нет	-	-	-	-	100	98,44
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	120	102,29
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	113,97
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	195	10	13	11	100	67,95
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
54.01	Компот из кураги и изюма	Нет	88	1	-	23	200	11,70
Мучные изделия								
119.07	Пирожок слоеный с творогом	Нет	66,67	3,33	5,07	146,67	100	30,37
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
45.33	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
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	100	44,23
34.98	Кекс столичный с изюмом	Нет	65,63	1,68	0,26	8,47	100	47,93
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	100,18
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	43,66
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Нет	-	-	-	-	75	36,26

2 блюдо

63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353	15	17	37	250	81,35
------	-----------------------------------	-----	-----	----	----	----	-----	-------

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	09.12.2025 08:00:36	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	09.12.2025 08:56:31	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211