

Меню на 11.12.2025

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	22,51
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
53.96	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	10,56
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,23
4.23	Мандарин	Обед	115,2	1,8	1,4	25,2	120	31,55
Итого			856,97	32,05	29,02	123,06	-	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	22,51
104	Фрикадельки из филе кур с маслом	Обед	192	14,5	10,8	9,1	105	81,79
8.02	Макаронные изделия отварные	Обед	153,33	4,17	6,67	31,67	150	16,59
83.42	Чай лимонный	Обед	39	-	-	10	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,43
Итого			613,38	25,46	26,05	84,09	-	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	12,19
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,83
4	Яблоко	Обед	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
<b>Итого (обед)</b>			<b>745,68</b>	<b>30,45</b>	<b>27,91</b>	<b>100,18</b>	-	<b>162,95</b>
<b>Итого</b>			<b>1 210,11</b>	<b>55,75</b>	<b>57,13</b>	<b>166,13</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	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>493,01</b>	<b>26,07</b>	<b>29,45</b>	<b>71,94</b>	-	<b>122,69</b>
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
78.14	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	22,51
104	Фрикадельки из филе кур с маслом	Обед	192	14,5	10,8	9,1	105	81,79
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	327,76	11,4	10,6	46,66	200	33,00
53.96	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	10,56
94.36	Хлеб ржаной	Обед	104,4	3,6	-	14,4	45	3,32
94.65	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,49
4.23	Мандарин	Обед	69,6	-	-	16,8	120	31,55
<b>Итого (обед)</b>			<b>1 040,24</b>	<b>37,08</b>	<b>34,48</b>	<b>141,73</b>	-	<b>198,71</b>
<b>Итого</b>			<b>1 533,25</b>	<b>63,15</b>	<b>63,93</b>	<b>213,67</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	70,36
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Завтрак 2	245,82	8,55	7,95	34,99	150	24,74
85.29	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	67	2	-	14	30	2,80
4.23	Мандарин	Завтрак 2	60,9	-	-	14,7	105	27,61
<b>Итого</b>			<b>619,68</b>	<b>25,23</b>	<b>18,77</b>	<b>86,75</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	70,36
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Завтрак 2	245,82	8,55	7,95	34,99	150	24,74
85.29	Чай с сахаром	Завтрак 2	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	67	2	-	14	30	2,80
4.23	Мандарин	Завтрак 2	60,9	-	-	14,7	105	27,61
<b>Итого</b>			<b>619,68</b>	<b>25,23</b>	<b>18,77</b>	<b>86,75</b>	-	<b>128,56</b>
<b>5-11 ОК-2_лг</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 гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	22,51
104	Фрикадельки из филе кур с маслом	Обед	192	14,5	10,8	9,1	105	81,79
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
53.96	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	10,56
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,93
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
4.23	Мандарин	Обед	69,6	-	-	16,8	120	31,55
<b>Итого</b>			<b>964,38</b>	<b>34,58</b>	<b>32,62</b>	<b>132,44</b>	-	<b>192,84</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-2_рс								
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	22,51
104	Фрикадельки из филе кур с маслом	Обед	192	14,5	10,8	9,1	105	81,79
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
53.96	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	10,56
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,93
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
4.23	Мандарин	Обед	69,6	-	-	16,8	120	31,55
Итого			964,38	34,58	32,62	132,44	-	192,84
5-11_СНС								
78.14	Суп-пюре из овощей с гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	22,51
83.38	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,35
109.06	Пирог к чаю	Обед	-	-	-	-	70	39,44
Итого			244,38	5,76	8,6	39,19	-	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 гречками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	22,51
113.12	Филе птицы отварное соус томатный	Обед	144,53	8,51	9,9	7,43	100	45,11
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Обед	166,67	2,5	3,33	30,83	150	17,88
53.96	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	10,56
45.28	Хлебец	Обед	52,5	1,6	0,7	9,4	8	5,62
4.23	Мандарин	Обед	135,14	-	-	32,62	233	61,27
Итого			724,42	17,49	22,57	117,63	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>без_лактозы_1-4_1смена</b>								
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
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	34,8	1,2	-	4,8	15	1,13
4	Яблоко	Завтрак	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
<b>Итого</b>			<b>537,91</b>	<b>22,53</b>	<b>19,12</b>	<b>81,39</b>	-	<b>108,64</b>

<b>без_лактозы_1-4_2смена</b>								
78.14	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	22,51
104	Фрикадельки из филе кур	Обед	192	14,5	10,8	9,1	100	70,36
8.02	Макаронные изделия отварные	Обед	153,33	4,17	6,67	31,67	150	16,59
53.96	Компот из ягод	Обед	87,6	1,02	0,06	19,76	200	10,56
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,5	3	-	21	45	4,19
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,93
4.23	Мандарин	Обед	81,2	-	-	19,6	140	36,81
<b>Итого</b>			<b>810,61</b>	<b>28,55</b>	<b>26,11</b>	<b>126,72</b>	-	<b>162,95</b>

<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>12</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>89,63</b>

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	09.12.2025 08:32:11	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	09.12.2025 08:57:35	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 11.12.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
закуска								
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	48,01
62.24	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	23,11
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	54,48
гарнир								
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Нет	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
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								
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	81,20
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	67,50
Блюда из птицы								
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	96,42
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	113,81
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	67,80
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
Мучные изделия								
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
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Нет	-	-	-	-	75	36,26
109.82	Сочень с творогом	Нет	241,19	10,09	7,33	36,34	85	42,40
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, Р
45.33	Булочка с маком	Нет	-	-	-	-	100	22,79
45.3	Булочка с корицей	Нет	-	-	-	-	100	19,85
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	100	36,38
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	43,66
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	100,18
106	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	-	-	-	-	75	41,28

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	09.12.2025 08:32:11	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	09.12.2025 08:57:35	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211