

Меню на 12.12.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
56.97	Колобки рыбные тушенные в молочном соусе 100/50	Завтрак	198	11,29	13,7	16,79	150	70,90
7.8	Пюре картофельное	Завтрак	155	3	4	22	150	30,48
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	100,5	3	-	21	45	4,21
Итого			491,5	17,29	17,7	69,79	-	108,64
1-4_2смена								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/20	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	270	44,36
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
7.8	Пюре картофельное	Обед	155	3	4	22	150	30,48
373	Напиток Витошка витаминизированный	Обед	71	-	-	19	200	13,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,29
94.87	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
Итого			754,52	24,11	24,52	102,24	-	162,95
1-4_обед								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/5	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	255	20,02
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
39.85	Капуста тушеная с куркумой	Обед	101,12	3,5	6,86	15,56	150	34,45
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	3,74
Итого			636,16	23,07	27,2	85,76	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
56.97	Колобки рыбные тушенные в молочном соусе 100/50	Завтрак	198	11,29	13,7	16,79	150	70,90
7.8	Пюре картофельное	Завтрак	155	3	4	22	150	30,48
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	100,5	3	-	21	45	4,21
Итого (завтрак)			507,46	17,47	17,72	73,75	-	108,64
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/20	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	270	44,36
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
39.85	Капуста тушеная с куркумой	Обед	101,12	3,5	6,86	15,56	150	34,45
373	Напиток Витошка витаминизированный	Обед	71	-	-	19	200	13,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,12
Итого (обед)			598,67	21,42	27,18	76,93	-	162,95
Итого			1 106,13	38,89	44,9	150,68	-	271,59
5-11_ОВЗ								
56.97	Колобки рыбные тушенные в молочном соусе 100/50	Завтрак	198	11,29	13,7	16,79	150	70,90
7.8	Пюре картофельное	Завтрак	186	3,6	4,8	26,4	180	36,57
362	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
Итого (завтрак)			493,79	16,74	18,52	68,82	-	112,85
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/25	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	275	51,70
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
39.85	Капуста тушеная с куркумой	Обед	121,34	4,2	8,23	18,67	180	41,36
373	Напиток Витошка витаминизированный	Обед	71	-	-	19	200	13,40
94.87	Батон с отрубями	Обед	33,59	0,99	0,1	7,04	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	104,4	3,6	-	14,4	45	3,46
4.23	Мандарин	Обед	60,9	-	-	14,7	105	27,61
Итого (обед)			782,98	25,51	28,65	111,38	-	208,55
Итого			1 276,77	42,25	47,17	180,2	-	321,40
5-11_ОК-1_лг								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Завтрак 2	4,63	0,16	0,14	0,72	25	9,64
35.44	Гуляш 50/50	Завтрак 2	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
7.8	Пюре картофельное	Завтрак 2	186	3,6	4,8	26,4	180	36,57
83.38	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	100,5	3	-	21	45	4,08
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	58	2	-	8	25	1,95
Итого			630,3	19,95	20,65	76,69	-	128,56

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-1_рс								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Завтрак 2	4,63	0,16	0,14	0,72	25	9,64
35.44	Гуляш 50/50	Завтрак 2	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
7.8	Пюре картофельное	Завтрак 2	186	3,6	4,8	26,4	180	36,57
83.38	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	100,5	3	-	21	45	4,08
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	58	2	-	8	25	1,95
Итого			630,3	19,95	20,65	76,69	-	128,56
5-11_ОК-2_лг								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Обед	2,78	0,1	0,08	0,43	15	5,79
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/20	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	270	44,36
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
7.8	Пюре картофельное	Обед	186	3,6	4,8	26,4	180	36,57
373	Напиток Витошка витаминизированный	Обед	71	-	-	19	200	13,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,90
94.87	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
4	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			797,25	24,85	25,84	116,25	-	192,84
5-11_ОК-2_рс								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Обед	2,78	0,1	0,08	0,43	15	5,79
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/20	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	270	44,36
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
7.8	Пюре картофельное	Обед	186	3,6	4,8	26,4	180	36,57
373	Напиток Витошка витаминизированный	Обед	71	-	-	19	200	13,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,90
94.87	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
4	Яблоко	Обед	20,55	0,44	0,44	10,78	110	18,40
Итого			797,25	24,85	25,84	116,25	-	192,84
5-11_СНС								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/5	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	255	23,27
94.36	Хлеб ржаной	Обед	104,4	3,6	-	14,4	45	3,43
83.38	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
34.29	Булочка "Варюша"	Обед	-	-	-	-	100	36,60
Итого			334,98	9,73	4,65	61,8	-	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	4,63	0,16	0,14	0,72	25	9,64
56.97	Колобки рыбные тушенные в молочном соусе 100/50	Завтрак	198	11,29	13,7	16,79	150	70,90
7.8	Пюре картофельное	Завтрак	133	3	4	22	150	22,16
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	2,89
Итого			422,41	15,63	18,3	59,35	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/30	Обед	158	5	4	27	280	45,16
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
42.65	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	30,99
373	Напиток Витошка витаминизированный	Обед	71	-	-	19	200	13,40
45.28	Хлебец	Обед	39,38	1,2	0,52	7,05	6	3,78
Итого			656,05	19,98	26,36	86,89	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
96.48	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	9,6	-	-	1,6	40	15,13
56.97	Колобки рыбные тушенные в соусе 100/50	Завтрак	198	11,29	13,7	16,79	150	59,65
42.64	Картофель отварной с м.р.	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
83.3	Чай с лимоном	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,68
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,64
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58	2	-	8	25	1,95
Итого			559,27	18,47	20,07	84,13	-	108,64
без_лактозы_1-4_2смена								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Обед	2,78	0,1	0,08	0,43	15	5,79
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/30	Обед	158	5	4	27	280	45,16
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
42.64	Картофель отварной с м.р.	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
373	Напиток Витошка витаминизированный	Обед	71	-	-	19	200	13,40
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	3,13
Итого			790,42	24,41	25,92	109,4	-	162,95
Завтрак								
34.29	Булочка "Варюша"	Завтрак	-	-	-	-	100	36,60
373	Напиток Витошка витаминизированный	Завтрак	71	-	-	19	200	13,40
Итого			71	-	-	19	-	50,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Полдник								
1.15	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
89.25	Шаньга с картофелем	Полдник	-	-	-	-	100	29,34
4.69	Яблоко свежее	Полдник	106,13	0,87	0,87	149,6	218	36,39
Итого			192,61	1,87	1,07	170,2	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	11.12.2025 11:17:45	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	11.12.2025 11:21:27	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 12.12.2025

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	67,77
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	67,95
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
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
119.16	Дениш с ягодами	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	40,94
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	30,37
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	11.12.2025 11:17:45	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	11.12.2025 11:21:27	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211