

Меню на 16.12.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_1смена								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	5,55	0,19	0,16	0,86	30	11,55
422.48	Тефтели мясные с соусом молочным	Завтрак	199	11	11	12	130	66,59
8.21	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	9,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,23
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58	2	-	8	25	1,95
Итого			590,38	20,86	17,76	79,33	-	108,64
1-4_2смена								
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 250/10/5	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	265	32,39
121.42	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
7.8	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	24,53
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	18,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,19
Итого			730,99	30,07	29,65	83,23	-	162,95
1-4_обед								
Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/10								
32.1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/10	Обед	152,72	3,7	8,16	23,78	210	17,93
121.42	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
7.8	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	24,53
83.38	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.87	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,81
Итого			558,93	18,36	22,45	87,33	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_ОВЗ								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	46,05	0,61	3,64	2,87	30	11,55
422.48	Тефтели мясные с соусом молочным	Завтрак	199	11	11	12	130	66,59
8.21	Макароны отварные	Завтрак	216	6	6,6	31,8	150	16,56
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	9,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,23
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58	2	-	8	25	1,95
Итого (завтрак)			630,88	21,28	21,24	81,34	-	108,64
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	23,03	0,3	1,82	1,44	15	5,79
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/10/5	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	265	32,39
121.42	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
7.8	Пюре картофельное	Обед	132,58	3,1	3,66	20,37	150	24,53
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	18,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,19
Итого (обед)			730,99	30,07	29,65	83,23	-	162,95
Итого			1 361,87	51,35	50,89	164,57	-	271,59
5-11_ОВЗ								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	50	19,27
422.48	Тефтели мясные с соусом молочным	Завтрак	199	11	11	12	130	66,59
8.21	Макароны отварные	Завтрак	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	9,76
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,66
Итого (завтрак)			702,9	22,52	25,31	93,4	-	120,15
321.03	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	290	63,47
121.42	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
7.8	Пюре картофельное	Обед	159,1	3,72	4,39	24,44	180	29,44
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	18,14
94.65	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,59
Итого (обед)			776,57	31,11	31,24	90,21	-	201,25
Итого			1 479,47	53,63	56,55	183,61	-	321,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОК-1_лг								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак 2	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
121.42	Рыба, запеченная под мол.соусом	Завтрак 2	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
7.79	Пюре картофельное	Завтрак 2	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
62	Напиток из шиповника	Завтрак 2	56	-	-	15	200	9,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	100,5	3	-	21	45	4,04
Итого			492,75	16,39	17,22	75,94	-	128,56
5-11_ОК-1_pc								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак 2	30,7	0,4	2,42	1,92	20	7,70
121.42	Рыба, запеченная под мол.соусом	Завтрак 2	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
7.79	Пюре картофельное	Завтрак 2	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
62	Напиток из шиповника	Завтрак 2	56	-	-	15	200	9,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	100,5	3	-	21	45	4,04
Итого			492,75	16,39	17,22	75,94	-	128,56
5-11_ОК-2_лг								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
32.6	Борщ мясом со сметаной 250/25/10	Обед	131	2	5	40	272	56,29
121.42	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
7.79	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
62	Напиток из шиповника	Обед	56	-	-	15	200	9,76
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,13
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	3,11
Итого			717,45	21,22	24,27	125,59	-	192,84
5-11_ОК-2_pc								
96.44	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	53,73	0,71	4,24	3,35	35	13,49
32.6	Борщ мясом со сметаной 250/25/10	Обед	131	2	5	40	272	56,29
121.42	Рыба, запеченная под мол.соусом	Обед	146,46	9,27	10,41	13,91	120	78,91
7.79	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
62	Напиток из шиповника	Обед	56	-	-	15	200	9,76
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,13
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	3,11
Итого			717,45	21,22	24,27	125,59	-	192,84

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ЧНС								
32.36	Борщ со сметаной 250/5	Обед	132,5	2,5	10,62	16,37	255	19,00
85.29	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,82
109.06	Пирог к чаю	Обед	-	-	-	-	85	45,13
Итого			253,46	4,68	10,64	44,33	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	5,55	0,19	0,16	0,86	30	11,55
21.72	Тефтели "Ежики" из мяса	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	100	61,44
19.29	Овощи припущеные	Завтрак	126,9	2,65	4,43	12,6	150	22,89
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	9,76
45.28	Хлебец	Завтрак	26,25	0,8	0,35	4,7	4	3,00
Итого			413,83	14,88	17,12	44,78	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
32.6	Борщ мясом со сметаной 250/25/10	Обед	131	2	5	40	272	56,29
121.52	Рыба припущеная	Обед	113,76	17,83	5,92	7,38	100	52,94
42.65	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	30,99
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	18,14
45.28	Хлебец	Обед	45,94	1,4	0,61	8,23	7	4,59
Итого			544,8	25,14	17,74	101,84	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	8,33	0,29	0,24	1,3	45	17,34
422.48	Тефтели мясные с соусом молочным	Завтрак	199	11	11	12	130	66,59
8.41	Макароны отварные с м.р.	Завтрак	220,73	6,36	3,58	39,86	150	8,28
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	9,76
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,56
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	92,8	3,2	-	12,8	40	3,11
Итого			666,42	23,5	15,08	99,72	-	108,64
без_лактозы_1-4_2смена								
32.6	Борщ мясом со сметаной 250/25/10	Обед	131	2	5	40	272	56,29
121.52	Рыба припущеная	Обед	113,76	17,83	5,92	7,38	100	52,94
42.65	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	30,99
53.3	Компот "ассорти"	Обед	87,6	1,02	0,06	17,76	200	18,14
94.65	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,59
Итого			610,81	27,05	17,46	117,06	-	162,95
Завтрак								
109.06	Пирог к чаю	Завтрак	-	-	-	-	85	45,13
83.19	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,87
Итого			60	0,3	-	15,2	-	50,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
Полдник								
1.15	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
106.18	Пирожок печеный с мясом луком	Полдник	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13
4.23	Мандарин	Полдник	56,84	-	-	13,72	98	25,60
Итого			237,82	7	6,65	37,37	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	13.12.2025 14:30:28	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	14.12.2025 18:48:43	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 16.12.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
закуска								
122.4	Салат Столичный	Нет	-	-	-	-	100	54,20
67.22	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
62.24	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	23,11
111.23	Салат из крабовых палочек Морской	Нет	-	-	-	-	100	37,98
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	47,93
122.41	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	42,60
Супы								
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/30/10	Нет	263,15	14,05	13,7	13,42	290	63,32
 гарнир								
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Нет	200	3	4	37	180	21,45
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
46.62	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	18,39
42.18	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
Блюда из рыбы								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	127,27
Блюда из мяса								
35.44	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	81,20
413.14	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	96,74
Блюда из птицы								
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	67,95
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	113,81
113.14	Шашлычик из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	120	99,48
напиток								
53.7	Компот из ягод	Нет	87,6	1,02	0,06	19,76	200	13,84
1.15	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
85.13	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,72
Мучные изделия								
106.18	Пирожок печениый с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13
45.41	Булочка с корицей глазурью	Нет	-	-	-	-	110	24,90
45.4	Булочка с маком глазурью	Нет	-	-	-	-	110	30,27
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58

№ рец.	Блюдо	Горячее питание		Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	-	110	28,25
34.98	Кекс столичный с изюмом	Нет	65,63	1,68	0,26	8,47	100		47,93
109.06	Пирог к чаю	Нет	-	-	-	-	-	80	43,43
109.82	Сочень с творогом	Нет	241,19	10,09	7,33	36,34	85		42,40
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70		30,37
119.16	Дениш с ягодами	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70		40,94
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

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	13.12.2025 14:30:28	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	14.12.2025 18:48:43	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211