

Меню на 18.12.2025

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
125.07	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/20	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	100	67,12
49.05	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	35,70
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,77
Итого			553,27	14,4	16,34	90,55	-	108,64
1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	285	59,05
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	118	12	6	3	100	58,66
12.5	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	200	3	4	37	180	21,45
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,66
94.65	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
Итого			825,57	36,07	25,39	115,22	-	162,95
1-4_обед								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	275	48,07
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	58,63
12.5	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	166,67	2,5	3,33	30,83	150	17,88
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,25
Итого			728,14	33,91	31,08	73,25	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>1-4_ОВЗ</b>								
125.07	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/20	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	100	67,12
49.05	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	35,70
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,77
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>553,27</b>	<b>14,4</b>	<b>16,34</b>	<b>90,55</b>	-	<b>108,64</b>
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/10	Обед	62	2	7	8	280	49,03
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	118	12	6	3	100	58,66
42.65	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	30,99
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,17
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
<b>Итого (обед)</b>			<b>597,47</b>	<b>23,92</b>	<b>22,65</b>	<b>108,6</b>	-	<b>162,95</b>
<b>Итого</b>			<b>1 150,74</b>	<b>38,32</b>	<b>38,99</b>	<b>199,15</b>	-	<b>271,59</b>
<b>5-11_ОВЗ</b>								
125.01	Запеканка из творога с молоком сгущ. 100/30	Завтрак	209,25	10,9	9,6	22,7	130	81,02
49.05	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	35,70
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	111,67	3,33	-	23,33	50	4,66
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>666,62</b>	<b>21,46</b>	<b>20,77</b>	<b>99,72</b>	-	<b>124,43</b>
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	275	48,07
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	86,20
42.65	Картофель отварной	Обед	199,8	3,47	7,38	34,16	180	37,20
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,95
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,71
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
<b>Итого (обед)</b>			<b>930,43</b>	<b>40,72</b>	<b>38,63</b>	<b>124,92</b>	-	<b>196,97</b>
<b>Итого</b>			<b>1 597,05</b>	<b>62,18</b>	<b>59,4</b>	<b>224,64</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>								
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак 2	177,7	14,7	16,06	7,74	125	86,20
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Завтрак 2	200	3	4	37	180	21,45
83.42	Чай лимонный	Завтрак 2	39	-	-	10	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	2,32
95.16	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
<b>Итого</b>			<b>625,63</b>	<b>25,27</b>	<b>23,56</b>	<b>108,01</b>	-	<b>128,56</b>
<b>5-11_ОК-1_рс</b>								
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак 2	177,7	14,7	16,06	7,74	125	86,20
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Завтрак 2	200	3	4	37	180	21,45
83.42	Чай лимонный	Завтрак 2	39	-	-	10	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	2,32
95.16	Печенье пшеничное	Завтрак 2	50	2,5	3,5	25	24	8,16
<b>Итого</b>			<b>625,63</b>	<b>25,27</b>	<b>23,56</b>	<b>108,01</b>	-	<b>128,56</b>
<b>5-11_ОК-2_лг</b>								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	290	61,30
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	86,20
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Обед	200	3	4	37	180	21,45
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	33,5	1	-	7	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,65
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
<b>Итого</b>			<b>898</b>	<b>39,38</b>	<b>35,25</b>	<b>119,29</b>	-	<b>192,84</b>
<b>5-11_ОК-2_рс</b>								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	290	61,30
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	125	86,20
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Обед	200	3	4	37	180	21,45
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	33,5	1	-	7	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,65
95.16	Печенье пшеничное	Обед	50	2,5	3,5	25	24	8,16
<b>Итого</b>			<b>898</b>	<b>39,38</b>	<b>35,25</b>	<b>119,29</b>	-	<b>192,84</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_СНС								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/10/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	265	30,54
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,68
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
119.08	Пирожок с яблоком сл.	Обед	45	2,25	3,15	22,5	90	26,10
Итого			445,27	18,96	14,84	63,18	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
49.05	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	35,70
125.07	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/20	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	100	67,12
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
45.28	Хлебец	Завтрак	26,25	0,8	0,35	4,7	4	2,77
Итого			512,52	13,2	16,69	81,25	-	108,64
без_глютена_1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/5	Обед	272,47	14,64	11,9	8,5	280	49,03
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	58,63
12.26	Рис Золотистый с куркумой	Обед	166,67	2,5	3,33	30,83	150	17,88
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,68
45.28	Хлебец	Обед	59,07	1,8	0,78	10,58	9	5,65
4	Яблоко	Обед	22,42	0,48	0,48	11,76	120	20,08
Итого			786,33	35,12	32,55	92,41	-	162,95
без_лактозы_1-4_1смена								
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Завтрак	177,7	14,7	16,06	7,74	100	58,63
42.68	Картофель отварной	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	81,2	2,8	-	11,2	35	2,62
4	Яблоко	Завтрак	24,28	0,52	0,52	12,74	130	21,75
Итого			503,64	21,09	22,75	74,11	-	108,64
без_лактозы_1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	285	54,25
113.64	Филе куриное, тушеное в томатном соусе	Обед	177,7	14,7	16,06	7,74	100	58,63
12.57	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	181,83	4,31	7,8	30,75	150	9,55
54	Компот из кураги	Обед	88	1	-	23	200	11,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	116	4	-	16	50	3,88
4.23	Мандарин	Обед	91,2	1,43	1,11	19,95	95	24,98
Итого			978,33	45,22	40,46	105,79	-	162,95

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>Завтрак</b>								
119.08	Пирожок с яблоком сл.	Завтрак	45	2,25	3,15	22,5	90	26,10
1.15	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
<b>Итого</b>			<b>131,48</b>	<b>3,25</b>	<b>3,35</b>	<b>43,1</b>	-	<b>50,00</b>
<b>Полдник</b>								
89.05	Шаньга со сметаной	Полдник	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
1.15	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
4.23	Мандарин	Полдник	88,74	-	-	21,42	153	40,15
<b>Итого</b>			<b>205,22</b>	<b>2,5</b>	<b>2,55</b>	<b>42,27</b>	-	<b>89,63</b>

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	15.12.2025 13:20:50	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	15.12.2025 14:44:01	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 18.12.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
закуска								
122.41	Салат "Венгерский	Нет	-	-	-	-	100	40,58
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	47,69
29.02	Салат из свеклы с сыром	Нет	-	-	-	-	100	42,79
62.24	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	23,11
111.23	Салат из крабовых палочек Морской	Нет	-	-	-	-	100	37,98
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	37,52
122.4	Салат Столичный	Нет	-	-	-	-	100	54,27
Супы								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Нет	323,6	19,78	15,49	8,35	285	54,25
гарнир								
19.93	Овощи "Весенние" припущенные	Нет	-	-	-	-	150	36,08
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	127,66
Блюда из мяса								
416.99	Шницель мясной с отрубями	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	67,77
35.44	Гуляш 50/50	Нет	221,17	10,89	15,69	5,37	100	69,62
Блюда из птицы								
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	111,57
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	94,15
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	66,08
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	Компот из кураги	Нет	88	1	-	23	200	11,68
Мучные изделия								
45.4	Булочка с маком глазурью	Нет	-	-	-	-	110	30,27
45.41	Булочка с корицей глазурью	Нет	-	-	-	-	110	24,90

№ 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
34.98	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
109.06	Пирог к чаю	Нет	-	-	-	-	80	43,43
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Нет	-	-	-	-	75	36,26
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	110	28,25
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
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
109.82	Сочень с творогом	Нет	241,19	10,09	7,33	36,34	85	42,40

гор.блюдо

63.5	Плов из филе кури с куркумой	Нет	359	13	15	38	250	90,77
------	------------------------------	-----	-----	----	----	----	-----	-------

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	15.12.2025 13:20:50	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	15.12.2025 14:44:01	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211