

**Меню на 22.12.2025**

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>1-4_1смена</b>								
98.18	Бутерброд с маслом с сыром 25/10/20	Завтрак	212	7	13	16	55	47,34
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	32,70
83.36	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	4,87
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58	2	-	8	25	1,98
4	Яблоко	Завтрак	58	-	-	14	130	21,75
<b>Итого</b>			<b>573</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>83</b>	-	<b>108,64</b>
<b>1-4_2смена</b>								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/15	Обед	131	4	4	37	265	34,49
416.25	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Обед	216	16,3	11,4	12,9	120	64,34
12.56	Рис припущеный с томатом	Обед	178,89	3,53	4,19	31,77	150	17,96
53.27	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	46	-	-	12	200	12,66
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,78
4.23	Мандарин	Обед	63,8	-	-	15,4	110	28,92
<b>Итого</b>			<b>760,69</b>	<b>27,83</b>	<b>19,59</b>	<b>131,07</b>	-	<b>162,95</b>
<b>1-4_обед</b>								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/20	Обед	164	6	6	32	270	41,55
416.25	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Обед	216	16,3	11,4	12,9	120	64,34
12.54	Рис припущеный с томатом	Обед	206	4	4	38	150	17,96
83.36	Чай лимонный	Обед	39	-	-	10	200	4,87
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,16
<b>Итого</b>			<b>694,6</b>	<b>28,7</b>	<b>21,4</b>	<b>102,5</b>	-	<b>130,88</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>1-4_ОВЗ</b>								
98.18	Бутерброд с маслом с сыром 25/10/20	Завтрак	212	7	13	16	55	47,34
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	32,70
83.36	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	4,87
94.13	Хлеб ржаной	Завтрак	-	-	-	-	25	1,94
4	Яблоко	Завтрак	58	-	-	14	130	21,75
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>515</b>	<b>13</b>	<b>18</b>	<b>75</b>	-	<b>108,60</b>
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/15	Обед	131	4	4	37	265	34,49
416.25	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Обед	216	16,3	11,4	12,9	120	64,34
12.56	Рис припущеный с томатом	Обед	178,89	3,53	4,19	31,77	150	17,96
53.27	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	46	-	-	12	200	12,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,36
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
4.23	Мандарин	Обед	63,8	-	-	15,4	110	28,92
<b>Итого (обед)</b>			<b>760,26</b>	<b>27,76</b>	<b>19,59</b>	<b>131,8</b>	-	<b>162,99</b>
<b>Итого</b>			<b>1 275,26</b>	<b>40,76</b>	<b>37,59</b>	<b>206,8</b>	-	<b>271,59</b>
<b>5-11_ОВЗ</b>								
98.18	Бутерброд с маслом с сыром 25/10/20	Завтрак	212	7	13	16	55	47,34
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	32,70
83.36	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	4,87
94.03	Хлеб пшеничный витам.	Завтрак	-	-	-	-	45	4,19
4	Яблоко	Завтрак	58	-	-	14	130	21,75
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>515</b>	<b>13</b>	<b>18</b>	<b>75</b>	-	<b>110,85</b>
96.46	Огурец свежий Пикантный	Обед	9,25	0,32	0,27	1,44	50	19,27
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	55,69
416.25	Митболы из мяса с соусом молочным 100/20	Обед	216	16,3	11,4	12,9	120	64,34
12.56	Рис припущеный с томатом	Обед	214,67	4,24	5,03	38,12	180	21,56
53.27	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	46	-	-	12	200	12,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	104,4	3,6	-	14,4	45	3,45
94.87	Батон с отрубями	Обед	111,95	3,31	0,33	23,45	50	4,66
4.23	Мандарин	Обед	63,8	-	-	15,4	110	28,92
<b>Итого (обед)</b>			<b>1 039,87</b>	<b>40,42</b>	<b>26,56</b>	<b>149,24</b>	-	<b>210,55</b>
<b>Итого</b>			<b>1 554,87</b>	<b>53,42</b>	<b>44,56</b>	<b>224,24</b>	-	<b>321,40</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11_ОК-1_лг</b>								
416.25	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Завтрак 2	216	16,3	11,4	12,9	150	75,92
12.54	Рис припущеный с томатом	Завтрак 2	247,2	4,8	4,8	45,6	180	21,56
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
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	46,4	1,6	-	6,4	20	1,57
4.23	Мандарин	Завтрак 2	52,2	-	-	12,6	90	23,66
<b>Итого</b>			<b>682,76</b>	<b>24,88</b>	<b>16,22</b>	<b>105,46</b>	-	<b>128,56</b>
<b>5-11_ОК-1_pc</b>								
416.25	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Завтрак 2	216	16,3	11,4	12,9	150	75,92
12.54	Рис припущеный с томатом	Завтрак 2	247,2	4,8	4,8	45,6	180	21,56
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
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	46,4	1,6	-	6,4	20	1,57
4.23	Мандарин	Завтрак 2	52,2	-	-	12,6	90	23,66
<b>Итого</b>			<b>682,76</b>	<b>24,88</b>	<b>16,22</b>	<b>105,46</b>	-	<b>128,56</b>
<b>5-11_ОК-2_лг</b>								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	55,69
416.25	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Обед	216	16,3	11,4	12,9	150	75,92
12.54	Рис припущеный с томатом	Обед	247,2	4,8	4,8	45,6	180	21,56
53.27	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	46	-	-	12	200	12,66
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,02
4.23	Мандарин	Обед	52,2	-	-	12,6	90	23,66
<b>Итого</b>			<b>925,83</b>	<b>36,62</b>	<b>25,73</b>	<b>131,1</b>	-	<b>192,84</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11_ОК-2_pc</b>								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	280	55,69
416.25	Митболы из мяса с соусом молочным 100/50	Обед	216	16,3	11,4	12,9	150	75,92
12.54	Рис припущеный с томатом	Обед	247,2	4,8	4,8	45,6	180	21,56
53.27	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	46	-	-	12	200	12,66
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,02
4.23	Мандарин	Обед	52,2	-	-	12,6	90	23,66
<b>Итого</b>			<b>925,83</b>	<b>36,62</b>	<b>25,73</b>	<b>131,1</b>	-	<b>192,84</b>
<b>5-11_ЧНС</b>								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками 250/20	Обед	217,8	7,25	5,73	31,53	270	14,46
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,72
83.36	Чай лимонный	Обед	39	-	-	10	200	4,87
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Обед	-	-	-	-	95	46,95
<b>Итого</b>			<b>346,13</b>	<b>9,92</b>	<b>5,73</b>	<b>60,2</b>	-	<b>70,00</b>
<b>без глютена_1-4_1смена</b>								
98.18	Бутерброд с маслом сыром на хлебце 5/10/20	Завтрак	113,76	6,36	7,44	7,38	35	44,86
50.06	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	23,43
83.38	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
45.28	Хлебец	Завтрак	32,82	1	0,44	5,88	5	3,42
4.23	Мандарин	Завтрак	66,7	-	-	16,1	115	30,23
<b>Итого</b>			<b>511,58</b>	<b>14,54</b>	<b>15,43</b>	<b>81,41</b>	-	<b>108,64</b>
<b>без глютена_1-4_2смена</b>								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/20	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	270	40,03
35.76	Мясо отварное соус	Обед	-	-	-	-	100	71,62
12.54	Рис припущеный с томатом	Обед	206	4	4	38	150	17,96
53.27	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	46	-	-	12	200	12,66
45.28	Хлебец	Обед	39,38	1,2	0,52	7,05	6	4,06
4	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,62
<b>Итого</b>			<b>583,86</b>	<b>18,25</b>	<b>14,45</b>	<b>98,38</b>	-	<b>162,95</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>без_лактозы_1-4_1смена</b>								
416.25	Митболы из мяса с отрубями	Завтрак	165,4	10,23	13,25	10,37	100	62,45
50.32	Каша ячневая вязкая	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	12,16
83.38	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,35
4.23	Мандарин	Завтрак	55,1	-	-	13,3	95	24,98
<b>Итого</b>			<b>574,63</b>	<b>19,08</b>	<b>20,8</b>	<b>87,39</b>	-	<b>108,64</b>
<b>без_лактозы_1-4_2смена</b>								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Обед	3,7	0,13	0,11	0,58	20	7,70
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/20	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	270	41,55
416.25	Митболы из мяса с отрубями	Обед	165,4	10,23	13,25	10,37	100	62,45
12.54	Рис припущеный с томатом	Обед	206	4	4	38	150	17,96
53.27	Компот из ягод "Ассорти"	Обед	46	-	-	12	200	12,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	116	4	-	16	50	3,90
4	Яблоко	Обед	18,68	0,4	0,4	9,8	100	16,73
<b>Итого</b>			<b>829,58</b>	<b>31,41</b>	<b>27,29</b>	<b>118,28</b>	-	<b>162,95</b>
<b>Завтрак</b>								
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Завтрак	-	-	-	-	95	46,95
85.28	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
<b>Итого</b>			<b>53,96</b>	<b>0,18</b>	<b>0,02</b>	<b>13,96</b>	-	<b>50,00</b>
<b>Полдник</b>								
1.15	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
109.06	Пирог к чаю	Полдник	-	-	-	-	80	43,43
4.23	Мандарин	Полдник	49,3	-	-	11,9	85	22,30
<b>Итого</b>			<b>135,78</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>32,5</b>	-	<b>89,63</b>

#### ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	18.12.2025 14:28:15	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	19.12.2025 08:16:22	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

## Меню на 22.12.2025

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>закуска</b>								
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	48,14
122.41	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	40,79
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
62.24	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	23,11
122.4	Салат Столичный	Нет	-	-	-	-	100	54,32
<b>Супы</b>								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Нет	273,8	12,65	9,53	31,53	280	55,69
<b> гарнир</b>								
42.18	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
22.09	Каша гречневая вязкая	Нет	174,6	5,22	5,76	32,04	180	15,25
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
7.79	Пюре картофельное	Нет	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
<b>Блюда из рыбы</b>								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	101,01
<b>Блюда из мяса</b>								
413.14	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	96,47
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353,71	14,8	16,51	36,71	250	80,34
<b>Блюда из птицы</b>								
113.14	Шашлычик из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	120	99,48
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	190	12	13,13	9,2	100	67,95
<b>напиток</b>								
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
53.27	Компот из ягод "Ассорти"	Нет	46	-	-	12	200	13,84
<b>Мучные изделия</b>								
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
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	100	36,38
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
119.16	Дениш с ягодами	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	40,94
106.18	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13

№ рец.	Блюдо	Горячее питание Калорийность, ккал		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
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
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
45.4	Булочка с маком глазурью	Нет	-	-	-	-	110	30,27
45.41	Булочка с корицей глазурью	Нет	-	-	-	-	110	24,90

## 2 блюдо

367	Гуляш 50/50	Нет	188	6	13	12	100	68,23
-----	-------------	-----	-----	---	----	----	-----	-------

## ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСПРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	18.12.2025 14:28:15	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	19.12.2025 08:16:22	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211