

Меню на 12.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
43.56	Каша "Дружба" молочная с маслом 200/10	Завтрак	187	5	7	27	210	35,43
98.18	Хлеб с маслом сыром 30/10/25	Завтрак	217,32	9,04	14,65	11,81	60	55,88
57.69	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	16,44
533.03	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	16,62
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,85
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
Итого			668,46	19,76	26,1	90,54	-	149,52
1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с горохом с гречками (мясо)250/25	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	49,72
46.8	Каша "Царская" с мясом	Обед	408	17	22,96	40	200	102,40
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,98
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
4.16	Апельсины	Обед	102,23	0,84	0,84	20,58	210	55,21
Итого			1 064,2	41,22	37,13	139,44	-	224,27
1-4_обед								
75.2	Суп картофельный с горохом гр.250/10	Обед	217,8	7,25	5,73	31,53	260	13,86
46.8	Каша "Царская" с мясом	Обед	408	17	22,96	40	200	102,40
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	2,92
Итого			806,6	28,45	28,69	107,33	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>1-4_ОВЗ</b>								
43.56	Каша "Дружба" молочная с маслом 200/10	Завтрак	187	5	7	27	210	35,43
98.18	Хлеб с маслом сыром 30/10/25	Завтрак	217,32	9,04	14,65	11,81	60	55,88
57.69	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	16,44
533.03	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	16,62
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,85
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>668,46</b>	<b>19,76</b>	<b>26,1</b>	<b>90,54</b>	-	<b>149,52</b>
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	49,72
46.8	Каша "Царская" с мясом	Обед	408	17	22,96	40	200	102,40
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,98
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
4.16	Апельсины	Обед	102,23	0,84	0,84	20,58	210	55,21
<b>Итого (обед)</b>			<b>1 064,2</b>	<b>41,22</b>	<b>37,13</b>	<b>139,44</b>	-	<b>224,27</b>
<b>Итого</b>			<b>1 732,66</b>	<b>60,98</b>	<b>63,23</b>	<b>229,98</b>	-	<b>373,79</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>5-11_ОВЗ</b>								
43.56	Каша "Дружба" молочная с маслом 200/10	Завтрак	187	5	7	27	210	35,43
98.18	Хлеб с маслом и сыром 25/10/30	Завтрак	217,32	9,04	14,65	11,81	65	60,98
57.69	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	16,44
533.03	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	16,62
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,85
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
321.09	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	17,14	-	-	2,86	50	19,29
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>685,6</b>	<b>19,76</b>	<b>26,1</b>	<b>93,4</b>	-	<b>173,91</b>
75.2	Суп картофельный с горохом с гречками (мясо)250/30	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	56,78
21.59	Каша "Царская" с мясом	Обед	160	7,5	12,3	10,57	250	106,50
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	2,84
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
4.16	Апельсины	Обед	114,4	0,94	0,94	23,03	235	61,78
4	Яблоко	Обед	66,92	-	-	16,15	150	25,10
<b>Итого (обед)</b>			<b>941,25</b>	<b>33,36</b>	<b>26,57</b>	<b>135,75</b>	-	<b>268,43</b>
<b>Итого</b>			<b>1 626,85</b>	<b>53,12</b>	<b>52,67</b>	<b>229,15</b>	-	<b>442,34</b>
<b>5-11_ОК-1_лг</b>								
21.59	Каша "Царская" с мясом	Завтрак 2	160	7,5	12,3	10,57	250	106,50
361	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	2,35
4.16	Апельсины	Завтрак 2	114,4	0,94	0,94	23,03	235	61,78
<b>Итого</b>			<b>460,17</b>	<b>13,17</b>	<b>13,24</b>	<b>69,53</b>	-	<b>176,94</b>
<b>5-11_ОК-1_рс</b>								
21.59	Каша "Царская" с мясом	Завтрак 2	160	7,5	12,3	10,57	250	106,50
361	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	2,35
4.16	Апельсины	Завтрак 2	114,4	0,94	0,94	23,03	235	61,78
<b>Итого</b>			<b>460,17</b>	<b>13,17</b>	<b>13,24</b>	<b>69,53</b>	-	<b>176,94</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>5-11_ОК-2_лг</b>								
321.09	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	27,43	-	-	4,57	80	30,86
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	49,72
21.59	Каша "Царская" с мясом	Обед	160	7,5	12,3	10,57	250	106,50
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,58
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
4.16	Апельсины	Обед	114,4	0,94	0,94	23,03	235	61,78
<b>Итого</b>			<b>844,4</b>	<b>31,41</b>	<b>26,8</b>	<b>115,52</b>	-	<b>265,40</b>
<b>5-11_ОК-2_рс</b>								
321.09	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	27,43	-	-	4,57	80	30,86
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	49,72
21.59	Каша "Царская" с мясом	Обед	160	7,5	12,3	10,57	250	106,50
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,58
4.16	Апельсины	Обед	114,4	0,94	0,94	23,03	235	61,78
<b>Итого</b>			<b>844,4</b>	<b>31,41</b>	<b>26,8</b>	<b>115,52</b>	-	<b>265,40</b>
<b>5-11_СНС</b>								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/15	Обед	273,8	12,65	9,53	31,53	265	34,45
94.65	Батон с отрубями	Обед	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,76
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
34.33	Булочка "Ореховая"	Обед	-	-	-	-	100	29,74
<b>Итого</b>			<b>378,97</b>	<b>14,64</b>	<b>9,73</b>	<b>55,6</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	51,82
43.56	Каша "Дружба" молочная с маслом 200/10	Завтрак	187	5	7	27	210	35,43
57.69	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	16,44
45.28	Хлебец	Завтрак	39,38	1,2	0,52	7,05	6	3,77
4.16	Апельсины	Завтрак	77,89	0,64	0,64	15,68	160	42,06
<b>Итого</b>			<b>514,4</b>	<b>16,34</b>	<b>18,81</b>	<b>71,5</b>	-	<b>149,52</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_глютена_1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	49,72
113.12	Филе птицы отварное	Обед	144,53	8,51	9,9	7,43	100	80,01
22.09	Каша гречневая вязкая	Обед	174,6	5,22	5,76	32,04	180	15,21
1.03	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
45.28	Хлебец	Обед	45,94	1,4	0,61	8,23	7	4,91
4	Яблоко	Обед	59,22	1,27	1,27	31,07	317	53,03
Итого			840,57	35,45	31,07	130,9	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
416.25	Биточек мясной с отрубями	Завтрак	216	10,6	12,4	12,9	100	62,99
43.63	Каша "Дружба" безмолочная с м.р. 200/10	Завтрак	254,31	7,02	7,02	39,68	210	21,23
533.03	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	16,62
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
85.29	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,25
4	Яблоко	Завтрак	53,54	-	-	12,92	120	20,08
Итого			756,89	20,71	20,85	119,2	-	149,52
без_лактозы_1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	56,78
416.25	Биточек мясной с отрубями	Обед	216	10,6	12,4	12,9	100	62,99
11.7	Булгур отварной	Обед	183,6	7,38	7,2	39,78	180	28,17
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,11
4.16	Апельсины	Обед	113,43	0,93	0,93	22,83	233	61,52
Итого			1 009	40,29	33,86	146,37	-	224,27
Завтрак								
34.33	Булочка "Ореховая"	Завтрак	-	-	-	-	100	29,74
53.99	Компот из ягод	Завтрак	84,62	0,18	-	20,98	200	20,26
Итого			84,62	0,18	-	20,98	-	50,00
Полдник								
1.15	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
109.06	Пирог к чаю	Полдник	-	-	-	-	75	45,87
4	Яблоко	Полдник	22,42	0,48	0,48	11,76	120	19,86
Итого			108,9	1,48	0,68	32,36	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	12.01.2026 09:56:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	12.01.2026 10:04:35	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 12.01.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
закуска								
122.4	Салат Столичный	Нет	-	-	-	-	100	54,60
67.22	Салат из св.помидоров и огурцов со сметаной	Нет	-	-	-	-	100	40,33
383	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	23,11
111.23	Салат из крабовых палочек Морской	Нет	-	-	-	-	100	38,13
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	48,14
122.41	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	45,02
Супы								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом 250/30	Нет	273,8	12,65	9,53	31,53	280	55,69
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 запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
Блюда из рыбы								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	127,66
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	113,43
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	120	99,48
напиток								
53.99	Компот из ягод	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200	20,26
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 печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13
45.02	Булочка с корицей и глазурью	Нет	-	-	-	-	110	22,84
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	-	-	-	-	110	24,32
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	110	28,25

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
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	41,14
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	12.01.2026 09:56:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	12.01.2026 10:04:35	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211