

Меню на 13.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
422.48	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	199	11	11	12	130	68,98
8.44	Паста Трикаллини	Завтрак	184	5	3	34	150	23,56
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,78
4.86	Банан	Завтрак	83,83	0,69	0,69	16,88	168	44,17
Итого			590	18,68	14,89	91,95	-	149,52
1-4_2смена								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	65,49	0,69	4,21	6,22	85	20,34
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	54,93
121.5	Суфле Рыбка с маслом	Обед	198	11,29	13,7	16,79	105	90,59
7.68	Пюре картофельное	Обед	110,83	2,5	3,33	18,33	150	30,54
540.03	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,47
Итого			763,35	26,78	36,66	98,95	-	224,27
1-4_обед								
32.1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/10	Обед	152,72	3,7	8,16	23,78	210	17,93
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221	6	13	12	100	68,23
7.68	Пюре картофельное	Обед	133	3	4	22	180	36,64
83.19	Чай лимонный	Обед	60	0,3	-	15,2	200	4,87
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,21
Итого			645,09	15,32	25,39	89,4	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
422.48	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	199	11	11	12	130	68,98
8.44	Паста Трикаллини	Завтрак	184	5	3	34	150	23,56
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,78
4.86	Банан	Завтрак	83,83	0,69	0,69	16,88	168	44,17
Итого (завтрак)			590	18,68	14,89	91,95	-	149,52
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	65,49	0,69	4,21	6,22	85	20,34
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	285	54,93
121.5	Суфле Рыбка с маслом	Обед	198	11,29	13,7	16,79	105	90,59
7.68	Пюре картофельное	Обед	110,83	2,5	3,33	18,33	150	30,54
540.03	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,47
Итого (обед)			763,35	26,78	36,66	98,95	-	224,27
Итого			1 353,35	45,46	51,55	190,9	-	373,79
5-11_ОВЗ								
422.48	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	199	11	11	12	130	68,98
8.44	Паста Трикаллини	Завтрак	220,8	6	3,6	40,8	180	28,28
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,78
4.86	Банан	Завтрак	83,83	0,69	0,69	16,88	168	44,17
Итого (завтрак)			626,8	19,68	15,49	98,75	-	154,24
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	92,46	0,97	5,94	8,78	120	28,73
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	63,58
121.5	Суфле Рыбка с маслом	Обед	198	11,29	13,7	16,79	105	90,59
7.68	Пюре картофельное	Обед	147,78	3,33	4,44	24,44	200	40,72
540.03	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.65	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,23
116.3	Язычок слоеный	Обед	154	2	6	20	50	35,85
Итого (обед)			1 004,62	30,68	45,67	130,88	-	288,10
Итого			1 631,42	50,36	61,16	229,63	-	442,34
5-11_ОК-1_лг								
67.97	Салат из квашеной капусты	Завтрак 2	77,05	0,81	4,95	7,32	100	23,94
35.44	Гуляш 50/50	Завтрак 2	221	6	13	12	100	68,23
7.68	Пюре картофельное	Завтрак 2	133	3	4	22	180	36,64
62	Напиток из шиповника	Завтрак 2	56	-	-	15	200	10,03
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	55,83	1,67	-	11,67	25	2,25
116.3	Язычок слоеный	Завтрак 2	154	2	6	20	50	35,85
Итого			696,88	13,48	27,95	87,99	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-1_рс								
67.97	Салат из квашеной капусты	Завтрак 2	77,05	0,81	4,95	7,32	100	23,94
35.44	Гуляш 50/50	Завтрак 2	221	6	13	12	100	68,23
7.68	Пюре картофельное	Завтрак 2	133	3	4	22	180	36,64
62	Напиток из шиповника	Завтрак 2	56	-	-	15	200	10,03
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	55,83	1,67	-	11,67	25	2,25
116.3	Язычок слоеный	Завтрак 2	154	2	6	20	50	35,85
Итого			696,88	13,48	27,95	87,99	-	176,94
5-11_ОК-2_лг								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	92,46	0,97	5,94	8,78	120	28,73
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	63,58
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221	6	13	12	100	68,23
7.68	Пюре картофельное	Обед	147,78	3,33	4,44	24,44	200	40,72
540.03	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.87	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,36
116.3	Язычок слоеный	Обед	154	2	6	20	50	35,85
Итого			1 016,42	25,05	44,93	123,74	-	265,40
5-11_ОК-2_рс								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	92,46	0,97	5,94	8,78	120	28,73
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	63,58
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221	6	13	12	100	68,23
7.68	Пюре картофельное	Обед	147,78	3,33	4,44	24,44	200	40,72
540.03	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.87	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,36
116.3	Язычок слоеный	Обед	154	2	6	20	50	35,85
Итого			1 016,42	25,05	44,93	123,74	-	265,40
5-11_СНС								
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	11,1	0,38	0,32	1,73	60	23,12
21.72	Тефтели "Ежики" из мяса	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	100	61,44
19.29	Овощи припущенные	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	3,51
4	Яблоко	Завтрак	32,13	0,69	0,69	16,86	172	28,80
Итого			451,51	15,76	17,97	62,51	-	149,52

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_глютена_1-4_2смена								
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	63,58
121.52	Рыба припущенная	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
540.03	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,07
45.28	Хлебец	Обед	52,5	1,6	0,7	9,4	8	5,37
4.16	Апельсины	Обед	87,63	0,72	0,72	17,64	180	47,32
Итого			707,19	32,07	28,91	102,43	-	224,27

без_лактозы_1-4_1смена								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Завтрак	5,55	0,19	0,16	0,86	30	11,55
21.67	Тефтели "Ежики"	Завтрак	220	10,31	16,91	14,53	100	63,05
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	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	92,8	3,2	-	12,8	40	2,94
4.16	Апельсины	Завтрак	92,98	0,76	0,76	18,72	191	50,21
Итого			777,62	23,47	21,67	120,53	-	149,52

без_лактозы_1-4_2смена								
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	63,58
121.52	Рыба припущенная	Обед	113,76	17,83	5,92	7,38	100	77,29
42.65	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	30,99
540.03	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.65	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,19
4	Яблоко	Обед	26,15	0,56	0,56	13,72	140	23,42
Итого			717,57	34,16	28,31	112,67	-	224,27

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

Полдник								
1.03	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
106.18	Пирожок печеный с мясом луком	Полдник	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13
4	Яблоко	Полдник	31,38	0,67	0,67	16,46	168	28,11
Итого			212,36	7,67	7,32	40,11	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	12.01.2026 10:04:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	12.01.2026 10:04:51	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 13.01.2026

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								
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/30/10	Нет	198,8	8,03	15,42	16,54	290	63,58
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								
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	113,70
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	120	99,48
напиток								
540.03	Напиток Ягодный драйф	Нет	88	1	-	23	200	24,07
1.03	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
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
34.98	Кекс столичный с изюмом	Нет	65,63	1,68	0,26	8,47	100	47,93

№ 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

2 блюдо

35.44	Гуляш 50/50	Нет	221	6	13	12	100	68,23
-------	-------------	-----	-----	---	----	----	-----	-------

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	12.01.2026 10:04:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	12.01.2026 10:04:51	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211