

## Меню на 14.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>1-4_1смена</b>								
63.5	Плов из филе куры	Завтрак	449,18	16,65	18,84	47,91	250	88,91
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	34,8	1,2	-	4,8	15	0,99
161.11	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	106	3	3	5	130	54,24
<b>Итого</b>			<b>683,81</b>	<b>22,52</b>	<b>21,84</b>	<b>79,38</b>	-	<b>149,52</b>
<b>1-4_2смена</b>								
96.49	Огурец свежий Пикантный	Обед	6	-	-	1	40	15,44
65.9	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	63,83
117.87	Чиполлетти из мяса Пикантные	Обед	220,62	10,54	14,63	11,06	100	65,77
14.27	Паста "Ригате" с сыром	Обед	185,87	6,67	4,67	29,26	150	42,27
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,20
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
<b>Итого</b>			<b>935,2</b>	<b>31,88</b>	<b>33,63</b>	<b>137,45</b>	-	<b>224,27</b>
<b>1-4_обед</b>								
65.09	Рассольник Ленинградский со сметаной 200/5	Обед	96,5	2,5	4,5	13,64	205	16,27
117.87	Чиполлетти из мяса Пикантные	Обед	220,62	10,54	14,63	11,06	100	65,77
14.27	Паста "Ригате" с сыром	Обед	185,87	6,67	4,67	29,26	150	42,27
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.65	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,19
<b>Итого</b>			<b>631,77</b>	<b>22,57</b>	<b>23,97</b>	<b>80,49</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>								
63.5	Плов из филе куры	Завтрак	449,18	16,65	18,84	47,91	250	88,91
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	34,8	1,2	-	4,8	15	0,99
161.11	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	106	3	3	5	130	54,24
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>683,81</b>	<b>22,52</b>	<b>21,84</b>	<b>79,38</b>	-	<b>149,52</b>
96.49	Огурец свежий Пикантный	Обед	6	-	-	1	40	15,44
65.9	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	63,83
117.87	Чиполлетти из мяса Пикантные	Обед	220,62	10,54	14,63	11,06	100	65,77
14.27	Паста "Ригате" с сыром	Обед	185,87	6,67	4,67	29,26	150	42,27
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,20
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
<b>Итого (обед)</b>			<b>935,2</b>	<b>31,88</b>	<b>33,63</b>	<b>137,45</b>	-	<b>224,27</b>
<b>Итого</b>			<b>1 619,01</b>	<b>54,4</b>	<b>55,47</b>	<b>216,83</b>	-	<b>373,79</b>
<b>5-11_ОВЗ</b>								
63.5	Плов из филе куры	Завтрак	449,18	16,65	18,84	47,91	250	88,91
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,17	2,33	-	16,33	35	2,45
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	81,2	2,8	-	11,2	35	2,73
161.11	Блины классические со сгущенным молоком	Завтрак	106	3	3	5	130	54,24
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>752,55</b>	<b>24,78</b>	<b>21,84</b>	<b>90,44</b>	-	<b>151,38</b>
96.46	Огурец свежий Пикантный	Обед	12,03	0,42	0,35	1,87	65	50,08
65.9	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	63,83
117.87	Чиполлетти из мяса Пикантные	Обед	220,62	10,54	14,63	11,06	100	65,77
14.27	Паста "Ригате" с сыром	Обед	223,05	8,01	5,61	35,11	180	50,72
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
94.65	Батон с отрубями	Обед	33,59	0,99	0,1	7,04	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	2,95
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
<b>Итого (обед)</b>			<b>990,53</b>	<b>34,1</b>	<b>35,02</b>	<b>145,08</b>	-	<b>290,96</b>
<b>Итого</b>			<b>1 743,08</b>	<b>58,88</b>	<b>56,86</b>	<b>235,52</b>	-	<b>442,34</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11_ОК-1_лг</b>								
96.49	Огурец свежий Пикантный	Завтрак 2	2,25	-	-	0,38	15	5,79
117.87	Чиполлетти из мяса Пикантные	Завтрак 2	220,62	10,54	14,63	11,06	100	65,77
14.27	Паста "Rigate" с сыром	Завтрак 2	223,05	8,01	5,61	35,11	180	50,72
361	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,05
94.65	Батон с отрубями	Завтрак 2	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,67
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак 2	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
<b>Итого</b>			<b>723,2</b>	<b>24,26</b>	<b>21,65</b>	<b>102,49</b>	-	<b>176,94</b>
<b>5-11_ОК-1_pc</b>								
96.49	Огурец свежий Пикантный	Завтрак 2	2,25	-	-	0,38	15	5,79
117.87	Чиполлетти из мяса Пикантные	Завтрак 2	220,62	10,54	14,63	11,06	100	65,77
14.27	Паста "Rigate" с сыром	Завтрак 2	223,05	8,01	5,61	35,11	180	50,72
361	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,05
94.65	Батон с отрубями	Завтрак 2	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,67
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак 2	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
<b>Итого</b>			<b>723,2</b>	<b>24,26</b>	<b>21,65</b>	<b>102,49</b>	-	<b>176,94</b>
<b>5-11_ОК-2_лг</b>								
96.49	Огурец свежий Пикантный	Обед	9	-	-	1,5	60	23,16
65.9	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	63,83
117.87	Чиполлетти из мяса Пикантные	Обед	220,62	10,54	14,63	11,06	100	65,77
14.27	Паста "Rigate" с сыром	Обед	223,05	8,01	5,61	35,11	180	50,72
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,5	3	-	21	45	4,19
94.13	Хлеб ржаной	Обед	-	-	-	-	20	1,52
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
<b>Итого</b>			<b>961,61</b>	<b>32,49</b>	<b>34,57</b>	<b>145,87</b>	-	<b>265,40</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>5-11_OK-2_pc</b>								
96.49	Огурец свежий Пикантный	Обед	9	-	-	1,5	60	23,16
65.9	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	63,83
117.87	Чиполлетти из мяса Пикантные	Обед	220,62	10,54	14,63	11,06	100	65,77
14.27	Паста "Ригате" с сыром	Обед	223,05	8,01	5,61	35,11	180	50,72
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,5	3	-	21	45	4,19
94.13	Хлеб ржаной	Обед	-	-	-	-	20	1,52
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
<b>Итого</b>			<b>961,61</b>	<b>32,49</b>	<b>34,57</b>	<b>145,87</b>	-	<b>265,40</b>
<b>5-11_CHC</b>								
65.9	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/5	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	255	19,78
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,14
83.3	Чай с лимоном	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,68
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Обед	-	-	-	-	85	40,40
<b>Итого</b>			<b>375,92</b>	<b>11,9</b>	<b>13,17</b>	<b>68,16</b>	-	<b>70,00</b>
<b>без_глютена_1-4_1смена</b>								
63.5	Плов из филе куры	Завтрак	449,18	16,65	18,84	47,91	250	88,91
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	2,35
4.86	Банан	Завтрак	104,79	0,86	0,86	21,09	210	55,21
<b>Итого</b>			<b>634,18</b>	<b>18,49</b>	<b>20,07</b>	<b>87,66</b>	-	<b>149,52</b>
<b>без_глютена_1-4_2смена</b>								
96.46	Огурец свежий Пикантный	Обед	3,7	0,13	0,11	0,58	20	7,70
65.9	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	63,83
63.5	Плов из филе куры	Обед	449,18	16,65	18,84	47,91	250	88,91
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,57
45.28	Хлебец	Обед	32,82	1	0,44	5,88	5	3,26
4.16	Апельсины	Обед	94,44	0,78	0,78	19,01	194	51,00
<b>Итого</b>			<b>886,48</b>	<b>28,25</b>	<b>33,26</b>	<b>127,57</b>	-	<b>224,27</b>
<b>без_лактозы_1-4_1смена</b>								
63.5	Плов из филе куры	Завтрак	449,18	16,65	18,84	47,91	250	88,91
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,12
4	Яблоко	Завтрак	16,81	0,36	0,36	8,82	90	15,06
4.86	Банан	Завтрак	72,85	0,6	0,6	14,67	146	38,38
<b>Итого</b>			<b>693,56</b>	<b>20,77</b>	<b>20,12</b>	<b>106,47</b>	-	<b>149,52</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>без_лактозы_1-4_2смена</b>								
96.49	Огурец свежий Пикантный	Обед	7,5	-	-	1,25	50	19,29
65.9	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/30/	Обед	237,55	9,28	12,92	36,54	290	63,83
117.87	Чиполлетти из мяса Пикантные	Обед	220,62	10,54	14,63	11,06	100	62,24
8.41	Макароны отварные с м.р.	Обед	220,73	6,36	3,58	39,86	150	8,28
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Обед	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,19
4.16	Апельсины	Обед	107,1	0,88	0,88	21,56	220	57,84
<b>Итого</b>			<b>940,46</b>	<b>29,8</b>	<b>32,18</b>	<b>144,25</b>	-	<b>224,27</b>
<b>Завтрак</b>								
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Завтрак	-	-	-	-	85	40,40
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Завтрак	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
<b>Итого</b>			<b>68,79</b>	<b>0,41</b>	<b>0,17</b>	<b>17,65</b>	-	<b>50,00</b>
<b>Полдник</b>								
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Полдник	-	-	-	-	100	48,36
1.03	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
4.69	Яблоко свежее	Полдник	58,42	0,48	0,48	82,35	120	19,88
<b>Итого</b>			<b>144,9</b>	<b>1,48</b>	<b>0,68</b>	<b>102,95</b>	-	<b>89,63</b>

#### ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	12.01.2026 10:06:33	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	12.01.2026 10:10:57	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

## Меню на 14.01.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>закуска</b>								
122.4	Салат Столичный	Нет	-	-	-	-	100	54,20
111.23	Салат из крабовых палочек Морской	Нет	-	-	-	-	100	38,13
383	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	23,11
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	37,52
29.02	Салат из свеклы с сыром	Нет	-	-	-	-	100	43,03
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	47,40
122.41	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	45,02
<b>Супы</b>								
65.9	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясо)250/20/	Нет	237,55	9,28	12,92	36,54	280	50,26
<b> гарнир</b>								
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
46.55	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,74
42.18	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
12.5	Рис "Золотистый" с куркумой	Нет	200	3	4	37	180	21,45
<b>Блюда из рыбы</b>								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	100,75
<b>Блюда из мяса</b>								
413.14	Шницель н/п	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	96,84
<b>Блюда из птицы</b>								
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	67,95
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	94,15
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	120,47
<b>напиток</b>								
92.8	Напиток из яблок с сухофруктами	Нет	68,79	0,41	0,17	17,65	200	9,60
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
57.8	Кофе черный раствор.с сахаром	Нет	-	-	-	-	200	16,24
<b>Мучные изделия</b>								
109.06	Пирог к чаю	Нет	-	-	-	-	80	43,43
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
109.82	Сочень с творогом	Нет	241,19	10,09	7,33	36,34	85	42,40
106.18	Пирожок печенный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13
119.16	Дениш с ягодами	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	41,14

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	-	-	-	-	110	24,32
45.02	Булочка с корицей и глазурью	Нет	-	-	-	-	110	22,84
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
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	110	18,38
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	30,37
34.98	Кекс столичный с изюмом	Нет	65,63	1,68	0,26	8,47	100	47,93

**гор.блюдо**

63.5	Плов из филе куры	Нет	449,18	16,65	18,84	47,91	250	88,91
------	-------------------	-----	--------	-------	-------	-------	-----	-------

**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 10:06:33	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	12.01.2026 10:10:57	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211