

Меню на 22.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_1смена								
120.22	Омлет натуральный с маслом	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	160	57,34
355	Йогурт 2,5%	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
83.19	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,87
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	46,4	1,6	-	6,4	20	1,57
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого			597,15	23,77	29,27	93,4	-	149,52
1-4_2смена								
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/10	Обед	164,85	4,71	5,13	22,97	260	18,06
538.01	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	100	81,55
14.24	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	155	5,83	4,17	24,17	150	24,74
540.07	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	11,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,79
4.86	Банан	Обед	139,72	1,15	1,15	28,13	280	83,65
Итого			865,57	28,69	24,45	127,27	-	224,27
1-4_обед								
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/10	Обед	164,85	4,71	5,13	22,97	260	18,06
538.01	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	100	81,55
14.24	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	155	5,83	4,17	24,17	150	24,74
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Обед	104,4	3,6	-	14,4	45	3,48
Итого			655,25	26,14	23,3	78,54	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_ОВЗ								
120.22	Омлет натуральный с маслом	Завтрак	248,65	14,62	20,03	16,79	160	57,34
355	Йогурт 2,5%	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
83.19	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,87
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	46,4	1,6	-	6,4	20	1,57
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого (завтрак)			597,15	23,77	29,27	93,4	-	149,52
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/10	Обед	164,85	4,71	5,13	22,97	260	18,06
538.01	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	100	81,55
14.24	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	155	5,83	4,17	24,17	150	24,74
540.07	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	11,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,26
4.86	Банан	Обед	139,72	1,15	1,15	28,13	280	83,65
Итого (обед)			866	28,76	24,45	126,54	-	224,27
Итого			1 463,15	52,53	53,72	219,94	-	373,79
5-11_ОВЗ								
120.22	Омлет натуральный с маслом сл 200/10	Завтрак	281,64	19,45	21,2	22,32	210	76,40
355	Йогурт 2,5%	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого (завтрак)			573,11	27,02	30,67	89,75	-	165,65
78.14	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	30,43
538.01	Чахохбили из мяса кур	Обед	250,9	15,6	18,2	9,1	130	107,62
14.24	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	186	7	5	29	180	29,69
540.04	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,47
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,16
94.65	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,66
4.86	Банан	Обед	134,73	1,11	1,11	27,12	270	80,66
Итого (обед)			911,99	32,29	33,02	124,79	-	276,69
Итого			1 485,1	59,31	63,69	214,54	-	442,34

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОК-1_лг								
538.01	Чахохбили из мяса кур	Завтрак 2	193	12	14	7	100	81,55
14.24	Макаронные изделия отварные с сыром	Завтрак 2	186	7	5	29	180	29,69
361	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	46,4	1,6	-	6,4	20	1,41
4.86	Банан	Завтрак 2	102,3	0,84	0,84	20,59	205	61,24
Итого			565,7	21,44	19,84	72,99	-	176,94
5-11_ОК-1_pc								
538.01	Чахохбили из мяса кур	Завтрак 2	193	12	14	7	100	81,55
14.24	Макаронные изделия отварные с сыром	Завтрак 2	186	7	5	29	180	29,69
361	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	46,4	1,6	-	6,4	20	1,41
4.86	Банан	Завтрак 2	102,3	0,84	0,84	20,59	205	61,24
Итого			565,7	21,44	19,84	72,99	-	176,94
5-11_ОК-2_лг								
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/10	Обед	164,85	4,71	5,13	22,97	260	18,06
538.01	Чахохбили из мяса кур	Обед	250,9	15,6	18,2	9,1	130	107,62
14.24	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	186	7	5	29	180	29,69
540.04	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,47
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,57
4.86	Банан	Обед	134,73	1,11	1,11	27,12	270	80,66
Итого			961,51	33,89	29,44	134,06	-	265,40
5-11_ОК-2_pc								
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/10	Обед	164,85	4,71	5,13	22,97	260	18,06
538.01	Чахохбили из мяса кур	Обед	250,9	15,6	18,2	9,1	130	107,62
14.22	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	294,98	10,26	9,54	41,99	180	29,69
540.04	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,47
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,57
4.86	Банан	Обед	134,73	1,11	1,11	27,12	270	80,66
Итого			1 070,49	37,15	33,98	147,05	-	265,40
5-11_ЧНС								
78.14	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	22,51
83.38	Чай лимонный	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,35
109.06	Пирог к чаю	Обед	-	-	-	-	70	39,44
Итого			244,38	5,76	8,6	39,19	-	70,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
без_глютена_1-4_1смена								
538.01	Чахохбили из мяса кур	Завтрак	193	12	14	7	100	81,55
12.58	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак	240	3,6	4,8	44,4	180	21,45
83.42	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	6,70
45.28	Хлебец	Завтрак	45,94	1,4	0,61	8,23	7	4,33
4.23	Мандарин	Завтрак	78,3	-	-	18,9	135	35,49
Итого			596,24	17	19,41	88,53	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
78.14	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	30,43
538.01	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	100	82,78
39.29	Капуста тушеная	Обед	-	-	-	-	150	22,58
540.07	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	11,68
45.28	Хлебец	Обед	65,63	2	0,87	11,75	10	6,59
4.86	Банан	Обед	117,27	0,96	0,96	23,61	235	70,21
Итого			601,88	19,82	24,41	82,95	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
538.01	Чахохбили из мяса кур	Завтрак	193	12	14	7	100	81,55
12.58	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак	200	3	4	37	150	9,55
83.42	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	100,5	3	-	21	45	4,19
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	46,4	1,6	-	6,4	20	1,52
4.23	Мандарин	Завтрак	101,5	-	-	24,5	175	46,01
Итого			680,4	19,6	18	105,9	-	149,52
без_лактозы_1-4_2смена								
78.14	Суп-пюре из овощей с гренками 250/20	Обед	137,98	3,86	8,58	17,59	270	30,43
538.01	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	100	81,55
14.24	Макаронные изделия отварные с сыром	Обед	186	7	5	29	180	29,69
540.04	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	24,47
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,00
4.86	Банан	Обед	92,32	0,76	0,76	18,58	185	55,27
Итого			776,77	27,15	28,34	109,3	-	224,27
Завтрак								
109.06	Пирог к чаю	Завтрак	-	-	-	-	70	39,44
53.3	Компот из ягод "Ассорти"	Завтрак	46	-	-	12	200	10,56
Итого			46	-	-	12	-	50,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
Полдник								
1.03	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
106	Пирожок печеный с мясом луком	Полдник	-	-	-	-	100	47,82
4	Яблоко	Полдник	22,79	0,49	0,49	11,96	122	20,42
Итого			109,27	1,49	0,69	32,56	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	19.01.2026 15:38:21	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	19.01.2026 16:40:24	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 22.01.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
закуска								
383.01	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	32,62
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	37,52
122.42	Салат мясной	Нет	-	-	-	-	100	52,13
62.42	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	35,14
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	47,39
122.41	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	45,02
Супы								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Нет	329,8	18,05	13,33	31,53	300	56,78
 гарнир								
7.79	Пюре картофельное	Нет	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
22.09	Каша гречневая вязкая	Нет	174,6	5,22	5,76	32,04	180	15,25
42.18	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
Блюда из рыбы								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	100,95
Блюда из мяса								
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353	15	17	37	250	81,35
413.14	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	96,47
Блюда из птицы								
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	66,03
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	111,56
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	94,15
напиток								
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Нет	45,64	0,19	0,07	11,58	200	19,27
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	39,81
119.16	Дениш с ягодами	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	41,09
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
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	100	37,08
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

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	-	-	-	-	110	24,63
45.02	Булочка с корицей и глазурью	Нет	-	-	-	-	110	23,16
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	99,78
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 "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	19.01.2026 15:38:21	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	19.01.2026 16:40:24	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211