

## Меню на 26.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>1-4_1смена</b>								
43.56	Каша "Дружба" молочная с маслом 200/10	Завтрак	187	5	7	27	210	35,43
98.18	Хлеб с маслом сыром 25/10/25	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	16,97
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	46,4	1,6	-	6,4	20	1,50
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
<b>Итого</b>			<b>670,19</b>	<b>20,03</b>	<b>26,1</b>	<b>87,61</b>	-	<b>149,52</b>
<b>1-4_2смена</b>								
	Суп картофельный с							
75.2	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</b>			<b>1 064,2</b>	<b>41,22</b>	<b>37,13</b>	<b>139,44</b>	-	<b>224,27</b>
<b>1-4_обед</b>								
	Суп картофельный с							
75.2	горохом гр.250/10	Обед	217,8	7,25	5,73	31,53	260	13,84
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	2,94
<b>Итого</b>			<b>806,6</b>	<b>28,45</b>	<b>28,69</b>	<b>107,33</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>								
43.56	Каша "Дружба" молочная с маслом 200/10	Завтрак	187	5	7	27	210	35,43
98.18	Хлеб с маслом сыром 25/10/25	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	16,97
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
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>149,88</b>
Суп картофельный с								
75.2	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	69,6	2,4	-	9,6	30	2,17
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	33,5	1	-	7	15	1,40
4.16	Апельсины	Обед	104,67	0,86	0,86	21,07	215	56,52
<b>Итого (обед)</b>			<b>1 033,57</b>	<b>40,31</b>	<b>37,15</b>	<b>132,2</b>	-	<b>223,91</b>
<b>Итого</b>			<b>1 702,03</b>	<b>60,07</b>	<b>63,25</b>	<b>222,74</b>	-	<b>373,79</b>
<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	16,97
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>154,97</b>
Суп картофельный с								
75.2	горохом с гренками (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
1.03	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	2,89
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
4.16	Апельсины	Обед	131,44	1,08	1,08	26,46	270	70,98
4	Яблоко	Обед	66,92	-	-	16,15	150	25,10
<b>Итого (обед)</b>			<b>956,77</b>	<b>33,5</b>	<b>26,91</b>	<b>136,78</b>	-	<b>287,37</b>
<b>Итого</b>			<b>1 625,23</b>	<b>53,26</b>	<b>53,01</b>	<b>227,32</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>								
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>
<b>5-11_ОК-2_лг</b>								
321.05	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	5	-	-	1	30	11,57
	Суп картофельный с							
75.2	горохом с гренками (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	46,4	1,6	-	6,4	20	1,51
94.87	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
4.16	Апельсины	Обед	136,31	1,12	1,12	27,44	280	73,61
<b>Итого</b>			<b>855,07</b>	<b>31,92</b>	<b>27,01</b>	<b>118,7</b>	-	<b>265,40</b>
<b>5-11_ОК-2_рс</b>								
321.05	Помидор свежий "Пикантный"	Обед	5	-	-	1	30	11,57
	Суп картофельный с							
75.2	горохом с гренками (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
94.87	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,51
4.16	Апельсины	Обед	136,31	1,12	1,12	27,44	280	73,61
<b>Итого</b>			<b>855,07</b>	<b>31,92</b>	<b>27,01</b>	<b>118,7</b>	-	<b>265,40</b>
<b>5-11_ЧНС</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>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>без_глютена_1-4_1смена</b>								
98.18	Бутерброд с маслом сыром на хлебце 5/10/15	Завтрак	132,72	7,42	8,68	8,61	35	51,82
43.56	Каша "Дружба" молочная с маслом 200/10	Завтрак	187	5	7	27	210	35,43
533.04	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	16,97
57.69	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	96,37	3,14	3,21	14,39	200	16,44
45.28	Хлебец	Завтрак	52,5	1,6	0,7	9,4	8	5,56
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	25	23,30
<b>Итого</b>			<b>591,69</b>	<b>18,41</b>	<b>20,83</b>	<b>87,41</b>	-	<b>149,52</b>
<b>без_глютена_1-4_2смена</b>								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (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
45.28	Хлебец	Обед	19,69	0,6	0,26	3,53	3	1,97
4.16	Апельсины	Обед	87,63	0,72	0,72	17,64	180	47,32
<b>Итого</b>			<b>685,12</b>	<b>27,87</b>	<b>26,61</b>	<b>86,27</b>	-	<b>224,27</b>
<b>без_лактозы_1-4_1смена</b>								
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	16,97
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
83.42	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	6,70
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,01
95.33	Печенье пшеничное	Завтрак	174	4	6	25	24	8,16
4	Яблоко	Завтрак	52,3	1,12	1,12	27,44	280	46,84
<b>Итого</b>			<b>721,08</b>	<b>15,71</b>	<b>15,61</b>	<b>146,55</b>	-	<b>149,52</b>
<b>без_лактозы_1-4_2смена</b>								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (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	58	2	-	8	25	1,76
4.16	Апельсины	Обед	87,63	0,72	0,72	17,64	180	47,53
<b>Итого</b>			<b>723,43</b>	<b>29,27</b>	<b>26,35</b>	<b>90,74</b>	-	<b>224,27</b>
<b>Завтрак</b>								
34.33	Булочка "Ореховая"	Завтрак	-	-	-	-	100	29,74
53.99	Компот из ягод	Завтрак	84,62	0,18	-	20,98	200	20,26
<b>Итого</b>			<b>84,62</b>	<b>0,18</b>	-	<b>20,98</b>	-	<b>50,00</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>Полдник</b>								
1.03	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
34.71	Шарлотка с яблоками	Полдник	60	10,5	1,26	25,68	100	32,11
4	Яблоко	Полдник	40,35	0,86	0,86	21,17	216	36,13
<b>Итого</b>			<b>186,83</b>	<b>12,36</b>	<b>2,32</b>	<b>67,45</b>	-	<b>89,63</b>

### ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	22.01.2026 11:02:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	23.01.2026 10:37:41	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

## Меню на 26.01.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
<b>закуска</b>								
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	47,40
122.41	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	45,02
<b>Супы</b>								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Нет	329,8	18,05	13,33	31,53	300	56,78
<b> гарнир</b>								
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
<b>Блюда из рыбы</b>								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	127,15
<b>Блюда из мяса</b>								
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
113.14	Шашлык из свинины	Нет	-	-	-	-	100	127,94
<b>Блюда из птицы</b>								
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	66,08
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	-	-	-	-	120	102,51
<b>напиток</b>								
540	Напиток из кураги и изюма	Нет	88	1	-	23	200	11,70
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
<b>Мучные изделия</b>								
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	41,41
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	30,69
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	37,10
109.06	Пирог к чаю	Нет	-	-	-	-	80	43,43

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
109.82	Сочень с творогом	Нет	241,19	10,09	7,33	36,34	85	42,40
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	43,88
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	100,18
<b>2 блюдо</b>								
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	22.01.2026 11:02:24	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	23.01.2026 10:37:41	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211