

Меню на 27.01.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
422.81	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	100	46,29
8.44	Паста Триколлини	Завтрак	184	5	3	30	150	23,56
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	67,2	1,2	-	13,8	30	2,72
4.86	Банан	Завтрак	54,88	-	-	13,44	224	66,92
Итого			522,08	13,7	15,3	82,81	-	149,52
1-4_2смена								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	48,75	0,75	3	4,5	75	17,96
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	64,25
121.5	Суфле Рыбка	Обед	198	11,29	13,7	16,79	100	81,55
7.68	Пюре картофельное	Обед	110,83	2,5	3,33	18,33	150	30,54
540.03	Напиток из ягод " Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,64
Итого			803,75	28,7	35,45	106,69	-	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
<b>1-4_ОВЗ</b>								
422.81	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	100	46,29
8.44	Паста Триколлини	Завтрак	184	5	3	30	150	23,56
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	67,2	1,2	-	13,8	30	2,72
4.86	Банан	Завтрак	54,88	-	-	13,44	224	66,92
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>522,08</b>	<b>13,7</b>	<b>15,3</b>	<b>82,81</b>	-	<b>149,52</b>
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	48,75	0,75	3	4,5	75	17,96
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	64,25
121.5	Суфле Рыбка	Обед	198	11,29	13,7	16,79	100	81,55
7.68	Пюре картофельное	Обед	110,83	2,5	3,33	18,33	150	30,54
540.03	Напиток из ягод " Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,64
<b>Итого (обед)</b>			<b>803,75</b>	<b>28,7</b>	<b>35,45</b>	<b>106,69</b>	-	<b>224,27</b>
<b>Итого</b>			<b>1 325,83</b>	<b>42,4</b>	<b>50,75</b>	<b>189,5</b>	-	<b>373,79</b>
<b>5-11_ОВЗ</b>								
422.81	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	100	46,29
8.44	Паста Триколлини	Завтрак	220,8	6	3,6	36	180	28,28
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	67,2	1,2	-	13,8	30	2,80
4.86	Банан	Завтрак	58,8	-	-	14,4	240	71,70
<b>Итого (завтрак)</b>			<b>562,8</b>	<b>14,7</b>	<b>15,9</b>	<b>89,77</b>	-	<b>159,10</b>
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	65	1	4	6	100	23,94
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	64,25
121.5	Суфле Рыбка с маслом	Обед	198	11,29	13,7	16,79	105	90,59
7.68	Пюре картофельное	Обед	133	3	4	22	180	36,64
540.03	Напиток из ягод " Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.65	Батон с отрубями	Обед	44,8	0,8	-	9,2	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,29
109.55	Слойка с персиком	Обед	-	-	-	-	70	39,60
<b>Итого (обед)</b>			<b>797,2</b>	<b>27,52</b>	<b>37,12</b>	<b>103,13</b>	-	<b>283,24</b>
<b>Итого</b>			<b>1 360</b>	<b>42,22</b>	<b>53,02</b>	<b>192,9</b>	-	<b>442,34</b>

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-1_лг								
67.97	Салат из квашеной капусты	Завтрак 2	65	1	4	6	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			684,83	13,67	27	86,67	-	176,94
5-11_ОК-1_рс								
67.97	Салат из квашеной капусты	Завтрак 2	65	1	4	6	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			684,83	13,67	27	86,67	-	176,94
5-11_ОК-2_лг								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	71,5	1,1	4,4	6,6	110	26,34
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	64,25
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 из ягод " Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,68
116.3	Язычок слоеный	Обед	154	2	6	20	50	35,85
Итого			1 040,65	26,58	43,49	130,2	-	265,40
5-11_ОК-2_рс								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	71,5	1,1	4,4	6,6	110	26,34
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	64,25
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 из ягод " Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,68
116.3	Язычок слоеный	Обед	154	2	6	20	50	35,85
Итого			1 040,65	26,58	43,49	130,2	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_СНС								
32.36	Борщ с мясом сметаной 250/15/5	Обед	216,5	10,6	16,32	16,37	270	38,96
85.29	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,06
34.71	Шарлотка с яблоками	Обед	54	9,45	1,13	23,11	90	25,93
Итого			380,29	21,9	17,47	65,11	-	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	10,03
45.28	Хлебец	Завтрак	26,25	0,8	0,35	4,7	4	3,26
4	Яблоко	Завтрак	32,13	0,69	0,69	16,86	172	28,78
Итого			451,51	15,76	17,97	62,51	-	149,52
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	64,25
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 из ягод " Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,07
45.28	Хлебец	Обед	45,94	1,4	0,61	8,23	7	4,70
4.16	Апельсины	Обед	87,63	0,72	0,72	17,64	180	47,32
Итого			700,63	31,87	28,82	101,26	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
21.67	Тефтели "Ежики"	Завтрак	220	10,31	16,91	14,53	100	63,05
8.44	Паста Триколлини	Завтрак	184	5	3	30	150	15,63
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	9,76
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	81,2	2,8	-	11,2	35	2,61
4.16	Апельсины	Завтрак	102,23	0,84	0,84	20,58	210	55,21
Итого			721,8	21,27	20,98	107,73	-	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	64,25
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	22,59
540.03	Напиток из ягод " Ягодный драйв"	Обед	88	1	-	23	200	24,07
94.65	Батон с отрубями	Обед	100,8	1,8	-	20,7	45	4,19
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	0,93
4	Яблоко	Обед	34,56	0,74	0,74	18,13	185	30,95
Итого			737,22	33,49	28,23	119,02	-	224,27

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
<b>Завтрак</b>								
34.71	Шарлотка с яблоками	Завтрак	54	9,45	1,13	23,11	90	25,93
540.03	Напиток из ягод " Ягодный драйв"	Завтрак	88	1	-	23	200	24,07
<b>Итого</b>			<b>142</b>	<b>10,45</b>	<b>1,13</b>	<b>46,11</b>	-	<b>50,00</b>

<b>Полдник</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>212,36</b>	<b>7,67</b>	<b>7,32</b>	<b>40,11</b>	-	<b>89,63</b>

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	23.01.2026 14:58:45	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	23.01.2026 16:56:03	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 27.01.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
закуска								
383.01	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	32,62
122.41	Салат "Венгерский	Нет	-	-	-	-	100	45,02
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	47,40
62.42	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	35,14
122.42	Салат мясной	Нет	-	-	-	-	100	52,13
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	37,52
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								
42.18	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
22.09	Каша гречневая вязкая	Нет	174,6	5,22	5,76	32,04	180	15,25
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
7.79	Пюре картофельное	Нет	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
Блюда из рыбы								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	127,15
Блюда из мяса								
113.14	Шашлык из свинины	Нет	-	-	-	-	100	127,94
413.14	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	96,47
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	353	15	17	37	250	81,35
Блюда из птицы								
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	120	102,51
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	111,56
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	66,08
напиток								
540	Напиток из кураги и изюма	Нет	88	1	-	23	200	11,70
85.13	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,72
1.03	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
Мучные изделия								
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	100,18
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	43,88
45.02	Булочка с корицей и глазурью	Нет	-	-	-	-	110	22,84
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	-	-	-	-	110	24,32
109.82	Сочень с творогом	Нет	241,19	10,09	7,33	36,34	85	42,40
109.06	Пирог к чаю	Нет	-	-	-	-	80	43,43
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	100	37,10

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	30	1,5	2,35	0,25	100	25,58
34.98	Кекс столичный с изюмом	Нет	65,63	1,68	0,26	8,47	100	47,93
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	30,69
119.16	Дениш с ягодами	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	41,41
106.18	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13

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	23.01.2026 14:58:45	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	23.01.2026 16:56:03	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211