

Меню на 02.02.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
98.18	Бутерброд с маслом с сыром 25/10/20	Завтрак	199	7	13	14	55	48,01
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	32,70
533.05	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	16,97
83.42	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,76
368.01	Вафли	Завтрак	154	2	4	14	44	20,79
4	Яблоко	Завтрак	44,1	-	-	12,6	135	22,59
Итого			707,77	16,33	22	99,93	-	149,52
1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками (мя	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	290	48,23
535.03	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,93
12.43	Рис припущенный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	17,66
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,38
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	2,13
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого			1 020,72	38,19	30,48	137,66	-	224,27
1-4_обед								
75.07	Суп картофельный с горохом с гренками 200/20	Обед	131,24	4,43	4,45	16,63	220	13,86
535.03	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,93
12.43	Рис припущенный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,84
Итого			671,01	21,12	21,26	93,88	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
98.18	Бутерброд с маслом с сыром 25/10/20	Завтрак	199	7	13	14	55	48,01
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	32,70
533.05	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	16,97
83.42	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,76
368.01	Вафли	Завтрак	154	2	4	14	44	20,79
4	Яблоко	Завтрак	60,23	-	-	14,54	135	22,59
Итого (завтрак)			723,9	16,33	22	101,87	-	149,52
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками (мя	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	290	48,23
535.03	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,93
12.43	Рис припущенный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	17,66
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,38
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	2,13
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого (обед)			1 020,72	38,19	30,48	137,66	-	224,27
Итого			1 744,62	54,52	52,48	239,53	-	373,79
5-11_ОВЗ								
98.18	Хлеб с маслом и сыром 25/10/30	Завтрак	217,32	9,04	14,65	11,81	65	60,98
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	32,70
533.05	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	16,97
83.42	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	6,70
94.03	Хлеб пшеничный витам.	Завтрак	-	-	-	-	45	4,19
368.01	Вафли	Завтрак	154	2	4	14	44	20,79
Итого (завтрак)			637,32	17,04	23,65	75,81	-	142,33
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	59,21
535.03	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,93
12.43	Рис припущенный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,38
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,58
94.87	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
4.86	Банан	Обед	50,23	-	-	12,3	205	61,24
Итого (обед)			1 110,85	38,97	31,58	156,92	-	300,01
Итого			1 748,17	56,01	55,23	232,73	-	442,34

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-1_лг								
98.79	Бутерброд с сыром 25/20	Завтрак 2	18,48	2,51	1,77	12,91	45	28,73
535.03	Соте из мяса с овощами	Завтрак 2	221	11	11	12	100	90,93
12.43	Рис припущенный	Завтрак 2	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
83.42	Чай лимонный	Завтрак 2	39	-	-	10	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	2,35
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак 2	102	1	1	23	25	23,30
Итого			775,51	23,94	19,58	132,1	-	176,94

5-11_ОК-1_рс								
98.79	Бутерброд с сыром 25/20	Завтрак 2	18,48	2,51	1,77	12,91	45	28,73
535.03	Соте из мяса с овощами	Завтрак 2	221	11	11	12	100	90,93
12.43	Рис припущенный	Завтрак 2	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
83.42	Чай лимонный	Завтрак 2	39	-	-	10	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	2,35
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак 2	102	1	1	23	25	23,30
Итого			775,51	23,94	19,58	132,1	-	176,94

5-11_ОК-2_лг								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	59,21
535.03	Соте из мяса с овощами	Обед	276,25	13,75	13,75	15	125	113,68
12.43	Рис припущенный	Обед	262,33	4,84	6,46	51,02	200	23,54
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,38
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,25
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого			1 175,05	43,15	34,85	160,41	-	265,40

5-11_ОК-2_рс								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	59,21
535.03	Соте из мяса с овощами	Обед	276,25	13,75	13,75	15	125	113,68
12.43	Рис припущенный	Обед	262,33	4,84	6,46	51,02	200	23,54
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,38
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,25
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого			1 175,05	43,15	34,85	160,41	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_СНС								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками 250/20	Обед	217,8	7,25	5,73	31,53	270	16,89
94.65	Батон с отрубями	Обед	78,4	1,4	-	16,1	35	3,11
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Обед	-	-	-	-	95	46,95
Итого			334,2	8,65	5,73	57,63	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
98.18	Бутерброд с маслом сыром на хлебце 5/10/20	Завтрак	113,76	6,36	7,44	7,38	35	50,63
50.06	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	23,43
533.05	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	16,97
83.38	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
45.28	Хлебец	Завтрак	26,25	0,8	0,35	4,7	4	2,44
4	Яблоко	Завтрак	96,37	-	-	27,53	295	49,35
Итого			555,68	14,34	15,34	96,66	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками (мя	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	290	48,23
535.03	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,93
12.43	Рис припущенный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	17,66
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,38
45.28	Хлебец	Обед	45,94	1,4	0,61	8,23	7	4,46
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого			941,23	35,52	31,09	124,62	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
50.33	Каша ячневая вязкая с м.р.250/10	Завтрак	256	9	7	43	260	20,30
533.05	Топинг из ягод	Завтрак	21	-	-	5	30	16,97
83.38	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	0,02	15,2	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,17	2,33	-	16,33	35	3,02
368.01	Вафли	Завтрак	154	2	4	14	44	20,79
4	Яблоко	Завтрак	44,1	-	-	12,6	135	22,59
4.86	Банан	Завтрак	48,51	-	-	11,88	198	59,15
Итого			661,78	13,63	11,02	118,01	-	149,52

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_лактозы_1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками (мя	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	290	48,23
535.03	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	90,93
12.43	Рис припущенный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	17,66
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Обед	45,64	0,19	0,07	11,58	200	16,38
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,20
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого			1 047,61	38,38	31,45	145,17	-	224,27

Завтрак								
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Завтрак	-	-	-	-	95	46,95
85.28	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
Итого			53,96	0,18	0,02	13,96	-	50,00

Полдник								
1.15	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	23,90
116.93	Маффин шоколадный	Полдник	321,85	9,29	6,57	54,52	60	41,13
4	Яблоко	Полдник	48,02	-	-	13,72	147	24,60
Итого			456,35	10,29	6,77	88,84	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	01.02.2026 12:34:44	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	01.02.2026 16:43:47	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 02.02.2026

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	47,61
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 бобовыми с мясом с гречками (мя	Нет	329,8	18,05	13,33	31,53	290	45,79
гарнир								
42.18	Картофель запеченый	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								
121.07	Рыба, запеченная "по- царски"	Нет	146,46	9,27	10,41	13,91	250	129,71
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	-	-	-	-	100	94,15
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	111,91
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	66,03
напиток								
53.99	Компот из ягод	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200	26,26
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								
88.43	Пицца с мясным фаршем	Нет	-	-	-	-	200	119,72
119.06	Ватрушка "Европейская"	Нет	-	-	-	-	100	18,80
109.85	Рулет бисквитный	Нет	-	-	-	-	100	42,99
116.93	Маффин шоколадный	Нет	321,85	9,29	6,57	54,52	60	41,13
116.92	Кольцо с орехом	Нет	321,85	9,29	6,57	54,52	75	45,02
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	100,98
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	42,83

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
45.02	Булочка с корицей и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	34,63
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	36,93
109.82	Сочень с творогом "Лакомка"	Нет	227	9,5	6,9	34,2	80	53,85
109.86	Сметанник	Нет	-	-	-	-	75	49,13
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	100	37,08
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	31,10
119.16	Слойка с конфитюром	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	31,36
106.18	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	40,13

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	01.02.2026 12:34:44	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	01.02.2026 16:43:47	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211