

Меню на 06.02.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
98.37	Бутерброд с маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	19,51
43.77	Суфле Рыбка с маслом	Завтрак	198	11	14	17	105	96,27
359.01	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая с масл	Завтрак	133	3	4	22	150	25,22
83.42	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,82
Итого			536,71	17,06	25,41	70,14	-	149,52
1-4_2смена								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	39	0,6	2,4	3,6	60	14,37
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/30	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	280	56,46
230.01	Тефтели "Ежики"	Обед	284	13	20	12	100	82,54
359.01	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая с масл	Обед	133	3	4	22	150	27,63
373	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,15
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	4,46
4	Яблоко	Обед	47,37	-	-	13,53	145	24,26
Итого			857,83	25,95	31,26	123,5	-	224,27
1-4_обед								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/5	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	255	19,75
230.01	Тефтели "Ежики"	Обед	255,6	11,7	18	10,8	90	74,30
462.01	Булгур с овощной смесью	Обед	220,72	6,35	6,57	38,86	150	26,73
83.42	Чай лимонный	Обед	39	-	-	10	200	6,70
94.36	Хлеб ржаной	Обед	104,4	3,6	-	14,4	45	3,40
Итого			790,3	27,48	29,2	106,26	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
98.37	Бутерброд с маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	19,51
43.77	Суфле Рыбка с маслом	Завтрак	198	11	14	17	105	96,27
359.01	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая с масл	Завтрак	133	3	4	22	150	27,63
83.42	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,80
Итого (завтрак)			559,04	17,73	25,41	74,81	-	152,91
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/20	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	270	44,36
230.01	Тефтели "Ежики"	Обед	284	13	20	12	100	82,54
462.01	Булгур с овощной смесью	Обед	220,72	6,35	6,57	38,86	150	19,94
373	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,40
94.65	Батон с отрубями	Обед	56	1	-	11,5	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	3,10
4.16	Апельсины	Обед	102,23	0,84	0,84	20,58	210	55,21
Итого (обед)			985,44	29,82	32,04	145,29	-	220,88
Итого			1 544,48	47,55	57,45	220,1	-	373,79
5-11_ОВЗ								
98.37	Бутерброд с маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	19,51
43.77	Суфле Рыбка с маслом	Завтрак	198	11	14	17	105	96,27
359.02	Пюре картофельное/фасоль струч. с маслом 150/50	Завтрак	133	3	4	22	200	34,95
83.42	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	6,70
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
Итого (завтрак)			570,21	18,06	25,41	77,14	-	160,69
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	65	1	4	6	100	23,94
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/30	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	280	56,46
230.01	Тефтели "Ежики"	Обед	284	13	20	12	100	82,54
462.1	Булгур с овощной смесью	Обед	220,72	6,35	6,57	38,86	180	23,93
373	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,40
94.87	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	9,25
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	2,34
4.16	Апельсины	Обед	82,76	0,68	0,68	16,66	170	44,69
4	Яблоко	Обед	49	-	-	14	150	25,10
Итого (обед)			1 056,75	30,52	36,05	158,4	-	281,65
Итого			1 626,96	48,58	61,46	235,54	-	442,34

№ 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	39	0,6	2,4	3,6	60	14,37
230.01	Тефтели "Ежики"	Завтрак 2	284	13	20	12	100	82,54
359.02	Пюре картофельное/фасоль струч. с маслом 150/50	Завтрак 2	133	3	4	22	200	34,95
373	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак 2	70,71	-	-	18,95	200	13,40
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	111,67	3,33	-	23,33	50	4,66
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	58	2	-	8	25	1,92
4	Яблоко	Завтрак 2	49	-	-	14	150	25,10
Итого			745,38	21,93	26,4	101,88	-	176,94
5-11_ОК-1_рс								
67.97	Салат из квашеной капусты	Завтрак 2	39	0,6	2,4	3,6	60	14,37
230.01	Тефтели "Ежики"	Завтрак 2	284	13	20	12	100	82,54
359.02	Пюре картофельное/фасоль струч. с маслом 150/50	Завтрак 2	133	3	4	22	200	34,95
373	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак 2	70,71	-	-	18,95	200	13,40
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	111,67	3,33	-	23,33	50	4,66
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	58	2	-	8	25	1,92
4	Яблоко	Завтрак 2	49	-	-	14	150	25,10
Итого			745,38	21,93	26,4	101,88	-	176,94
5-11_ОК-2_лг								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	65	1	4	6	100	23,94
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/30	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	280	56,46
230.01	Тефтели "Ежики"	Обед	284	13	20	12	100	82,54
359.02	Пюре картофельное/фасоль струч. с маслом 150/50	Обед	133	3	4	22	200	34,95
373	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,21
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
4.16	Апельсины	Обед	90,06	0,74	0,74	18,13	185	48,64
Итого			961,32	28,29	33,6	135,3	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-2_рс								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	65	1	4	6	100	23,94
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/30	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	280	56,46
230.01	Тефтели "Ежики"	Обед	284	13	20	12	100	82,54
359.02	Пюре картофельное/фасоль струч. с маслом 150/50	Обед	133	3	4	22	200	34,95
373	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,21
94.87	Батон с отрубями	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
4.16	Апельсины	Обед	90,06	0,74	0,74	18,13	185	48,64
Итого			961,32	28,29	33,6	135,3	-	265,40
5-11_СНС								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/10	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	260	24,99
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,81
369	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
34.29	Булочка "Варюша"	Обед	-	-	-	-	100	36,60
Итого			276,24	7,95	4,65	56,03	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
121.52	Рыба припущенная	Завтрак	113,76	17,83	5,92	7,38	100	101,54
42.7	Картофель отварной с м.р.	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	150	30,99
39.61	Фасоль стручковая с маслом слю	Завтрак	44	1	1	7	50	12,76
85.29	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
45.28	Хлебец	Завтрак	13,13	0,4	0,17	2,35	2	1,18
Итого			391,35	22,3	13,26	59,16	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/30	Обед	170,58	5,83	4,63	32,2	280	56,46
21.67	Тефтели "Ежики"	Обед	220	10,31	16,91	14,53	100	63,05
359.01	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая с масл	Обед	133	3	4	22	150	27,63
373	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,40
45.28	Хлебец	Обед	32,82	1	0,44	5,88	5	3,26
4.16	Апельсины	Обед	111,97	0,92	0,92	22,54	230	60,47
Итого			739,08	21,06	26,9	116,1	-	224,27

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_лактозы_1-4_1смена								
321.06	Помидор свежий "Пикантный"	Завтрак	12	-	-	2	15	5,79
121.52	Рыба припущенная	Завтрак	113,76	17,83	5,92	7,38	100	101,54
42.64	Картофель отварной с м.р.	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
39.61	Фасоль стручковая с маслом сю	Завтрак	44	1	1	7	50	12,76
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	46,4	1,6	-	6,4	20	1,46
Итого			476,49	24,99	13,07	72,92	-	149,52

без_лактозы_1-4_2смена								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/30	Обед	158	5	4	27	280	45,16
21.67	Тефтели "Ежики"	Обед	220	10,31	16,91	14,53	100	63,05
42.64	Картофель отварной с м.р.	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
39.61	Фасоль стручковая с маслом сю	Обед	44	1	1	7	50	12,76
373	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,40
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	2,32
4.16	Апельсины	Обед	113,43	0,93	0,93	22,83	233	61,26
Итого			931,57	25,2	28,99	147,05	-	224,27

Завтрак								
34.29	Булочка "Варюша"	Завтрак	-	-	-	-	100	36,60
373	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	70,71	-	-	18,95	200	13,40
Итого			70,71	-	-	18,95	-	50,00

Полдник								
1.03	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	21,39
89.25	Шаньга с картофелем	Полдник	-	-	-	-	100	29,34
4.69	Яблоко свежее	Полдник	113,43	0,93	0,93	159,89	233	38,90
Итого			199,91	1,93	1,13	180,49	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	04.02.2026 15:55:42	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	04.02.2026 21:59:30	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 06.02.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
закуска								
122.41	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	45,02
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	47,62
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
383.01	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	32,62
Супы								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/30	Нет	170,58	5,83	4,63	32,2	280	56,46
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								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	128,11
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	66,08
напиток								
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
53.99	Компот из ягод	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200	26,26
Мучные изделия								
88.43	Пицца с мясным фаршем	Нет	-	-	-	-	200	119,72
119.06	Ватрушка "Европейская"	Нет	-	-	-	-	100	17,60
109.85	Рулет бисквитный	Нет	-	-	-	-	100	42,99
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	36,18
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	36,58
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	37,38
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	37,05
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	26,11
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	04.02.2026 15:55:42	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	04.02.2026 21:59:30	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211