

Меню на 10.03.2026

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	130	55,75
8.45	Паста Ригате	Завтрак	184	5	3	34	150	16,59
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	33,5	1	-	7	15	1,42
4.86	Банан	Завтрак	53,9	-	-	13,2	220	65,73
Итого			487,4	13,5	15,3	79,77	-	149,52
1-4_2смена								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	26	0,4	1,6	2,4	40	9,57
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	72,35
43.95	Суфле Рыбка с маслом	Обед	198	11	14	17	105	88,27
7.68	Пюре картофельное	Обед	110,83	2,5	3,33	18,33	150	28,21
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,06
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,55
Итого			746,2	26,86	34,35	100	-	224,27
1-4_обед								
32.32	Борщ со сметаной 250/10	Обед	206,72	10,8	10,76	10,78	260	22,47
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221	6	13	12	100	70,60
7.68	Пюре картофельное	Обед	133	3	4	22	180	26,64
83.3	Чай с лимоном	Обед	60	0,3	0,02	15,2	200	6,68
94.87	Батон с отрубями	Обед	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	23,2	0,8	-	3,2	10	0,76
Итого			733,48	23,55	28,04	81,94	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
422.81	Тефтели из мяса с отрубями в молочном соусе	Завтрак	160	7,5	12,3	10,57	130	55,74
8.45	Паста Ригате	Завтрак	184	5	3	34	150	16,59
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,03
94.65	Батон с отрубями	Завтрак	33,6	0,6	-	6,9	15	1,42
4.86	Банан	Завтрак	53,9	-	-	13,2	220	65,73
Итого (завтрак)			487,5	13,1	15,3	79,67	-	149,51
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	42,25	0,65	2,6	3,9	65	15,57
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	72,35
43.95	Суфле Рыбка с маслом	Обед	198	11	14	17	105	88,27
7.68	Пюре картофельное	Обед	110,83	2,5	3,33	18,33	150	22,20
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,06
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,57
Итого (обед)			762,45	27,11	35,35	101,5	-	224,28
Итого			1 249,95	40,21	50,65	181,17	-	373,79
5-11_ОВЗ								
422.41	Тефтели мясные с соусом 100/50	Завтрак	384,13	17,37	22,92	20,03	150	75,07
8.54	Макароны Триколлини	Завтрак	220,73	6,36	3,58	36,13	180	28,88
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
4.23	Мандарин	Завтрак	124,8	1,95	1,52	27,3	130	34,18
Итого (завтрак)			852,86	26,88	28,02	112,26	-	150,96
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	65	1	4	6	100	23,94
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	72,35
43.9	Суфле Рыбка с маслом	Обед	198	11	14	17	110	97,58
7.68	Пюре картофельное	Обед	133	3	4	22	180	26,64
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,06
94.65	Батон с отрубями	Обед	67,2	1,2	-	13,8	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,12
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого (обед)			958,8	30,43	43,42	122,14	-	291,38
Итого			1 811,66	57,31	71,44	234,4	-	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	26	0,4	1,6	2,4	40	9,57
35.44	Гуляш 50/50	Завтрак 2	221	6	13	12	100	70,60
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	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	2,35
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Завтрак 2	174	4	6	19	60	45,89
Итого			724,27	17,13	24,6	89,33	-	176,94
5-11_ОК-1_рс								
67.97	Салат из квашеной капусты	Завтрак 2	26	0,4	1,6	2,4	40	9,57
35.44	Гуляш 50/50	Завтрак 2	221	6	13	12	100	70,60
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	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	2,35
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Завтрак 2	174	4	6	19	60	45,89
Итого			724,27	17,13	24,6	89,33	-	176,94
5-11_ОК-2_лг								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	42,25	0,65	2,6	3,9	65	15,57
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	72,35
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221	6	13	12	100	70,60
7.68	Пюре картофельное	Обед	133	3	4	22	180	36,64
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,06
94.87	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,43
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого			948,23	25,6	41,15	112,22	-	265,40
5-11_ОК-2_рс								
67.97	Салат из квашеной капусты	Обед	42,25	0,65	2,6	3,9	65	15,57
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	72,35
35.44	Гуляш 50/50	Обед	221	6	13	12	100	70,60
7.68	Пюре картофельное	Обед	133	3	4	22	180	36,64
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,06
94.87	Батон с отрубями	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,43
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого			948,23	25,6	41,15	112,22	-	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	36,45
85.29	Чай с сахаром	Обед	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,56
119.16	Слойка с конфитюром	Обед	29,03	1,91	1,45	5,14	80	28,94
Итого			345,89	14,29	17,79	41,87	-	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	63,45
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	52,27	-	-	14,93	160	26,77
Итого			471,65	15,07	17,28	60,58	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	72,35
121.52	Рыба припущенная	Обед	113,76	17,83	5,92	7,38	100	55,95
42.65	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,06
45.28	Хлебец	Обед	52,5	1,6	0,7	9,4	8	5,00
4.16	Апельсины	Обед	87,63	0,72	0,72	17,64	180	47,32
Итого			707,19	32,07	28,91	102,43	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
21.67	Тефтели "Ежики"	Завтрак	220	10,31	16,91	14,53	100	65,08
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	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	81,2	2,8	-	11,2	35	2,74
4.16	Апельсины	Завтрак	97,36	0,8	0,8	19,6	200	52,58
Итого			728,12	21,56	20,97	109,09	-	149,52
без_лактозы_1-4_2смена								
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	72,35
121.52	Рыба припущенная	Обед	113,76	17,83	5,92	7,38	100	81,81
42.65	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,06
94.65	Батон с отрубями	Обед	56	1	-	11,5	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,54
4	Яблоко	Обед	44,1	-	-	12,6	135	22,59
Итого			713,56	32,35	27,49	105,89	-	224,27
Завтрак								
119.16	Слойка с конфитюром	Завтрак	29,03	1,91	1,45	5,14	80	28,94
540.24	Напиток Ягодный драйф	Завтрак	88	1	-	23	200	21,06
Итого			117,03	2,91	1,45	28,14	-	50,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Полдник								
1.24	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
106.18	Пирожок печеный с мясом луком	Полдник	94,5	6	6,45	3,05	75	42,27
4	Яблоко	Полдник	41,49	-	-	11,85	127	21,07
Итого			222,47	7	6,65	35,5	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	06.03.2026 11:54:03	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	06.03.2026 13:44:58	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 10.03.2026

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	45,82
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	47,83
62.42	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	35,14
122.42	Салат мясной	Нет	-	-	-	-	100	55,03
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	37,52
Супы								
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/25/10	Нет	198,8	8,03	15,42	16,54	285	64,49
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	128,51
Блюда из мяса								
113.14	Шашлык из свинины	Нет	-	-	-	-	100	132,46
413.22	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	101,03
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	66,10
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
1.24	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
Мучные изделия								
88.43	Пицца с мясным фаршем	Нет	-	-	-	-	200	125,08
119.06	Ватрушка "Европейская"	Нет	-	-	-	-	100	22,78
109.85	Рулет бисквитный	Нет	-	-	-	-	100	48,06
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	43,70
116.93	Маффин шоколадный	Нет	321,85	9,29	6,57	54,52	60	42,78
116.92	Кольцо с орехом	Нет	321,85	9,29	6,57	54,52	75	45,88
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	104,00
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	54,91
45.02	Булочка с корицей и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	37,70

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	36,74
109.82	Сочень с творогом "Лакомка"	Нет	227	9,5	6,9	34,2	80	55,37
109.86	Сметанник	Нет	-	-	-	-	75	49,54
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	100	37,90
34.98	Кекс столичный с изюмом	Нет	65,63	1,68	0,26	8,47	100	49,86
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	31,88
119.16	Слойка с конфитюром	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	24,55
106.37	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	47,59

2 блюдо

63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	485,71	20,35	22,69	51,15	250	82,89
35.44	Гуляш 50/50	Нет	221	6	13	12	100	70,60

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	06.03.2026 11:54:03	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	06.03.2026 13:44:58	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211