

Меню на 12.03.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
125.07	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/30	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	110	67,02
49.05	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	35,70
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,31
4.23	Мандарин	Завтрак	75,98	-	-	18,34	131	34,44
Итого			602,12	13,89	16,32	102,6	-	142,52
1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	280	50,10
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	88,84
12.67	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	39,56
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,89
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,08
95.37	Круассан	Обед	174	4	6	19	70	32,00
Итого			863,61	30,99	30,19	89,99	-	224,27
1-4_обед								
27.08	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/	Обед	159,72	3,7	5,08	12,13	210	17,48
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	62,93
12.67	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	39,56
83.42	Чай лимонный	Обед	39	-	-	10	200	6,73
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,32
Итого			698,8	23,25	22,95	78,98	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
125.07	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/30	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	110	74,05
49.05	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	35,70
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,31
4.23	Мандарин	Завтрак	66,7	-	-	16,1	115	30,23
Итого (завтрак)			592,84	13,89	16,32	100,36	-	145,34
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/5	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	280	53,32
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	88,84
12.67	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	39,56
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,89
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,11
95.37	Круассан	Обед	174	4	6	19	70	32,00
Итого (обед)			941,94	37,06	33,99	94,66	-	228,45
Итого			1 534,78	50,95	50,31	195,02	-	373,79
5-11_ОВЗ								
125.07	Запеканка из творога со сгущ. молоком 80/30	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	110	73,99
49.05	Каша рисовая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	291,74	7,05	11,15	39,73	210	35,70
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
4.23	Мандарин	Завтрак	72,5	-	-	17,5	125	32,86
Итого (завтрак)			648,1	15,07	16,34	112,72	-	149,33
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	290	64,23
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	88,84
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/50	Обед	233	4	8	41	200	45,54
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,89
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,52
4.86	Банан	Обед	66,15	-	-	16,2	270	80,66
Итого (обед)			878,19	34,46	32,99	98,46	-	293,01
Итого			1 526,29	49,53	49,33	211,18	-	442,34

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 ОК-1_лг								
104.79	Фрикассе из курицы	Завтрак 2	109,41	6,91	9,5	4,96	125	88,84
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/50	Завтрак 2	233	4	8	41	200	45,54
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	3,18
355.01	Йогурт	Завтрак 2	118,12	3,13	1,88	15,54	125	36,33
Итого			576,7	16,37	19,38	87,83	-	176,94
5-11 ОК-1_рс								
104.79	Фрикассе из курицы	Завтрак 2	109,41	6,91	9,5	4,96	125	88,84
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/50	Завтрак 2	233	4	8	41	200	45,54
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	3,18
355.01	Йогурт	Завтрак 2	118,12	3,13	1,88	15,54	125	36,33
Итого			576,7	16,37	19,38	87,83	-	176,94
5-11 ОК-2_лг								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/15/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	275	42,76
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	88,84
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/50	Обед	233	4	8	41	200	45,54
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,89
94.65	Батон с отрубями	Обед	44,8	0,8	-	9,2	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,82
4.86	Банан	Обед	61,25	-	-	15	250	74,69
Итого			817,86	28,59	29,19	96,39	-	265,40
5-11 ОК-2_рс								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/15/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	275	42,76
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	88,44
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 150/50	Обед	233	4	8	41	200	45,54
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,89
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	2,22
4.86	Банан	Обед	61,25	-	-	15	250	74,69
Итого			829,46	28,99	29,19	97,99	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_СНС								
27.22	Щи из свежей капусты с мясом со сметаной 250/15/5	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	270	38,68
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,68
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	5,93
119.09	Пирожок слоеный с яблоком	Обед	-	-	-	-	75	23,71
Итого			356,07	16,21	11,69	27,56	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
49.09	Каша рисовая мол.с маслом	Завтрак	160,1	9,82	12,28	32,52	260	41,61
124.02	Яйцо вареное	Завтрак	78,48	6,35	5,75	0,35	50	18,86
362	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	1,15
4.86	Банан	Завтрак	69,58	-	-	17,04	284	84,85
Итого			375,25	16,75	18,22	66,22	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	290	64,23
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	62,93
12.67	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	39,51
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,89
45.28	Хлебец	Обед	45,94	1,4	0,61	8,23	7	4,86
4.23	Мандарин	Обед	94,54	-	-	22,82	163	42,85
Итого			893,69	37,5	33,97	87,2	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
49.09	Каша рисовая мол.с маслом	Завтрак	160,1	9,82	12,28	32,52	260	30,43
124.02	Яйцо вареное	Завтрак	78,48	6,35	5,75	0,35	50	18,86
362	Чай с сахаром	Завтрак	53,96	0,18	0,02	13,96	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,60
4	Яблоко	Завтрак	35,93	-	-	10,27	110	18,40
4.86	Банан	Завтрак	62,48	-	-	15,3	255	76,18
Итого			457,95	18,35	18,05	86,4	-	149,52
без_лактозы_1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	290	64,23
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	62,93
12.67	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	39,56
117.67	Кукуруза отварная с маслом сливочнм	Обед	19,94	0,12	0,29	2,46	30	12,70
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,89
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,10
4.23	Мандарин	Обед	72,5	-	-	17,5	125	32,86
Итого			915,25	38,62	33,65	85,71	-	224,27

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
Завтрак								
119.09	Пирожок слоеный с яблоком	Завтрак	-	-	-	-	75	23,71
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
Итого			86,48	1	0,2	20,6	-	50,00

Полдник								
89.05	Шаньга со сметаной	Полдник	24	1,2	1,88	0,2	80	21,13
1.24	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
4.16	Апельсины	Полдник	78,38	0,64	0,64	15,78	161	42,21
Итого			188,86	2,84	2,72	36,58	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	07.03.2026 12:44:00	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	08.03.2026 11:51:12	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 12.03.2026

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								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Нет	323,6	19,78	15,49	8,35	285	55,57
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	66,03
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
1.24	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
Мучные изделия								
2.29	Ватрушка Европейская, 100г. (39)	Нет	-	-	-	-	100	36,07
88.43	Пицца с мясным фаршем	Нет	-	-	-	-	200	125,08
119.06	Ватрушка "Европейская"	Нет	-	-	-	-	100	31,02
109.85	Рулет бисквитный	Нет	-	-	-	-	100	48,73
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	43,74
116.93	Маффин шоколадный	Нет	321,85	9,29	6,57	54,52	60	42,92
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	103,52
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	54,91

№ 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	37,55
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	41,82
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	37,95
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	07.03.2026 12:44:00	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	08.03.2026 11:51:12	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211