

Меню на 13.03.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
98.79	Бутерброд с сыром 20/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	35	22,09
547.08	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	71,03
359.04	Пюре картофельное/капуста цветная с маслом	Завтрак	133	3	4	22	150	36,83
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	16,78
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,79
Итого			615,57	21,6	20,15	78,68	-	149,52
1-4_2смена								
76.9	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 250	Обед	247,27	15,69	14,65	18,31	270	45,15
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	8,02
51.01	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	16,64
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,12
4.86	Банан	Обед	57,58	-	-	14,1	235	70,21
Итого			883,48	37,56	32,65	110,88	-	224,27
1-4_обед								
76.99	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом 2	Обед	219,27	12,99	12,75	18,31	205	18,68
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	24,72
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,63
Итого			764,6	34,66	30,75	88,98	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
98.79	Бутерброд с сыром 20/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	35	22,04
547.08	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	71,03
359.04	Пюре картофельное/капуста цветная с маслом	Завтрак	133	3	4	22	150	36,83
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	16,78
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,79
Итого (завтрак)			615,57	21,6	20,15	78,68	-	149,47
76.9	Суп картофельный с макаронными изделиями мясо) 250	Обед	247,27	15,69	14,65	18,31	265	39,08
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	24,72
555.01	Напиток из яблок	Обед	88	1	-	23	200	9,72
94.65	Батон с отрубями	Обед	67,2	1,2	-	13,8	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,47
4.86	Банан	Обед	53,9	-	-	13,2	220	65,73
Итого (обед)			920,77	38,49	32,65	116,71	-	224,32
Итого			1 536,34	60,09	52,8	195,39	-	373,79
5-11_ОВЗ								
98.79	Бутерброд с сыром 25/25	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	50	36,32
547.08	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	71,03
359.02	Пюре картофельное/фасоль стручковая с маслом	Завтрак	133	3	4	22	200	48,34
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	16,78
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	30	2,33
Итого (завтрак)			650,87	24,28	22,89	78,68	-	174,80
76.9	Суп картофельный с макаронными изделиями мясо) 250	Обед	247,27	15,69	14,65	18,31	265	39,08
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	207,6	8,4	3,6	40,8	180	29,67
555.01	Напиток из яблок	Обед	88	1	-	23	200	9,72
94.65	Батон с отрубями	Обед	56	1	-	11,5	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,24
95.37	Круассан	Обед	174	4	6	19	70	32,00
4.86	Банан	Обед	58,8	-	-	14,4	240	71,70
Итого (обед)			1 146,27	44,49	39,25	144,61	-	267,54
Итого			1 797,14	68,77	62,14	223,29	-	442,34

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-1_лг								
96.47	Огурец свежий Пикантный	Завтрак 2	15	-	-	1,67	50	19,29
539	Мясо в сметанном соусе	Завтрак 2	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак 2	207,6	8,4	3,6	40,8	180	25,30
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак 2	70	-	-	20	200	16,78
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	33,5	1	-	7	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	46,4	1,6	-	6,4	20	1,37
95.37	Круассан	Завтрак 2	174	4	6	19	70	32,00
Итого			791,5	27	24,6	102,87	-	176,94
5-11_ОК-1_рс								
96.47	Огурец свежий Пикантный	Завтрак 2	15	-	-	1,67	50	19,29
539	Мясо в сметанном соусе	Завтрак 2	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак 2	207,6	8,4	3,6	40,8	180	25,30
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак 2	70	-	-	20	200	16,78
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	33,5	1	-	7	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	46,4	1,6	-	6,4	20	1,37
95.37	Круассан	Завтрак 2	174	4	6	19	70	32,00
Итого			791,5	27	24,6	102,87	-	176,94
5-11_ОК-2_лг								
96.49	Огурец свежий Пикантный	Обед	9	-	-	1,5	60	23,16
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/30	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	280	60,47
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	207,6	8,4	3,6	40,8	180	25,30
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	16,78
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,34
95.37	Круассан	Обед	174	4	6	19	70	32,00
4	Яблоко	Обед	42,47	-	-	12,13	130	21,75
Итого			1 049,94	37,2	34,03	145,63	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-2_рс								
96.49	Огурец свежий Пикантный	Обед	9	-	-	1,5	60	23,16
76.57	Суп картоф.с макар.издел.мясом 250/30	Обед	165,27	8,4	9,43	20,6	280	60,47
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	207,6	8,4	3,6	40,8	180	25,30
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	16,78
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,34
95.37	Круассан	Обед	174	4	6	19	70	32,00
4	Яблоко	Обед	42,47	-	-	12,13	130	21,75
Итого			1 049,94	37,2	34,03	145,63	-	265,40
5-11_СНС								
76.72	Суп картофельный с макар.изд.мясом 200/10	Обед	130,4	7,8	9,6	11,9	210	34,73
119.16	Слойка с конфитюром	Обед	25,4	1,67	1,27	4,5	70	30,33
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,89
Итого			238,47	10,8	10,87	35,73	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
547.08	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	71,03
359.04	Пюре картофельное/капуста цветная с маслом	Завтрак	106,4	2,4	3,2	17,6	120	29,46
555.01	Напиток из яблок	Завтрак	88	1	-	23	200	9,72
45.28	Хлебец	Завтрак	26,25	0,8	0,35	4,7	4	2,70
4	Яблоко	Завтрак	40,83	-	-	11,67	125	20,91
46.81	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	173	7	3	34	150	15,70
Итого			671,48	22,2	18,55	101,97	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
76.9	Суп картофельный с макаронными изделиями мясо) 250	Обед	247,27	15,69	14,65	18,31	265	39,08
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.77	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	149,93	6,07	2,6	29,47	130	18,26
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	16,78
45.28	Хлебец	Обед	32,82	1	0,44	5,88	5	3,03
4.86	Банан	Обед	54,39	-	-	13,32	222	66,32
Итого			799,41	34,76	32,69	94,98	-	224,27

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_лактозы_1-4_1смена								
539	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	245	12	15	8	100	80,80
51.07	Кисель с витаминами	Завтрак	70	-	-	20	200	16,78
	Витошка							
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	81,2	2,8	-	11,2	35	2,64
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
4.79	Апельсин	Завтрак	44,1	-	-	10,8	180	47,44
Итого			484,97	16,13	15	59,33	-	149,52

без_лактозы_1-4_2смена								
76.72	Суп картофельный с макар.изд.мясом 200/10	Обед	130,4	7,8	9,6	11,9	210	34,73
539	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	80,80
46.81	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	15,70
	Кисель с витаминами							
51.07	Витошка	Обед	70	-	-	20	200	16,78
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,57
4.86	Банан	Обед	61,25	-	-	15	250	74,69
Итого			726,05	28,4	27,6	95,3	-	224,27

Завтрак								
53.3	Напиток из ягод "Ассорти"	Завтрак	45,64	0,19	0,07	11,58	200	19,67
119.16	Слойка с конфитюром	Завтрак	25,4	1,67	1,27	4,5	70	30,33
Итого			71,04	1,86	1,34	16,08	-	50,00

Полдник								
1.24	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
95.37	Круассан	Полдник	174	4	6	19	70	32,00
4.23	Мандарин	Полдник	69,6	-	-	16,8	120	31,34
Итого			330,08	5	6,2	56,4	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	10.03.2026 09:08:55	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	10.03.2026 14:51:56	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 13.03.2026

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								
76.9	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 250	Нет	247,27	15,69	14,65	18,31	270	45,15
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	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

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
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	37,55
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	10.03.2026 09:08:55	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	10.03.2026 14:51:56	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211