

Меню на 16.03.2026

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 сыром 20/10/30	Завтрак	168	6	8	12	60	61,84
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	34,02
533.05	Топинг из ягод	Завтрак	35	-	-	8,33	50	28,28
369	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,78
95.51	Печенье пшеничное	Завтрак	174	4	6	25	48	18,00
Итого			666,33	17,45	19,02	99,49	-	149,52
1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	62,38
535.07	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	93,58
12.43	Рис припущенный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	17,66
53.99	Напиток из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	22,45
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,84
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102	1	1	23	25	24,50
Итого			1 036,84	37,19	30,17	143,11	-	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	11,86
535.07	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	93,58
12.43	Рис припущенный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	16,35
369	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
94.36	Хлеб ржаной	Обед	104,4	3,6	-	14,4	45	3,49
Итого			692,05	22,78	20,31	91,13	-	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 сыром 20/10/30	Завтрак	168	6	8	12	60	61,84
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	34,02
533.05	Топинг из ягод	Завтрак	28	-	-	6,67	40	22,63
369	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,78
95.51	Печенье пшеничное	Завтрак	174	4	6	25	48	18,00
Итого (завтрак)			659,33	17,45	19,02	97,83	-	143,87
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками (мя	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	290	46,51
535.07	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	93,58
12.43	Рис припущенный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	17,66
53.99	Напиток из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	22,63
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,07
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	46,61
Итого (обед)			1 013,74	36,64	30,41	139,92	-	229,92
Итого			1 673,07	54,09	49,43	237,75	-	373,79
5-11_ОВЗ								
98.18	Бутерброд с маслом сыром 20/10/30	Завтрак	168	6	8	12	60	61,84
50.17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом 200/10	Завтрак	206	6	5	35	210	34,02
533.05	Топинг из ягод	Завтрак	35	-	-	8,33	50	28,28
369	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
94.03	Хлеб пшеничный витам.	Завтрак	-	-	-	-	45	4,19
95.54	Печенье пшеничное	Завтрак	174	4	6	25	72	27,00
Итого (завтрак)			621,66	16,12	19,02	90,16	-	160,93
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками 250	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	62,38
535.07	Соте из мяса с овощами	Обед	287,3	14,3	14,3	15,6	130	121,65
12.43	Рис припущенный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
53.99	Напиток из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	22,63
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,22
94.87	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	49,00
Итого (обед)			1 165,5	42,2	34,85	158,37	-	281,41
Итого			1 787,16	58,32	53,87	248,53	-	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 25/15	Завтрак 2	13,86	1,88	1,33	9,68	40	22,43
535.07	Соте из мяса с овощами	Завтрак 2	221	11	11	12	100	93,58
12.43	Рис припущенный	Завтрак 2	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
369	Чай лимонный	Завтрак 2	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	58	2	-	8	25	1,83
95.53	Печенье пшеничное	Завтрак 2	174	4	6	25	24	9,00
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак 2	102	1	1	23	25	23,30
Итого			843,62	24,36	25,16	133,43	-	176,94
5-11_ОК-1_рс								
98.79	Бутерброд с сыром 25/15	Завтрак 2	13,86	1,88	1,33	9,68	40	22,43
535.07	Соте из мяса с овощами	Завтрак 2	221	11	11	12	100	93,58
12.43	Рис припущенный	Завтрак 2	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
369	Чай лимонный	Завтрак 2	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	58	2	-	8	25	1,83
95.53	Печенье пшеничное	Завтрак 2	174	4	6	25	24	9,00
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Завтрак 2	102	1	1	23	25	23,30
Итого			843,62	24,36	25,16	133,43	-	176,94
5-11_ОК-2_лг								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками 250	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	54,41
535.07	Соте из мяса с овощами	Обед	276,25	13,75	13,75	15	125	116,98
12.43	Рис припущенный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
53.99	Напиток из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	18,92
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	1,16
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	49,00
Итого			1 153	41,46	34,13	159,91	-	265,40
5-11_ОК-2_рс								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками 250	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	54,41
535.07	Соте из мяса с овощами	Обед	276,25	13,75	13,75	15	125	116,98
12.43	Рис припущенный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
53.99	Напиток из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	18,92
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	1,16
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	49,00
Итого			1 153	41,46	34,13	159,91	-	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	14,41
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	3,04
369	Чай лимонный	Обед	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Обед	-	-	-	-	95	46,95
Итого			349,26	10,57	5,75	54,16	-	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	51,30
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
369	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
45.28	Хлебец	Завтрак	19,69	0,6	0,26	3,53	3	2,14
4.79	Апельсин	Завтрак	46,55	-	-	11,4	190	50,08
Итого			477,96	13,96	15,25	73,99	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	62,38
535.07	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	93,58
12.43	Рис припущенный	Обед	236,1	4,36	5,81	45,92	180	21,20
53.99	Напиток из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	18,92
45.28	Хлебец	Обед	39,38	1,2	0,52	7,05	6	3,69
116.88	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102	1	1	23	25	24,50
Итого			1 012,9	35,79	31,66	140,48	-	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	35	-	-	8,33	50	28,28
369	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	5,60
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	116	4	-	16	50	3,77
95.54	Печенье пшеничное	Завтрак	174	4	6	25	72	27,00
4.79	Апельсин	Завтрак	44,46	-	-	10,89	245	64,57
Итого			664,12	17,12	13,02	113,05	-	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	46,51
535.07	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	100	93,58
12.43	Рис припущенный	Обед	196,75	3,63	4,84	38,27	150	14,72
53.99	Напиток из ягод	Обед	84,62	0,18	-	20,98	200	18,92
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,54
116.89	Батончик мюсли с фруктовой начинкой	Обед	102,1	1,25	1,24	23,01	50	49,00
Итого			980,67	35,71	30,41	132,19	-	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								
1.24	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
116.93	Маффин шоколадный	Полдник	321,85	9,29	6,57	54,52	60	42,76
4	Яблоко	Полдник	40,18	-	-	11,48	123	20,58
Итого			448,51	10,29	6,77	86,6	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	12.03.2026 12:41:56	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	12.03.2026 19:22:34	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 16.03.2026

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
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	37,52
122.42	Салат мясной	Нет	-	-	-	-	100	55,03
62.42	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	35,14
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	49,64
122.41	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	45,82
Супы								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гречками (мя	Нет	329,8	18,05	13,33	31,53	290	46,51
гарнир								
7.79	Пюре картофельное	Нет	159,09	3,72	4,39	24,11	180	28,15
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87
22.09	Каша гречневая вязкая	Нет	174,6	5,22	5,76	32,04	180	15,25
42.18	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
Блюда из рыбы								
121.03	Рыба Провансаль	Нет	-	-	-	-	100	128,51
Блюда из мяса								
413.22	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	101,03
113.14	Шашлык из свинины	Нет	-	-	-	-	100	132,46
Блюда из птицы								
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	72,88
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	120,70
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	102,50
напиток								
53.99	Компот из ягод	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200	26,26
1.24	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
85.13	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,72
Мучные изделия								
106.37	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	47,22
119.16	Слойка с конфитюром	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	27,93
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	31,88
34.98	Кекс столичный с изюмом	Нет	65,63	1,68	0,26	8,47	100	49,86
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	100	37,95
109.86	Сметанник	Нет	-	-	-	-	75	49,54
109.82	Сочень с творогом "Лакомка"	Нет	227	9,5	6,9	34,2	80	55,37
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	41,82

№ 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	37,52
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	54,91
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	103,52
116.92	Кольцо с орехом	Нет	321,85	9,29	6,57	54,52	75	45,88
116.93	Маффин шоколадный	Нет	321,85	9,29	6,57	54,52	60	42,92
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	43,62
109.85	Рулет бисквитный	Нет	-	-	-	-	100	48,73
119.06	Ватрушка "Европейская"	Нет	-	-	-	-	100	38,55
88.43	Пицца с мясным фаршем	Нет	-	-	-	-	200	125,08
2.29	Ватрушка Европейская, 100г. (39)	Нет	-	-	-	-	100	21,20

2 блюдо

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

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	12.03.2026 12:41:56	01C7F9D6F23D465821609FD0025AFA2DAE001A9D
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	12.03.2026 19:22:34	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211