

Меню на 21.05.2026

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	74,02
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	2,26
4.63	Груша св.	Завтрак	81,05	0,67	0,67	16,32	111	34,49
Итого			607,19	14,56	16,99	100,58	-	149,52
1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты с филе кур. со сметаной 250/3	Обед	62	2	7	8	290	54,49
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	67,02
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	236,7	3,6	7,2	36,9	180	42,30
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	58	2	-	8	25	1,90
161.59	Блины со сгущенным молоком 62/35	Обед	106	3	3	5	97	46,34
Итого			781,14	26,59	32,07	88,37	-	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	67,02
12.67	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом 100/50	Обед	170	2	3	29	150	41,02
361	Чай с сахаром	Обед	38	-	-	10	200	3,05
94.99	Батон с отрубями	Обед	40	1,5	0,5	8	10	0,93
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,38
Итого			672,93	22,62	23,45	74,45	-	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	74,02
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	2,26
4.63	Груша св.	Завтрак	81,05	0,67	0,67	16,32	111	34,49
Итого (завтрак)			607,19	14,56	16,99	100,58	-	149,52
27.22	Щи из свежей капусты с филе кур. со сметаной 250/3	Обед	62	2	7	8	290	54,49
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	67,02
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	236,7	3,6	7,2	36,9	180	42,30
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	58	2	-	8	25	1,90
161.59	Блины со сгущенным молоком 62/35	Обед	106	3	3	5	97	46,34
Итого (обед)			781,14	26,59	32,07	88,37	-	224,27
Итого			1 388,33	41,15	49,06	188,95	-	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	74,00
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
4.63	Груша св.	Завтрак	87,62	0,72	0,72	17,64	120	37,28
Итого (завтрак)			663,22	15,79	17,06	112,86	-	153,76
27.22	Щи из свежей капусты с филе кур. со сметаной 250/3	Обед	62	2	7	8	290	54,49
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	94,97
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	263	4	8	41	200	46,99
1.24	Сок в ассортименте	Обед	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
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	1,43
4.79	Апельсин	Обед	42,1	-	-	10,31	232	61,15
Итого (обед)			687,56	17,84	24,7	107,6	-	288,58
Итого			1 350,78	33,63	41,76	220,46	-	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	105,03	6,63	9,12	4,76	120	91,17
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Завтрак 2	236,7	3,6	7,2	36,9	180	42,30
361	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,05
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	46,8	1,2	-	9,6	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,69
355.01	Йогурт	Завтрак 2	118,12	3,13	1,88	15,54	125	36,33
Итого			625,85	17,36	18,2	88	-	176,94

5-11 ОК-1_рс								
104.79	Фрикассе из курицы	Завтрак 2	105,03	6,63	9,12	4,76	120	91,17
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Завтрак 2	236,7	3,6	7,2	36,9	180	42,30
361	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,05
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	33,5	1	-	7	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,69
355.01	Йогурт	Завтрак 2	118,12	3,13	1,88	15,54	125	36,33
Итого			612,55	17,16	18,2	85,4	-	176,94

5-11 ОК-2_лг								
27.22	Щи из свежей капусты с филе кур. со сметаной 250/3	Обед	62	2	7	8	290	54,49
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	94,97
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	263	4	8	41	200	46,99
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,89
94.65	Батон с отрубями	Обед	67,2	1,2	-	13,8	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,23
4.79	Апельсин	Обед	50,23	-	-	12,3	205	54,03
Итого			665,24	17,01	24,5	99,54	-	265,40

5-11 ОК-2_рс								
27.22	Щи из свежей капусты с филе кур. со сметаной 250/3	Обед	62	2	7	8	290	54,49
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	109,41	6,91	9,5	4,96	125	94,97
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	263	4	8	41	200	46,99
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,89
94.65	Батон с отрубями	Обед	67,2	1,2	-	13,8	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,23
4.79	Апельсин	Обед	50,23	-	-	12,3	205	54,03
Итого			665,24	17,01	24,5	99,54	-	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
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	62,4	1,6	-	12,8	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			373,8	16,48	11,69	31,03	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
49.09	Каша рисовая мол.с маслом	Завтрак	160,1	9,82	12,28	32,52	260	41,39
124.05	Яйцо вареное	Завтрак	78,48	6,35	5,75	0,35	50	13,90
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
45.28	Хлебец	Завтрак	65,63	2	0,87	11,75	10	6,79
4.79	Апельсин	Завтрак	56,84	-	-	13,92	232	61,15
Итого			447,53	19,17	19,1	79,14	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты с филе кур. со сметаной 250/3	Обед	62	2	7	8	290	54,49
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	67,02
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	236,7	3,6	7,2	36,9	180	42,30
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,89
45.28	Хлебец	Обед	65,63	2	0,87	11,75	10	6,76
4.63	Груша св.	Обед	102,96	0,85	0,85	20,73	141	43,81
Итого			729,9	22,77	30,79	96,18	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
49.09	Каша рисовая мол.с маслом	Завтрак	160,1	9,82	12,28	32,52	260	30,13
124.02	Яйцо вареное	Завтрак	78,48	6,35	5,75	0,35	50	13,90
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	100,5	3	-	21	45	4,08
4.79	Апельсин	Завтрак	51,72	-	-	12,67	285	75,12
Итого			477,28	20,17	18,23	87,14	-	149,52
без_лактозы_1-4_2смена								
27.22	Щи из свежей капусты с филе кур. со сметаной 250/3	Обед	62	2	7	8	290	54,49
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	67,02
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Обед	236,7	3,6	7,2	36,9	180	42,30
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,89
94.92	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78	2	-	16	35	3,13
4.79	Апельсин	Обед	44,1	-	-	10,8	180	47,44
Итого			683,41	21,92	29,07	90,5	-	224,27

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
БК_10-11_в1								
67.81	Свежие овощи в нарезке	Завтрак	25,4	1,05	0,2	3,75	100	38,04
	Тушеное филе птицы с							
113.64	картофелем и овощами в горшоч	Завтрак	348	18,75	15,25	32,5	250	108,05
85.42	Чай черный с сахаром лимоном	Завтрак	40,01	0,12	0,03	10,04	207	7,40
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
89.05	Шаньга со сметаной	Завтрак	24	1,2	1,88	0,2	80	20,65
Итого			504,58	23,11	17,56	60,56	-	176,94

БК_10-11_в2								
67.81	Свежие овощи в нарезке	Завтрак	25,4	1,05	0,2	3,75	100	37,92
35.44	Мясо духовое в горшочке	Завтрак	312,5	23,25	12,25	31,5	100	108,70
85.44	Чай зеленый с сахаром лимоном	Завтрак	40,01	0,12	0,03	10,04	210	7,22
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
89.05	Шаньга со сметаной	Завтрак	24	1,2	1,88	0,2	80	20,77
Итого			457,89	27,28	14,53	57,22	-	176,94

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	20,65
1.24	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
4.16	Апельсины	Полдник	79,35	0,65	0,65	15,97	163	42,69
Итого			189,83	2,85	2,73	36,77	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	19.05.2026 12:26:11	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	19.05.2026 15:19:09	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211

Меню на 21.05.2026

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	49,53
62.42	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	35,14
122.42	Салат мясной	Нет	-	-	-	-	100	54,37
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	37,52
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	Макаронны 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	133,10
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	101,65
Блюда из птицы								
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	102,50
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	120,70
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	73,61
напиток								
53.99	Компот из ягод	Нет	84,62	0,18	-	20,98	200	27,66
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	123,93
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	44,36
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	103,58
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	43,95
45.02	Булочка с корицей и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	38,02
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	39,01
116.93	Маффин шоколадный	Нет	321,85	9,29	6,57	54,52	60	42,00
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	31,39
119.16	Слойка с конфитюром	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	24,28
106.37	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	46,90
1 блюдо								

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
27.22	Щи из свежей капусты с филе кур. со сметаной 250/3	Нет	62	2	7	8	290	54,49
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	19.05.2026 12:26:11	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	ОСИПЕНКО НАТАЛИЯ АЛЕКСАНДРОВНА	19.05.2026 15:19:09	E580438AAE94DB619CFA8C47A531241EC9567211