

Меню на 03.09.2026

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 90/30	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	120	82,01
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	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,73
4	Яблоко	Завтрак	47,06	0,39	0,39	11,21	145	25,99
Итого			584,54	14,59	16,91	97,87	-	149,52
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	54,64
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	67,02
12.7	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	41,02
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,95
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	111,95	3,3	0,33	23,45	50	4,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,09
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого			1 017,96	39,2	35,89	103,4	-	224,27
1-4_обед								
27.08	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/	Полдник	235	3,7	5,08	12,13	210	17,48
104.79	Фрикассе из филе куры	Полдник	218,81	13,82	14,87	8,92	100	67,02
12.7	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Полдник	167	2	3	29	150	41,02
361	Чай с сахаром	Полдник	38	-	-	10	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,27
Итого			714,78	21,17	23,12	71,77	-	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 90/30	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	120	82,01
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	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,73
4	Яблоко	Завтрак	47,06	0,39	0,39	11,21	145	25,99
Итого (завтрак)			584,54	14,59	16,91	97,87	-	149,52
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/20/10	Обед	267,6	14,38	11,69	8,35	280	54,64
104.79	Фрикассе из филе куры	Обед	218,81	13,82	14,87	8,92	100	67,02
12.7	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Обед	167	2	3	29	150	41,02
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,95
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	111,95	3,3	0,33	23,45	50	4,66
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,09
95.45	Сэндвич с вареной сгущенкой	Обед	174	4	6	19	60	45,89
Итого (обед)			1 017,96	39,2	35,89	103,4	-	224,27
Итого			1 602,5	53,79	52,8	201,27	-	373,79
5-11_ОВЗ								
125.07	Запеканка из творога со сгущ. молоком 90/30	Завтрак	140,57	5,17	5,17	22,86	120	82,01
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	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,21
4	Яблоко	Завтрак	45,11	0,37	0,37	10,75	139	25,78
Итого (завтрак)			609,75	15,08	16,94	103,72	-	149,79
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	290	62,89
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	210,06	13,27	14,28	8,56	120	91,17
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	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	3,11
4.79	Апельсин	Обед	55,13	-	-	13,5	225	59,30
Итого (обед)			1 098,24	43,23	38,17	118,88	-	292,55
Итого			1 707,99	58,31	55,11	222,6	-	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	210,06	13,27	14,28	8,56	120	91,17
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Завтрак 2	236,7	3,6	7,2	36,9	180	42,30
83.45	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	-	15,2	200	4,55
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,59
355.01	Йогурт	Завтрак 2	118,12	3,13	1,88	15,54	125	36,33
Итого			706,08	23,1	23,36	87,4	-	176,94

5-11_ОК-1_рс								
104.79	Фрикассе из курицы	Завтрак 2	210,06	13,27	14,28	8,56	120	91,17
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Завтрак 2	236,7	3,6	7,2	36,9	180	42,30
83.45	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	-	15,2	200	4,55
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,59
355.01	Йогурт	Завтрак 2	118,12	3,13	1,88	15,54	125	36,33
Итого			706,08	23,1	23,36	87,4	-	176,94

5-11_ОК-2_лг								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	290	62,89
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	210,06	13,27	14,28	8,56	120	91,17
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	9,95
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	1,52
4.79	Апельсин	Обед	46,55	-	-	11,4	190	50,08
Итого			1 000,61	40,35	37,77	99,39	-	265,40

5-11_ОК-2_рс								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/30/10	Обед	323,6	19,78	15,49	8,35	290	62,89
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	210,06	13,27	14,28	8,56	120	91,17
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	9,95
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	1,52
4.79	Апельсин	Обед	46,55	-	-	11,4	190	50,08
Итого			1 000,61	40,35	37,77	99,39	-	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	Полдник	267,6	14,38	11,69	8,35	270	38,68
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	93,6	2,4	-	19,2	30	1,61
54.21	Напиток из кураги	Полдник	43,8	0,5	-	9,88	200	6,00
119.09	Пирожок слоеный с яблоком	Полдник	235	10	3,5	35	75	23,71
Итого			640	27,28	15,19	72,43	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
49.09	Каша рисовая молочная с маслом сл.250/10	Завтрак	470	9,82	12,28	32,52	260	39,97
124.05	Яйцо вареное	Завтрак	78,48	6,35	5,75	0,35	50	12,78
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
45.58	Хлебец	Завтрак	65,63	1	0,44	3,47	5	3,38
4.79	Апельсин	Завтрак	46,28	0,38	0,38	10,96	255	67,10
Итого			746,87	18,55	19,05	67,9	-	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	62,89
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	210,06	13,27	14,28	8,56	120	91,17
12.67	Рис "Золотистый"/кукурза отв с маслом 100/50	Обед	170	2	3	29	150	40,96
54.21	Напиток из кураги	Обед	43,8	0,5	-	9,88	200	9,95
45.58	Хлебец	Обед	26,25	0,4	0,18	1,39	2	1,37
4	Яблоко	Обед	32,45	0,27	0,27	7,73	100	17,93
Итого			806,16	36,22	33,22	64,91	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
43.63	Каша рисовая безмолочная с м.р. 200/10	Завтрак	254,31	7,02	7,02	39,68	210	17,77
124.04	Яйцо вареное	Завтрак	78,48	6,35	5,75	0,35	50	12,78
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,28
4.79	Апельсин	Завтрак	47,19	0,39	0,39	11,17	260	68,53
4	Яблоко	Завтрак	39,59	0,33	0,33	9,43	122	21,87
Итого			562,02	16,74	13,86	92,95	-	149,52

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
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	62,89
104.79	Фрикассе из курицы	Обед	210,06	13,27	14,28	8,56	120	91,17
12.26	Рис "Золотистый" с куркумой	Обед	200	3	4	37	180	21,45
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	9,95
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,91
4	Яблоко	Обед	43,81	0,36	0,36	10,44	135	24,20
Итого			899,21	39,03	34,42	84,69	-	224,27

БК_10-11_в1								
104.79	Фрикассе из курицы	Завтрак	210,06	13,27	14,28	8,56	120	91,17
12.66	Рис "Золотистый"/кукуруза отв с маслом	Завтрак	236,7	3,6	7,2	36,9	180	42,30
83.45	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,55
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	67,69	2,31	0,42	14,6	35	2,59
355	Йогурт фруктовый	Завтрак	73	4	8	18	125	36,33
Итого			647,45	23,48	29,9	93,26	-	176,94

БК_10-11_в2								
67.81	Свежие овощи в нарезке	Завтрак	25,4	1,05	0,2	3,75	100	37,97
35.44	Мясо духовое в горшочке	Завтрак	437,5	32,55	17,15	44,1	140	144,70
85.44	Чай зеленый с сахаром лимоном	Завтрак	40,01	0,12	0,03	10,04	210	7,25
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,28
116.93	Маффин	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			647,17	37,1	20,01	80,75	-	245,00

Завтрак								
119.09	Пирожок слоеный с яблоком	Полдник	313,33	13,33	4,67	46,67	100	23,71
1.24	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
Итого			399,81	14,33	4,87	67,27	-	50,00

Полдник								
89.05	Шаньга со сметаной	Полдник	235	1,5	2,35	0,25	100	20,55
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	42,79
Итого			400,83	3,15	3,2	36,82	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	01.09.2026 18:28:13	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	01.09.2026 21:27:58	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

Меню на 03.09.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
закуска								
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	54,87
62.42	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	35,14
Супы								
27.22	Щи из свежей капусты со сметаной(мясо) 250/25/10	Нет	323,6	19,78	15,49	8,35	285	60,29
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 гарнирная	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	133,10
Блюда из мяса								
413.22	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	100,88
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	72,94
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	48,50
119.16	Слойка с конфитюром	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	31,36
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	31,44
106.38	Пирожок печеный с капустой мясом	Нет	94,5	6	6,45	3,05	75	32,65
114.11	Расстегай (минт)	Нет	281,71	7,95	5,59	48,48	100	53,24
34.29	Булочка "Варюша"	Нет	-	-	-	-	100	33,21
109.86	Сметанник	Нет	-	-	-	-	75	48,65
109.82	Сочень с творогом "Лакомка"	Нет	227	9,5	6,9	34,2	80	55,08

№ 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	39,44
45.02	Булочка с корицей и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	37,87
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	44,66
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	106,91
116.92	Кольцо с орехом	Нет	321,85	9,29	6,57	54,52	75	44,55
116.93	Маффин	Нет	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	43,62
89.05	Шаньга со сметаной	Нет	235	1,5	2,35	0,25	100	25,70
88.47	Пицца с мясом	Нет	-	-	-	-	100	59,32

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	01.09.2026 18:28:13	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	01.09.2026 21:27:58	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446