

Меню на 11.09.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_1смена								
98.37	Бутерброд с маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	19,60
43.88	Суфле Рыбка	Завтрак	198	11	14	17	100	86,31
359.01	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая с масл	Завтрак	133	3	4	22	150	38,18
361.04	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,34
Итого			546,81	17,46	25,6	72,37	-	149,52

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_2смена								
96.5	Огурец "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/25	Обед	158	5	4	27	275	55,75
230.21	Тефтели "Ёжики" с малом сл.	Обед	284	13	20	12	110	88,16
359.01	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая с масл	Обед	133	3	4	22	150	38,18
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,95
94.87	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	3,35
Итого			836,44	25,67	34,23	104,47	-	224,27
1-4_обед								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/10	Полдник	170,58	5,83	4,63	32,2	260	32,71
230.16	Тефтели "Ёжики"	Полдник	284	13	20	12	100	69,54
462.1	Булгур с овощной смесью	Полдник	183,93	5,29	5,47	32,38	150	23,18
361.04	Чай с сахаром	Полдник	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	58,02	1,98	0,36	12,52	30	2,36
Итого			734,33	26,18	30,48	98,94	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_ОВЗ								
98.37	Бутерброд с маслом 15/10	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	25	19,60
43.88	Суфле Рыбка	Завтрак	198	11	14	17	100	86,31
359.01	Картофельное пюре/фасоль зеленая стручковая с масл	Завтрак	133	3	4	22	150	38,18
361.04	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
Итого (завтрак)			546,81	17,46	25,6	72,37	-	149,51
96.5	Огурец "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/35	Обед	158	5	4	27	285	69,08
230.21	Тефтели "Ёжики" с малом сл.	Обед	284	13	20	12	110	88,16
462.1	Булгур с овощной смесью	Обед	183,93	5,29	5,47	32,38	150	26,73
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.65	Батон с отрубями	Обед	56	1	-	11,5	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,10
Итого (обед)			864,19	26,5	35,53	111,42	-	224,28
Итого			1 411	43,96	61,13	183,79	-	373,79

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОВЗ								
98.37	Бутерброд с маслом 15/15	Завтрак	122,04	1,73	7,41	11,81	30	28,88
43.88	Суфле Рыбка	Завтрак	198	11	14	17	110	100,42
359.09	Пюре картофельное/фасоль стручковая с маслом	Завтрак	153	3	4	22	180	41,20
361	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,26
Итого (завтрак)			589,41	18,04	25,64	77,23	-	176,85
96.52	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	100	38,58
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/35	Обед	158	5	4	27	285	69,08
230.21	Тефтели "Ёжики" с малом сл.	Обед	284	13	20	12	110	88,16
462.1	Булгур с овощной смесью	Обед	220,72	6,35	6,57	38,86	180	32,08
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.87	Батон с отрубями	Обед	33,59	0,99	0,1	7,04	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,86
4	Яблоко	Обед	37,32	0,31	0,31	8,89	115	20,61
Итого (обед)			939,09	28,66	37,04	125,53	-	265,49
Итого			1 528,5	46,7	62,68	202,76	-	442,34

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 ОК-1_лг								
96.52	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак 2	76,75	1,01	6,06	4,79	100	38,58
230.19	Тефтели "Ёжики" с малом сл.	Завтрак 2	284	13	20	12	105	78,86
359.09	Пюре картофельное/фасоль стручковая с маслом	Завтрак 2	153	3	4	22	180	41,20
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак 2	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	2,25
Итого			710,03	21,06	30,23	79,06	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 ОК-1_рс								
96.52	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак 2	76,75	1,01	6,06	4,79	100	38,58
230.19	Тефтели "Ёжики" с малом сл.	Завтрак 2	284	13	20	12	105	78,86
359.09	Пюре картофельное/фасоль стручковая с маслом	Завтрак 2	153	3	4	22	180	41,20
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак 2	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	2,25
Итого			710,03	21,06	30,23	79,06	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11 ОК-2_лг								
96.52	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	84,43	1,11	6,67	5,27	110	42,44
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/35	Обед	158	5	4	27	285	69,08
230.21	Тефтели "Ёжики" с малом сл.	Обед	284	13	20	12	110	88,16
359.02	Пюре картофельное/фасоль стручковая с маслом	Обед	153	3	4	22	200	48,34
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,26
94.87	Батон с отрубями	Обед	33,59	0,99	0,1	7,04	15	1,40
Итого			853,33	25,5	34,77	101,86	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11 ОК-2_рс								
96.52	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	84,43	1,11	6,67	5,27	110	42,44
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/35	Обед	158	5	4	27	285	69,08
230.21	Тефтели "Ёжики" с малом сл.	Обед	284	13	20	12	110	88,16
359.02	Пюре картофельное/фасоль стручковая с маслом	Обед	153	3	4	22	200	48,34
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,26
94.87	Батон с отрубями	Обед	33,59	0,99	0,1	7,04	15	1,40
Итого			853,33	25,5	34,77	101,86	-	265,40
5-11_СНС								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/10	Полдник	170,58	5,83	4,63	32,2	260	26,51
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	69,6	2,4	-	9,6	30	2,30
83.19	Чай лимонный	Полдник	60	0,3	-	15,2	200	4,91
119.06	Ватрушка "Европейская"	Полдник	236,11	12,71	14,26	39,44	100	36,28
Итого			536,29	21,24	18,89	96,44	-	70,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
без_глютена_1-4_1смена								
121.52	Рыба припущенная	Завтрак	470	17,83	5,92	7,38	100	97,93
42.76	Картофель отварной с м.р.	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	200	43,75
83.19	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,91
45.58	Хлебец	Завтрак	52,5	0,8	0,35	2,78	4	2,93
Итого			749	21,82	12,42	53,83	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/25	Обед	158	5	4	27	275	55,75
230.16	Тефтели "Ежики"	Обед	284	13	20	12	100	69,54
359.02	Пюре картофельное/фасоль стручковая с маслом	Обед	153	3	4	22	200	48,34
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,72
45.58	Хлебец	Обед	105,01	1,6	0,7	5,55	8	5,37
4.23	Мандарин	Обед	69,6	-	-	16,8	120	31,55
Итого			840,32	22,6	28,7	102,3	-	224,27

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
без_лактозы_1-4_1смена								
121.52	Рыба припущенная	Завтрак	470	17,83	5,92	7,38	100	97,93
42.76	Картофель отварной с м.р.	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	200	43,75
83.19	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,91
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	34,8	1,2	-	4,8	15	1,07
Итого			776,08	23,54	12,2	65,23	-	149,52
без_лактозы_1-4_2смена								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/25	Обед	158	5	4	27	275	55,75
230.16	Тефтели "Ежики"	Обед	284	13	20	12	100	69,54
42.76	Картофель отварной с м.р.	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	200	43,75
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Обед	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,90
4.85	Груша	Обед	63,28	0,52	0,52	12,74	130	37,28
Итого			856,46	25,06	30,84	118,88	-	224,27

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
БК_10-11_в1								
96.52	Огурец свежий "Пикантный"	Завтрак	76,75	1,01	6,06	4,79	100	38,58
230.19	Тефтели "Ёжики" с малом сл.	Завтрак	284	13	20	12	105	78,86
359.09	Пюре картофельное/фасоль стручковая с маслом	Завтрак	153	3	4	22	180	41,20
373.04	Напиток с витаминами Витошка	Завтрак	70,71	-	-	18,95	200	13,72
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58,02	1,98	0,36	12,52	30	2,25
Итого			698,45	20,64	30,59	81,98	-	176,94
БК_10-11_в2								
67.81	Французский салат из хруст. морковки и сочного ябл	Завтрак	25,4	1,05	0,2	3,75	100	52,87
56.24	Котлета рыбная "Лада"	Завтрак	186,65	9,84	12,53	8,64	100	99,35
7.95	Пюре картофельное	Завтрак	176,77	4,13	5,99	26,79	200	44,79
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
4	Яблоко	Завтрак	35,05	0,29	0,29	8,35	108	19,37
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58,02	1,98	0,36	12,52	30	2,33
Итого			568,37	18,29	19,57	80,65	-	245,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
Завтрак								
119.06	Ватрушка "Европейская"	Полдник	236,11	12,71	14,26	39,44	100	36,28
373	Напиток с витаминами Витошка	Полдник	70,71	-	-	18,95	200	13,72
Итого			306,82	12,71	14,26	58,39	-	50,00
Полдник								
1.24	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
89.25	Шаньга с картофелем	Полдник	230,29	9,75	7,21	31,62	100	29,84
4.23	Мандарин	Полдник	74,24	-	-	17,92	128	33,50
Итого			391,01	10,75	7,41	70,14	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	08.09.2026 10:17:06	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	08.09.2026 11:19:17	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

Меню на 11.09.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР								
№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
закуска								
383.01	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	32,63
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	37,52
29.68	Салат из свеклы с сыром	Нет	105	2,6	7,3	6,5	100	41,85
115.1	Салат "Рыжик"	Нет	-	-	-	-	100	28,96
321.16	Помидор свежий "Пикантный"	Нет	76,75	1,01	6,06	4,79	100	38,58
111.21	Салат "Крабовый"	Нет	-	-	-	-	100	47,05
67.3	Салат "Аппетитный"	Нет	-	-	-	-	100	21,47
122.41	Салат "Венгерский	Нет	-	-	-	-	100	43,05
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	45,17
62.42	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	35,14
341.01	Салат "Оливье"	Нет	-	-	-	-	100	62,23
гарнир								
19.93	Капуста цветная отварная	Нет	-	-	-	-	180	48,56
39.61	Фасоль стручковая отварная	Нет	79,2	1,8	1,8	12,6	180	64,33
7.68	Пюре картофельное	Нет	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,64
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,87

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	25,30
42.18	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
46.08	Каша перловая с овощами	Нет	280,2	5,89	5,27	38,7	180	24,95
23.03	Бобовые отварные	Нет	247,33	7	8,07	38,31	200	20,63

Блюда из рыбы

121.03	Рыба запеченная с сыром помидором	Нет	-	-	-	-	100	111,83
121.79	Рыба жареная (с костью)	Нет	-	-	-	-	100	150,60

Блюда из мяса

35.44	Свинина по-французски	Нет	312,5	23,25	12,25	31,5	120	121,60
413.22	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	110,41
113.14	Шашлык из свинины	Нет	-	-	-	-	100	141,87
6.94	Жаркое по-домашнему	Нет	399,05	15,13	17,72	46,02	275	137,30

Блюда из птицы

113.68	Мясо запечен. с овощами под сыром	Нет	-	-	-	-	150	149,53
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	81,74
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	111,96
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	121,06

напиток

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
85.13	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	5,76
1.24	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
53.99	Напиток из ягод " Ассорти"	Нет	45,46	0,19	0,07	11,58	200	19,00

Мучные изделия

88.43	Пицца с мясным фаршем	Нет	-	-	-	-	200	125,95
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	46,69
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	108,50
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	42,08
45.45	Булочка с корицей глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	110	31,13
45.5	Булочка с маком и глазурью	Нет	-	-	-	-	110	24,87
116.93	Маффин	Нет	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	33,02
119.16	Слойка с конфитюром	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	32,92
106.37	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	235	6	6,45	3,05	75	49,39

1 блюдо

75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/35	Нет	158	5	4	27	285	69,08
-------	---	-----	-----	---	---	----	-----	-------

2 блюдо

35.44	Гуляш 50/50	Нет	221	6	13	12	100	76,50
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	485,71	20,35	22,69	51,15	250	90,91

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	08.09.2026 10:17:06	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	08.09.2026 11:19:17	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446