

Меню на 21.09.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
98.18	Хлеб с маслом сыром 15/10/15	Завтрак	167,57	6,05	8,01	17,28	40	42,99
50.42	Каша ячневая вязкая молочная с маслом/топинг из яг	Завтрак	544	8	7	24	235	46,07
83.19	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,91
94.93	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,16	1,98	0,2	14,06	30	2,75
116.93	Печенье Тыквенное	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			927,01	18,05	17,67	81,67	-	149,52
1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	131	4	4	37	285	63,38
535.21	Соте из мяса с овощами	Обед	816	11	11	12	100	97,58
11.06	Рис припущенный с овощами	Обед	196,75	3,63	3,18	38,26	150	20,42
540.5	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	13,63
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	12,52	30	2,30
4	Яблоко	Обед	58,47	0,37	0,37	10,83	140	25,10
Итого			1 393,02	23,3	19,04	142,99	-	224,27
1-4_обед								
75.07	Суп картофельный с горохом с гренками 200/10	Полдник	131,24	4,43	4,45	16,63	210	11,27
535.21	Соте из мяса с овощами	Полдник	816	11	11	12	100	97,57
11.06	Рис припущенный с овощами	Полдник	196,75	3,63	3,18	38,26	150	17,45
361	Чай с сахаром	Полдник	38	-	-	10	200	3,09
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	38,68	1,32	0,24	8,34	20	1,50
Итого			1 220,67	20,38	18,87	85,23	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
98.18	Хлеб с маслом сыром 15/10/15	Завтрак	167,57	6,05	8,01	17,28	40	42,99
50.42	Каша ячневая вязкая молочная с маслом/топинг из яг	Завтрак	544	8	7	24	235	46,07
83.19	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,91
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,75
116.93	Печенье Тыквенное	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого (завтрак)			927,02	18,05	17,67	81,68	-	149,52
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	131	4	4	37	285	63,38
535.21	Соте из мяса с овощами	Обед	816	11	11	12	100	97,58
11.06	Рис припущенный с овощами	Обед	196,75	3,63	3,18	38,26	150	20,42
540.5	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	13,63
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58,02	1,98	0,36	12,52	30	2,30
4	Яблоко	Обед	58,47	0,37	0,37	10,83	140	25,10
Итого (обед)			1 393,02	23,3	19,04	142,99	-	224,27
Итого			2 320,04	41,35	36,71	224,67	-	373,79

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОВЗ								
98.18	Хлеб с маслом сыром 25/10/25	Завтрак	168	6	8	12	60	59,21
50.42	Каша ячневая вязкая молочная с маслом/топинг из яг	Завтрак	544	8	7	24	235	46,07
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
116.93	Печенье Тыквенное	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого (завтрак)			905,06	17,34	17,59	71,71	-	164,85
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	131	4	4	37	285	63,38
535.17	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	150	146,44
11.7	Рис припущенный с овощами	Обед	236,1	4,36	3,81	45,91	180	24,56
540.5	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	13,63
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Обед	29,01	0,99	0,18	6,26	15	1,12
4	Яблоко	Обед	58,47	0,37	0,37	10,83	140	25,10
Итого (обед)			841,95	24,04	19,59	151,42	-	277,49
Итого			1 747,01	41,38	37,18	223,13	-	442,34
5-11 ОК-1_лг								
98.79	Бутерброд с сыром 15/15	Завтрак 2	109	6	1	12	30	22,52
535.21	Соте из мяса с овощами	Завтрак 2	816	11	11	12	100	97,57
11.7	Рис припущенный с овощами	Завтрак 2	236,1	4,36	3,81	45,91	180	24,56
83.19	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	-	15,2	200	4,91
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,69
116.88	Батончик мюсли	Завтрак 2	71,47	1,25	1,24	13,51	25	25,69
Итого			1 337,35	24,23	17,18	108	-	176,94
5-11 ОК-1_рс								
98.79	Бутерброд с сыром 15/15	Завтрак 2	109	6	1	12	30	22,52
535.21	Соте из мяса с овощами	Завтрак 2	816	11	11	12	100	97,57
11.7	Рис припущенный с овощами	Завтрак 2	236,1	4,36	3,81	45,91	180	24,56
83.19	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	-	15,2	200	4,91
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,69
116.88	Батончик мюсли	Завтрак 2	71,47	1,25	1,24	13,51	25	25,69
Итого			1 337,35	24,23	17,18	108	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-2_лг								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	816	4	4	37	280	47,08
535.17	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	150	146,44
11.7	Рис припущенный с овощами	Обед	236,1	4,36	3,81	45,91	180	24,56
540.5	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	13,63
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,68
4	Яблоко	Обед	66,83	0,43	0,43	12,37	160	28,68
Итого			1 565,1	25,24	19,41	153,2	-	265,40

5-11_ОК-2_рс								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	816	4	4	37	280	47,08
535.17	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	150	146,44
11.7	Рис припущенный с овощами	Обед	236,1	4,36	3,81	45,91	180	24,56
540.5	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	13,63
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	81,2	2,8	-	11,2	35	2,68
4	Яблоко	Обед	66,83	0,43	0,43	12,37	160	28,68
Итого			1 565,1	25,24	19,41	153,2	-	265,40

5-11_СНС								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками 250/20	Полдник	217,8	7,25	5,73	31,53	270	17,69
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	69,6	2,4	-	9,6	30	2,31
83.19	Чай лимонный	Полдник	60	0,3	-	15,2	200	4,91
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Полдник	441,9	1,25	1,24	23,01	100	45,09
Итого			789,3	11,2	6,97	79,34	-	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	51,97
50.06	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	Завтрак	238,3	6,88	7,53	36,85	205	23,43
533.04	Топинг из ягод	Завтрак	21,44	0,03	0,04	3,45	30	16,99
83.19	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,91
45.58	Хлебец	Завтрак	65,63	1	0,44	3,47	5	3,51
4.79	Апельсин	Завтрак	67,54	0,37	0,37	16,1	185	48,71
Итого			566,67	14,94	15,82	82,45	-	149,52

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_глютена_1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/20	Обед	214,46	7,25	7,75	32,56	290	65,03
535.21	Соте из мяса с овощами	Обед	816	11	11	12	100	97,57
11.06	Рис припущенный с овощами	Обед	196,75	3,63	3,18	38,26	150	20,42
540.5	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	13,63
45.58	Хлебец	Обед	39,38	0,6	0,26	2,08	3	1,93
116.88	Батончик мюсли	Обед	71,47	1,25	1,24	13,51	25	25,69
Итого			1 426,06	24,73	23,43	121,41	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
50.33	Каша ячневая вязкая с м.р.250/10	Завтрак	256	9	7	43	260	20,32
533.04	Топинг из ягод	Завтрак	35,73	0,05	0,07	5,75	50	29,91
83.19	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	4,91
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	69,6	2,4	-	9,6	30	2,27
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	71,47	1,25	1,24	13,51	25	25,69
4.79	Апельсин	Завтрак	45,73	0,37	0,37	10,83	252	66,42
Итого			538,53	13,37	8,68	97,89	-	149,52
без_лактозы_1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками 250	Обед	131	4	4	37	285	63,38
535.21	Соте из мяса с овощами	Обед	816	11	11	12	100	97,57
11.06	Рис припущенный с овощами	Обед	196,75	3,63	3,18	38,26	150	20,42
540.5	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	13,63
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,31
4	Яблоко	Обед	58,47	0,37	0,37	10,83	140	25,10
Итого			1 404,6	23,72	18,68	140,07	-	224,27
БК_10-11_в1								
98.79	Бутерброд с сыром 15/15	Завтрак	109	6	1	12	30	22,52
535.21	Соте из мяса с овощами	Завтрак	816	11	11	12	100	97,57
11.7	Рис припущенный с овощами	Завтрак	236,1	4,36	3,81	45,91	180	24,56
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	1,69
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	102	1	1	23	25	25,69
Итого			1 367,88	23,98	16,94	117,49	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
БК_10-11_в2								
67.81	Салат из моркови по-корейски	Завтрак	92	1,2	6,2	6,9	100	15,87
413.23	Шницель с болгарским перцем в нежном слив.соусе	Завтрак	223	15,8	9,2	5,7	100	137,33
11.9	Рис с овощами "Калейдоскоп"	Завтрак	363,01	6,97	12,55	55,57	180	44,31
53.99	Напиток из ягод " Ассорти"	Завтрак	45,46	0,19	0,07	11,58	200	19,00
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	67,17	1,99	0,2	14,07	30	2,80
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	102	1	1	23	25	25,69
Итого			892,64	27,15	29,22	116,82	-	245,00

Завтрак								
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Полдник	441,9	1,25	1,24	23,01	100	45,09
83.19	Чай лимонный	Полдник	60	0,3	-	15,2	200	4,91
Итого			501,9	1,55	1,24	38,21	-	50,00

Полдник								
1.24	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
119.58	Пирожок слоеный с ягодами	Полдник	331,43	0,94	0,93	17,26	75	38,74
4	Яблоко	Полдник	57,64	0,37	0,37	10,67	138	24,60
Итого			475,55	2,31	1,5	48,53	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ			
Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	16.09.2026 13:56:42	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	16.09.2026 14:32:07	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР	
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
8	8
9	9
10	10
11	11
12	12
13	13
14	14
15	15
16	16
17	17
18	18
19	19
20	20
21	21
22	22
23	23
24	24
25	25
26	26
27	27
28	28
29	29
30	30
31	31
32	32
33	33
34	34
35	35
36	36
37	37
38	38
39	39
40	40
41	41
42	42
43	43
44	44
45	45
46	46
47	47
48	48
49	49
50	50
51	51
52	52
53	53
54	54
55	55
56	56
57	57
58	58
59	59
60	60
61	61
62	62
63	63
64	64
65	65
66	66
67	67
68	68
69	69
70	70
71	71
72	72
73	73
74	74
75	75
76	76
77	77
78	78
79	79
80	80
81	81
82	82
83	83
84	84
85	85
86	86
87	87
88	88
89	89
90	90
91	91
92	92
93	93
94	94
95	95
96	96
97	97
98	98
99	99
100	100

НАПИТОК

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
53.99	Напиток из ягод " Ассорти"	Нет	45,46	0,19	0,07	11,58	200	19,00
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	5,76

Мучные изделия

106.37	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	235	6	6,45	3,05	75	49,20
119.16	Слойка с конфитюром	Нет	272	1,67	1,27	4,5	70	33,51
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	32,63
116.93	Маффин	Нет	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	36,43
45.45	Булочка с корицей глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	110	30,89
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	44,49
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	106,91
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	43,88
88.43	Пицца с мясным фаршем	Нет	-	-	-	-	200	130,73

1 блюдо

75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками 250	Нет	131	4	4	37	290	79,68
------	--	-----	-----	---	---	----	-----	-------

2 блюдо

63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	485,71	20,35	22,69	51,15	250	91,01
35.44	Гуляш 50/50	Нет	221	6	13	12	100	76,62

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	16.09.2026 13:56:42	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	16.09.2026 14:32:07	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446