

Меню на 25.09.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
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
1-4_2смена								
96.5	Огурец "Пикантный"	Обед	89,54	1,18	7,07	5,59	70	27,01
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/25	Обед	158	5	4	27	275	51,81
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	29,01	0,99	0,18	6,26	15	1,20
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,76	2,97	0,3	21,11	45	4,19
Итого			865,02	26,14	35,55	112,91	-	224,27
1-4_обед								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/15	Полдник	170,58	5,83	4,63	32,2	265	29,82
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
83.34	Чай лимонный	Полдник	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,19
94.96	Батон с отрубями	Полдник	81	3	1,5	16,5	45	4,15
Итого			758,17	27,24	31,62	102,78	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
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	2,34
Итого (завтрак)			546,81	17,46	25,6	72,37	-	149,52
96.5	Огурец "Пикантный"	Обед	89,54	1,18	7,07	5,59	70	27,01
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/35	Обед	158	5	4	27	285	63,55
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	80,3	2,7	0,9	16,14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,30
Итого (обед)			936,08	29,57	37,44	121,66	-	224,27
Итого			1 482,89	47,03	63,04	194,03	-	373,79
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	63,55
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	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,55
4	Яблоко	Обед	47,06	0,39	0,39	11,21	145	25,99
Итого (обед)			948,42	28,67	37,15	128,59	-	265,49
Итого			1 537,83	46,71	62,79	205,82	-	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	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,72
Итого			710,44	21,13	30,19	78,32	-	176,94
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	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,72
Итого			710,44	21,13	30,19	78,32	-	176,94
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	63,55
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	51,39
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	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,19
Итого			908,9	27,09	34,97	114,33	-	265,40

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
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	63,55
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	51,39
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	100,76	2,98	0,3	21,11	45	4,19
Итого			908,9	27,09	34,97	114,33	-	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
без_глютена_1-4_1смена								
121.52	Рыба припущенная	Завтрак	470	17,83	5,92	7,38	100	99,80
42.76	Картофель отварной с м.р.	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	200	43,75
83.34	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,19
45.58	Хлебец	Завтрак	39,38	0,6	0,26	2,08	3	1,78
Итого			714,54	21,44	12,35	47,63	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/25	Обед	158	5	4	27	275	51,81
230.16	Тефтели "Ёжики"	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	78,76	1,2	0,53	4,16	6	4,21
4.85	Груша	Обед	64,74	0,53	0,53	13,03	133	36,65
Итого			809,21	22,73	29,06	97,14	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
121.52	Рыба припущенная	Завтрак	470	17,83	5,92	7,38	100	99,80
42.76	Картофель отварной с м.р.	Завтрак	166,5	2,89	6,15	28,47	200	43,75
83.34	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,19
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,78
Итого			719,94	22,16	12,22	54,93	-	149,52

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_лактозы_1-4_2смена								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/25	Обед	158	5	4	27	275	51,81
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
94.96	Батон с отрубями	Обед	81	3	1,5	16,5	45	4,12
4.85	Груша	Обед	73,02	0,6	0,6	14,7	150	41,33
Итого			833,23	24,49	32,25	117,62	-	224,27
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	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	67,69	2,31	0,42	14,6	35	2,72
Итого			696,93	20,64	30,61	81,72	-	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	54,21
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	22,11
4	Яблоко	Завтрак	40,57	0,33	0,33	9,67	125	22,41
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	58,02	1,98	0,36	12,52	30	2,13
Итого			573,89	18,33	19,61	81,97	-	245,00
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								
1.29	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	22,11
89.25	Шаньга с картофелем	Полдник	230,29	9,75	7,21	31,62	100	31,55
4.85	Груша	Полдник	63,77	0,52	0,52	12,84	131	35,97
Итого			380,54	11,27	7,93	65,06	-	89,63

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	22.09.2026 13:04:25	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	22.09.2026 17:49:39	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

Меню на 25.09.2026

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	32,63
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	37,36
341.01	Салат "Оливье"	Нет	-	-	-	-	100	88,69
62.42	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	35,14
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	52,24
122.41	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	48,45
67.3	Салат "Аппетитный"	Нет	-	-	-	-	100	21,47
111.21	Салат "Крабовый"	Нет	-	-	-	-	100	54,09
321.16	Помидор свежий "Пикантный"	Нет	76,75	1,01	6,06	4,79	100	38,58
115.1	Салат "Рыжик"	Нет	-	-	-	-	100	36,02
29.68	Салат из свеклы с сыром	Нет	105	2,6	7,3	6,5	100	49,92
гарнир								
23.03	Бобовые отварные	Нет	247,33	7	8,07	38,31	200	20,63
46.08	Каша перловая с овощами	Нет	280,2	5,89	5,27	38,7	180	24,95
42.18	Картофель запеченный	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	41,69
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	29,78
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	19,75
7.68	Пюре картофельное	Нет	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,64
39.61	Фасоль стручковая отварная	Нет	79,2	1,8	1,8	12,6	180	64,33
19.93	Капуста цветная отварная	Нет	-	-	-	-	180	48,56
Блюда из рыбы								
121.03	Рыба запеченная с сыром помидором	Нет	-	-	-	-	100	124,44
121.79	Рыба жареная (с костью)	Нет	-	-	-	-	100	150,60
Блюда из мяса								
35.44	Мясо (свинина) по- французски	Нет	312,5	23,25	12,25	31,5	100	121,63
413.22	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	110,41
6.94	Жаркое по-домашнему	Нет	399,05	15,13	17,72	46,02	275	137,30
113.14	Шашлык из свинины	Нет	-	-	-	-	100	128,66
Блюда из птицы								
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	131,13
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	81,74

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
113.68	Мясо запечен. с овощами под сыром	Нет	-	-	-	-	150	155,82
напиток								
53.99	Напиток из ягод " Ассорти"	Нет	45,46	0,19	0,07	11,58	200	19,00
1.29	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	22,11
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	49,39
119.16	Слойка с конфитюром	Нет	272	1,67	1,27	4,5	70	33,24
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	33,35
116.93	Маффин	Нет	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
45.5	Булочка с маком и глазурью	Нет	-	-	-	-	110	25,97
45.45	Булочка с корицей глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	110	31,13
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	42,30
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	110,17
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	45,39
88.43	Пицца с мясным фаршем	Нет	-	-	-	-	200	139,25
1 блюдо								
75.28	Суп картофельный с крупой с рыбой 250/35	Нет	158	5	4	27	285	63,55
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	22.09.2026 13:04:25	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	22.09.2026 17:49:39	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446