

Меню на 28.09.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
43.78	Каша Дружба молочная с топингом 210/20	Завтрак	184	5	7	23	230	47,08
98.18	Хлеб с маслом сыром 25/10/25	Завтрак	168	6	8	12	60	59,21
57.92	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	94	3	13	14	200	15,25
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,29
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	102	1	1	23	25	25,69
Итого			603,97	16,65	29,17	83,72	-	149,52
1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	73,65
46.91	Каша "Царская"	Обед	408	17	22,96	40	200	84,01
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,90
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,76	2,97	0,3	21,11	45	4,19
4	Фрукт	Обед	27,28	0,58	0,58	14,31	185	48,76
Итого			1 011,84	41,6	37,17	137,95	-	224,27
1-4_обед								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/15	Полдник	273,8	12,65	9,53	31,53	275	35,63
46.91	Каша "Царская"	Полдник	408	17	22,96	40	200	84,01
369.09	Чай лимонный	Полдник	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,73
94.87	Батон с отрубями	Полдник	89,56	2,65	0,26	18,76	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	19,34	0,66	0,12	4,17	10	0,78
Итого			829,36	33,08	32,89	104,29	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
43.78	Каша Дружба молочная с топингом 210/20	Завтрак	184	5	7	23	230	47,08
98.18	Хлеб с маслом сыром 25/10/25	Завтрак	168	6	8	12	60	59,21
57.92	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	94	3	13	14	200	15,25
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,29
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	102	1	1	23	25	25,69
Итого (завтрак)			603,97	16,65	29,17	83,72	-	149,52
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	73,65
46.91	Каша "Царская"	Обед	408	17	22,96	40	200	84,01
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,90
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,76	2,97	0,3	21,11	45	4,19
4	Нектарины	Обед	26,58	0,57	0,57	13,95	185	48,76
Итого (обед)			1 011,14	41,59	37,16	137,59	-	224,27
Итого			1 615,11	58,24	66,33	221,31	-	373,79
5-11_ОВЗ								
43.78	Каша Дружба молочная с топингом 210/20	Завтрак	184	5	7	23	230	47,08
98.18	Хлеб с маслом и сыром 25/10/30	Завтрак	217,32	9,04	14,65	11,81	65	64,98
57.92	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	94	3	13	14	200	15,25
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	89,56	2,64	0,27	18,76	40	3,73
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	544	1,25	1,24	13,51	50	51,39
Итого (завтрак)			1 128,88	20,93	36,16	81,08	-	182,43
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	72,36
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Обед	405,82	17	19	17	250	134,38
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	9,6	30	2,27
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
4	Нектарины	Обед	32,69	0,7	0,7	17,15	140	36,81
Итого (обед)			981,88	40,8	33,2	110	-	259,91
Итого			2 110,76	61,73	69,36	191,08	-	442,34

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-1_лг								
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Завтрак 2	405,82	17	19	17	250	134,38
361.04	Чай с сахаром	Завтрак 2	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,66
4	Нектарины	Завтрак 2	32,69	0,7	0,7	17,15	140	36,81
Итого			557,51	20,58	19,72	55,19	-	176,94
5-11_ОК-1_рс								
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Завтрак 2	405,82	17	19	17	250	134,38
361.04	Чай с сахаром	Завтрак 2	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	81,2	2,8	-	11,2	35	2,66
4	Нектарины	Завтрак 2	32,69	0,7	0,7	17,15	140	36,81
Итого			557,51	20,58	19,72	55,19	-	176,94
5-11_ОК-2_лг								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	73,65
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Обед	405,82	17	19	17	250	134,38
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,11
94.87	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
4	Фрукт	Обед	23,6	0,51	0,51	12,38	160	42,17
Итого			938	39,42	33,01	100,44	-	265,40
5-11_ОК-2_рс								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	73,65
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Обед	405,82	17	19	17	250	134,38
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.87	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,11
4	Фрукт	Обед	23,6	0,51	0,51	12,38	160	42,17
Итого			938	39,42	33,01	100,44	-	265,40
5-11_СНС								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/15	Полдник	273,8	12,65	9,53	31,53	275	35,63
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	77,35	2,64	0,48	16,68	40	3,08
369.05	Чай лимонный	Полдник	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,72
34.33	Булочка "Ореховая"	Полдник	272	2,5	3	50	100	21,77
Итого			728,98	19,89	13,23	122,11	-	70,00

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_глютена_1-4_1смена								
98.18	Бутерброд с маслом сыром на хлебце 5/10/15	Завтрак	113,76	6,36	7,44	7,38	30	45,82
43.78	Каша Дружба молочная с топингом 200/5/20	Завтрак	184	5	7	23	225	32,12
57.92	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	94	3	13	14	200	15,25
45.58	Хлебец	Завтрак	91,88	1,4	0,62	4,86	7	4,94
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	71,47	1,25	1,24	13,51	50	51,39
Итого			555,11	17,01	29,3	62,75	-	149,52
без_глютена_1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	295	72,36
46.91	Каша "Царская"	Обед	408	17	22,96	40	200	84,01
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
45.58	Хлебец	Обед	105,01	1,6	0,7	5,55	8	4,00
4.79	Апельсин	Обед	72,29	0,4	0,4	17,23	198	52,14
Итого			1 003,1	38,05	37,39	117,31	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
43.78	Каша Дружба молочная с топингом 200/5/20	Завтрак	184	5	7	23	225	29,86
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	544	1,25	1,24	13,51	50	51,39
369.05	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,73
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,88
4.79	Апельсин	Завтрак	38,84	0,32	0,32	9,19	214	56,40
Итого			928,65	10,33	8,94	81,33	-	149,52
без_лактозы_1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/20	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	290	61,81
46.91	Каша "Царская"	Обед	408	17	22,96	40	200	84,01
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	104,4	3,6	-	14,4	45	3,42
4.79	Апельсин	Обед	42,29	0,35	0,35	10,01	233	61,41
Итого			1 017,27	41,32	36,77	128,32	-	224,27

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
БК_10-11_в1								
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Завтрак	405,82	17	19	17	250	134,38
361.04	Чай с сахаром	Завтрак	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	67,69	2,31	0,42	14,6	35	2,66
4	Нектарины	Завтрак	32,69	0,7	0,7	17,15	140	36,81
Итого			544	20,09	20,14	58,59	-	176,94

БК_10-11_в2								
67.81	Салат "Лето на тарелке" (сырые овощи с маслом раст)	Завтрак	61	1,5	4,1	4,2	100	33,78
416.99	Шницель из мяса с отрубями	Завтрак	216	16,3	11,4	12,9	100	129,04
11.7	Булгур с овощами	Завтрак	91,8	7,74	4,68	28,46	180	29,99
540	Напиток из кураги и изюма	Завтрак	88	1	-	23	200	11,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,80
382	Яблоко печеное	Завтрак	108,94	0,27	-	26,97	147	37,63
Итого			632,91	28,79	20,38	109,6	-	245,00

Завтрак								
34.33	Булочка "Ореховая"	Полдник	272	2,5	3	50	100	21,77
53.99	Компот из ягод	Полдник	84,62	0,18	-	20,98	200	28,23
Итого			356,62	2,68	3	70,98	-	50,00

Полдник								
1.29	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	22,11
34.33	Булочка "Ореховая"	Полдник	272	2,5	3	50	100	21,77
4	Фрукт	Полдник	25,66	0,55	0,55	13,46	174	45,75
Итого			384,14	4,05	3,75	84,06	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	25.09.2026 15:13:36	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	27.09.2026 18:20:25	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

Меню на 28.09.2026

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	37,52
341.01	Салат "Оливье"	Нет	-	-	-	-	100	71,61
62.42	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	35,14
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	51,98
122.41	Салат "Венгерский"	Нет	-	-	-	-	100	48,92
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	34,56
29.68	Салат из свеклы с сыром	Нет	105	2,6	7,3	6,5	100	49,92
Супы								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Нет	329,8	18,05	13,33	31,53	300	85,48
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 запеченый	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	19,87
7.68	Пюре картофельное	Нет	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,64
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
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	375	27,9	14,7	37,8	120	123,98
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	144,20
Блюда из птицы								
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	111,96

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
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
113.68	Мясо запечен. с овощами под сыром	Нет	-	-	-	-	150	159,61

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	33,16
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	33,27
116.93	Маффин	Нет	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
45.5	Булочка с маком и глазурью	Нет	-	-	-	-	110	26,02
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	42,25
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	108,57
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	45,95
88.43	Пицца с мясным фаршем	Нет	-	-	-	-	200	126,05

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	25.09.2026 15:13:36	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	27.09.2026 18:20:25	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446