

Меню на 29.09.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ								
№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_1смена								
422.48	Тефтели из мяса с отруб. в мол. соусе100/30	Завтрак	199	11	11	12	130	88,76
8.44	Паста Триколлини	Завтрак	184	5	3	30	150	24,28
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,10
94.96	Батон с отрубями	Завтрак	36	1,33	0,67	7,33	20	1,86
4	Яблоко	Завтрак	44,46	0,37	0,37	10,59	137	24,52
Итого			519,46	17,7	15,04	74,92	-	149,52
1-4_2смена								
96.5	Огурец "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	816	4	8	17	280	67,36
43.88	Суфле Рыбка	Обед	198	11	14	17	100	86,31
7.53	Пюре картофельное	Обед	132,57	3,1	3,66	20,09	150	28,83
540.33	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	16,64
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	10,43	25	1,97
Итого			1 359,67	21,76	32,02	92,31	-	224,27
1-4_обед								
32.32	Борщ со сметаной 250/5	Полдник	198,8	8,03	15,42	16,54	255	19,10
35.44	Гуляш	Полдник	221,17	10,89	15,69	5,37	100	74,40
7.68	Пюре картофельное	Полдник	110,83	2,5	3,33	18,33	150	30,54
361.04	Чай с сахаром	Полдник	37,8	0,08	0,02	9,84	200	3,09
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	124,8	3,2	-	25,6	40	3,75
Итого			693,4	24,7	34,46	75,68	-	130,88

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
1-4_ОВЗ								
422.48	Тефтели из мяса с отруб. в мол. соусе100/30	Завтрак	199	11	11	12	130	88,76
8.44	Паста Триколлини	Завтрак	184	5	3	30	150	24,28
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,10
94.96	Батон с отрубями	Завтрак	36	1,33	0,67	7,33	20	1,86
4	Яблоко	Завтрак	44,46	0,37	0,37	10,59	137	24,52
Итого (завтрак)			519,46	17,7	15,04	74,92	-	149,52
96.5	Огурец "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	60	23,16
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/20/10	Обед	816	4	8	17	280	67,36
43.88	Суфле Рыбка	Обед	198	11	14	17	100	86,31
7.53	Пюре картофельное	Обед	132,57	3,1	3,66	20,09	150	28,83
540.33	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	16,64
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48,35	1,65	0,3	10,43	25	1,97
Итого (обед)			1 359,67	21,76	32,02	92,31	-	224,27
Итого			1 879,13	39,46	47,06	167,23	-	373,79
5-11_ОВЗ								
422.48	Тефтели из мяса с отруб. в мол. соусе100/30	Завтрак	199	11	11	12	130	88,76
8.73	Паста Триколини	Завтрак	220,8	6	3,6	36	180	29,14
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,10
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,26
4	Яблоко	Завтрак	38,94	0,32	0,32	9,28	120	21,51
Итого (завтрак)			593,11	19,63	15,15	88,7	-	152,77
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	290	90,50
43.88	Суфле Рыбка	Обед	198	11	14	17	100	86,31
7.53	Пюре картофельное	Обед	176,77	4,13	4,88	26,79	200	38,43
540.33	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	16,64
94.65	Батон с отрубями	Обед	53,53	1,8	0,6	10,76	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Обед	92,8	3,2	-	12,8	40	3,03
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого (обед)			896,18	30,88	37,36	118,02	-	289,57
Итого			1 489,29	50,51	52,51	206,72	-	442,34
5-11_ОК-1_лг								
35.44	Гуляш	Завтрак 2	221,17	10,89	15,69	5,37	100	74,40
7.68	Пюре картофельное	Завтрак 2	133	3	4	22	180	36,64
62	Напиток из шиповника	Завтрак 2	56	-	-	15	200	10,10
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	34,8	1,2	-	4,8	15	1,14
116.93	Маффин	Завтрак 2	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			578,03	18,13	22,28	67,68	-	176,94

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
5-11_ОК-1_рс								
35.44	Гуляш	Завтрак 2	221,17	10,89	15,69	5,37	100	74,40
7.68	Пюре картофельное	Завтрак 2	133	3	4	22	180	36,64
62	Напиток из шиповника	Завтрак 2	56	-	-	15	200	10,10
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	34,8	1,2	-	4,8	15	1,14
116.93	Маффин	Завтрак 2	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			578,03	18,13	22,28	67,68	-	176,94
5-11_ОК-2_лг								
96.52	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	100	38,58
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/10/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	270	46,93
35.44	Гуляш	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	74,40
7.53	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	34,58
540.33	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	16,64
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,47
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			878,49	27,97	44,02	91,34	-	265,40
5-11_ОК-2_рс								
96.52	Огурец свежий "Пикантный"	Обед	76,75	1,01	6,06	4,79	100	38,58
32.32	Борщ с картофелем с мясом со сметаной 250/10/10	Обед	198,8	8,03	15,42	16,54	270	46,93
35.44	Гуляш	Обед	221,17	10,89	15,69	5,37	100	74,40
7.53	Пюре картофельное	Обед	159,09	3,72	4,39	24,11	180	34,58
540.33	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	16,64
94.36	Хлеб ржаной	Обед	38,68	1,32	0,24	8,34	20	1,47
116.93	Маффин	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			870,77	27,69	44,26	93,28	-	265,40
5-11_СНС								
32.36	Борщ с мясом сметаной 250/5/5	Полдник	132,5	2,5	10,62	16,37	260	33,56
83.34	Чай лимонный	Полдник	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,19
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	92,8	3,2	-	12,8	40	3,05
119.16	Слойка с конфитюром	Полдник	388,57	2,39	1,81	6,43	100	29,20
Итого			652,53	8,21	12,45	45,3	-	70,00
без_глютена_1-4_1смена								
21.72	Тефтели "Ежики" из мяса	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	100	66,77
19.29	Овощи припущенные	Завтрак	126,9	2,65	4,43	12,6	150	22,89
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,10
45.58	Хлебец	Завтрак	91,88	1,4	0,62	4,86	7	4,91
4.85	Фрукт	Завтрак	79,35	0,65	0,65	15,97	163	44,85
Итого			553,26	15,94	17,88	60,05	-	149,52

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, Р
без_глютена_1-4_2смена								
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/15/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	275	43,78
121.86	Рыба запеченная	Обед	194,49	16,86	6,5	3,7	100	112,00
42.65	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,14
45.58	Хлебец	Обед	65,63	1	0,44	3,47	5	3,51
4	Яблоко	Обед	188	0,32	0,32	9,28	120	21,25
Итого			965,77	36,12	27,11	81,34	-	224,27
без_лактозы_1-4_1смена								
21.72	Тефтели "Ежики" из мяса	Завтрак	199,13	11,24	12,18	11,62	100	66,77
8.79	Паста Триколлини	Завтрак	184	5	3	30	150	24,66
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,10
94.96	Батон с отрубями	Завтрак	54	2	1	11	30	2,80
4.85	Фрукт	Завтрак	79,84	0,66	0,66	16,07	164	45,19
Итого			572,97	18,9	16,84	83,69	-	149,52
без_лактозы_1-4_2смена								
32.6	Борщ с капустой, мясом со сметаной 250/15/10	Обед	263,15	14,05	13,7	13,42	275	43,78
121.86	Рыба запеченная	Обед	194,49	16,86	6,5	3,7	100	112,00
42.65	Картофель отварной	Обед	166,5	2,89	6,15	28,47	150	22,59
540.33	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	16,64
94.65	Батон с отрубями	Обед	40,15	1,35	0,45	8,07	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,95
4	Яблоко	Обед	227,17	0,39	0,39	11,21	145	25,91
Итого			1 037,46	38,54	27,19	95,87	-	224,27
БК_10-11_в1								
35.44	Гуляш	Завтрак	221,17	10,89	15,69	5,37	100	74,40
7.68	Пюре картофельное	Завтрак	159,1	3,73	4,4	26,49	180	36,64
62	Напиток из шиповника	Завтрак	56	-	-	15	200	10,10
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,78	1,32	0,13	9,38	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	29,01	0,99	0,18	6,26	15	1,14
116.93	Маффин	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			598,34	18,65	22,86	73,63	-	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	14,51
131.24	Руллет мясной с луком яйцом и пикантным соусом 100/	Завтрак	264	18,13	11,33	35,33	200	147,87
11.07	Рис припущенный с кукурузой	Завтрак	242,43	5,73	10,4	43,22	200	48,23
85.4	Чай зеленый с сахаром лимоном	Завтрак	40,01	0,12	0,03	10,04	205	6,06
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
34.58	Булочка домашняя	Завтрак	310,29	5,28	11,09	47,35	100	26,00
Итого			1 004,7	32,11	39,22	154,56	-	245,00

Завтрак								
119.16	Слойка с конфитюром	Полдник	388,57	2,39	1,81	6,43	100	28,86
540.24	Напиток Ягодный драйф	Полдник	88	1	-	23	200	21,14
Итого			476,57	3,39	1,81	29,43	-	50,00

Полдник								
1.29	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	22,11
106.37	Пирожок печеный с мясом луком	Полдник	235	6	6,45	3,05	75	49,41
4	Яблоко	Полдник	158,23	0,27	0,27	7,81	101	18,11
Итого			479,71	7,27	6,92	31,46	-	89,63

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	24.09.2026 15:56:49	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	24.09.2026 17:50:29	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

Меню на 29.09.2026

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	72,84
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	36,02
29.68	Салат из свеклы с сыром	Нет	105	2,6	7,3	6,5	100	49,92
Супы								
32.32	Борщ с мясом со сметаной 250/30/10	Нет	198,8	8,03	15,42	16,54	290	90,50
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	19,87
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	111,09
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	50,27
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	31,39
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	53,50
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	111,32
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	45,95
88.43	Пицца с мясным фаршем	Нет	-	-	-	-	200	128,58

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	24.09.2026 15:56:49	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	24.09.2026 17:50:29	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446