Меню на 02.10.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_1смена								
98.79	Бутерброд с сыром 15/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	30	23,46
547.18	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	10,6	12	11,4	100	73,51
359.04	Пюре картофельное/ капуста цветная с маслом	Завтрак	133	3	4	22	150	36,05
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	13,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,76
Итого			**615,74**	**21,18**	**20,35**	**79,15**	-	**149,52**
1-4_2смена								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	303,27	21,09	18,45	18,31	275	53,69
539.08	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,72
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	24,83
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	13,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	100,76	2,97	0,3	21,11	45	4,19
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,15
4.85	Груша	Обед	96,76	0,58	0,58	14,21	145	39,95
Итого			**1 023,58**	**44,97**	**37,05**	**120,03**	-	**224,27**
1-4_обед								
76.99	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом 2	Полдник	219,27	12,99	12,75	18,31	205	14,72
539.08	Мясо в сметанном соусе	Полдник	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,72
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Полдник	173	7	3	34	150	24,83
361	Чай с сахаром	Полдник	38	-	-	10	200	3,09
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	38,68	1,32	0,24	8,34	20	1,52
Итого			**713,94**	**33,44**	**30,71**	**78,25**	-	**130,88**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_ОВЗ								
98.79	Бутерброд с сыром 15/15	Завтрак	108,57	5,6	4,15	11,68	30	23,46
547.18	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	10,6	12	11,4	100	73,51
359.13	Пюре картофельное/ капуста цветная с маслом	Завтрак	133	3	4	22	150	36,05
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	13,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67,17	1,98	0,2	14,07	30	2,76
Итого (завтрак)			**615,74**	**21,18**	**20,35**	**79,15**	-	**149,52**
76.92	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	303,27	21,09	18,45	18,31	316	61,41
539.08	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,72
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	24,83
555.21	Напиток из яблок	Обед	88	1	-	23	200	10,18
94.65	Батон с отрубями	Обед	40,15	1,35	0,45	8,07	15	1,40
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	4,8	15	1,15
4.85	Груша	Обед	93,42	0,56	0,56	13,72	140	38,58
Итого (обед)			**977,63**	**44,33**	**37,18**	**109,5**	-	**224,27**
Итого			**1 593,37**	**65,51**	**57,53**	**188,65**	-	**373,79**
5-11_ОВЗ								
98.79	Бутерброд с сыром 25/25	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	50	38,90
547.18	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	10,6	12	11,4	100	73,51
359.03	Картофельное пюре/капуста цветная отварная с масло	Завтрак	177	4	5	29	200	43,43
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	13,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,37	2,31	0,23	16,42	35	2,73
Итого (завтрак)			**706,24**	**25,19**	**24,12**	**88,5**	-	**172,31**
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	303,27	21,09	18,45	18,31	275	53,69
35.98	Мясо в сметанном соусе 75/50	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	125	118,60
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	207,6	8,4	3,6	40,8	180	29,80
555.21	Напиток из яблок	Обед	88	1	-	23	200	10,18
94.65	Батон с отрубями	Обед	120,45	4,05	1,35	24,21	45	4,19
94.36	Хлеб ржаной	Обед	23,2	0,8	-	3,2	10	0,77
116.93	Печенье Тыквенное	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого (обед)			**1 075,79**	**49,19**	**40,58**	**128,25**	-	**270,03**
Итого			**1 782,03**	**74,38**	**64,7**	**216,75**	-	**442,34**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОК-1_лг								
539.08	Мясо в сметанном соусе	Завтрак 2	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,72
46.94	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак 2	319,11	8,33	10,19	54,78	180	29,80
83.34	Чай лимонный	Завтрак 2	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,19
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	29,01	0,99	0,18	6,26	15	1,10
116.93	Печенье Тыквенное	Завтрак 2	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**776,02**	**24,94**	**27,74**	**101,19**	-	**176,94**
5-11_ОК-1_рс								
539.08	Мясо в сметанном соусе	Завтрак 2	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,72
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак 2	207,6	8,4	3,6	40,8	180	29,80
83.34	Чай лимонный	Завтрак 2	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,19
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	29,01	0,99	0,18	6,26	15	1,10
116.93	Печенье Тыквенное	Завтрак 2	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**664,51**	**25,01**	**21,15**	**87,21**	-	**176,94**
5-11_ОК-2_лг								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	303,27	21,09	18,45	18,31	270	45,97
35.98	Мясо в сметанном соусе 75/50	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	125	118,60
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	207,6	8,4	3,6	40,8	180	29,80
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	13,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,56	2,64	0,27	18,76	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	19,34	0,66	0,12	4,17	10	0,76
116.93	Печенье Тыквенное	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**1 023,04**	**46,64**	**39,62**	**120,77**	-	**265,40**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОК-2_рс								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	303,27	21,09	18,45	18,31	270	45,97
35.98	Мясо в сметанном соусе 75/50	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	125	118,60
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	207,6	8,4	3,6	40,8	180	29,80
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	13,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,56	2,64	0,27	18,76	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	19,34	0,66	0,12	4,17	10	0,76
116.93	Печенье Тыквенное	Обед	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**1 023,04**	**46,64**	**39,62**	**120,77**	-	**265,40**
5-11_СНС								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Полдник	303,27	21,09	18,45	18,31	260	31,85
89.05	Шаньга со сметаной	Полдник	235	1,5	2,35	0,25	100	25,89
83.41	Чай лимонный	Полдник	39	-	-	10	200	6,73
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	78,37	2,31	0,23	16,42	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	58,02	1,98	0,36	12,52	30	2,27
Итого			**713,66**	**26,88**	**21,39**	**57,5**	-	**70,00**
без_глютена_1-4_1смена								
547.18	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	10,6	12	11,4	100	73,51
359.04	Пюре картофельное/ капуста цветная с маслом	Завтрак	133	3	4	22	150	36,05
555.21	Напиток из яблок	Завтрак	88	1	-	23	200	10,18
45.58	Хлебец	Завтрак	52,5	0,8	0,35	2,78	4	2,81
4	Яблоко	Завтрак	236,57	0,4	0,4	11,68	151	26,97
Итого			**747,07**	**15,8**	**16,75**	**70,86**	-	**149,52**
без_глютена_1-4_2смена								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	303,27	21,09	18,45	18,31	275	53,69
539.08	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,72
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	24,83
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	13,74
45.58	Хлебец	Обед	78,76	1,2	0,53	4,16	6	4,21
4.85	Груша	Обед	100,1	0,6	0,6	14,7	150	41,08
Итого			**970,12**	**42,02**	**37,3**	**98,77**	-	**224,27**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
без_лактозы_1-4_1смена								
539.08	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,72
46.81	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	173	7	3	34	150	19,46
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	13,74
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	23,2	0,8	-	3,2	10	0,77
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	89,56	2,64	0,27	18,76	40	3,73
4	Яблоко	Завтрак	45,43	0,37	0,37	10,83	140	25,10
Итого			**646,18**	**22,94**	**18,36**	**94,39**	-	**149,52**
без_лактозы_1-4_2смена								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	303,27	21,09	18,45	18,31	275	53,69
539.08	Мясо в сметанном соусе	Обед	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,72
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	173	7	3	34	150	24,83
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	13,74
94.92	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	55,71	1,43	-	11,43	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	1,88
4.85	Груша	Обед	100,1	0,6	0,6	14,7	150	41,08
Итого			**1 005,07**	**44,25**	**36,77**	**114,04**	-	**224,27**
ВК_10-11_в1								
539.08	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	244,99	12,13	14,72	7,6	100	86,72
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	207,6	8,4	3,6	40,8	180	29,80
83.34	Чай лимонный	Завтрак	38,66	0,12	0,02	9,7	200	4,19
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,97	1,65	0,17	11,72	25	2,33
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	29,01	0,99	0,18	6,26	15	1,10
116.93	Маффин	Завтрак	88,28	1,72	2,46	11,13	50	52,80
Итого			**664,51**	**25,01**	**21,15**	**87,21**	-	**176,94**
ВК_10-11_в2								
67.62	Салат из свежих томатов с маслом растительным	Завтрак	102,51	0,54	9,99	2,61	100	38,06
35.48	Азу из мяса по- домашнему	Завтрак	324	15,9	18,6	19,35	150	147,95
46.94	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	354,57	9,26	11,32	60,87	200	33,11
1.29	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	22,11
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	89,56	2,64	0,27	18,76	40	3,77
Итого			**957,12**	**29,34**	**40,38**	**122,19**	-	**245,00**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
Завтрак								
540.53	Напиток Ягодный драйв	Полдник	88	1	-	23	200	24,11
89.05	Шаньга со сметаной	Полдник	235	1,5	2,35	0,25	100	25,89
Итого			**323**	**2,5**	**2,35**	**23,25**	-	**50,00**
Полдник								
1.29	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	22,11
89.05	Шаньга со сметаной	Полдник	235	1,5	2,35	0,25	100	25,89
4.85	Груша	Полдник	100,76	0,6	0,6	14,8	151	41,63
Итого			**422,24**	**3,1**	**3,15**	**35,65**	-	**89,63**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	30.09.2026 10:06:30	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	30.09.2026 11:35:50	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

Меню на 02.10.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
закуска								
383.01	Салат "Здоровье"	Нет	-	-	-	-	100	40,00
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Нет	25,4	1,06	0,8	3,73	100	40,00
341.01	Салат "Оливье"	Нет	-	-	-	-	100	65,00
62.42	Салат "Ароматный"	Нет	-	-	-	-	100	40,00
122.44	Салат "Цезаренок"	Нет	-	-	-	-	100	60,00
122.41	Салат "Венгерский	Нет	-	-	-	-	100	60,00
67.3	Салат "Аппетитный"	Нет	-	-	-	-	100	40,00
115.1	Салат "Рыжик"	Нет	-	-	-	-	100	40,00
29.68	Салат из свеклы с сыром	Нет	105	2,6	7,3	6,5	100	50,00
гарнир								
23.03	Бобовые отварные	Нет	247,33	7	8,07	38,31	200	40,00
46.08	Каша перловая с овощами	Нет	280,2	5,89	5,27	38,7	180	45,00
42.18	Картофель запеченый	Нет	136,5	4,89	11,16	28	180	50,00
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Нет	319,11	8,33	10,19	54,78	180	40,00
8.21	Макароны отварные	Нет	259,2	7,2	7,92	38,16	180	35,00
7.68	Пюре картофельное	Нет	159,1	3,73	4,4	26,49	180	50,00
39.61	Фасоль стручковая отварная	Нет	79,2	1,8	1,8	12,6	180	50,00
19.93	Капуста цветная отварная	Нет	-	-	-	-	180	50,00
Блюда из рыбы								
121.03	Рыба запеченная с сыром помидором	Нет	-	-	-	-	100	140,00
121.79	Рыба жареная (с костью)	Нет	-	-	-	-	100	150,00
Блюда из мяса								
113.14	Шашлык из свинины	Нет	-	-	-	-	100	145,00
6.94	Жаркое по-домашнему	Нет	399,05	15,13	17,72	46,02	275	140,00
413.22	Шницель н/р	Нет	216	16,3	11,4	12,9	100	100,00
35.44	Мясо (свинина) по-французски с сыром	Нет	375	27,9	14,7	37,8	120	125,00
Блюда из птицы								
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Нет	-	-	-	-	100	130,00
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Нет	218,81	13,82	18,87	9,92	100	145,00
104.03	Котлета из мяса птицы	Нет	190	12	13,13	9,2	100	90,00
113.68	Мясо запечен. с овощами под сыром	Нет	-	-	-	-	150	160,00
напиток								
53.99	Напиток из ягод " Ассорти"	Нет	45,46	0,19	0,07	11,58	200	25,00

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1.24	Сок в ассортименте	Нет	86,48	1	0,2	20,6	200	30,00
85.13	Чай с/с пакетированный	Нет	37,8	0,08	0,02	9,8	200	10,00
Мучные изделия								
106.37	Пирожок печеный с мясом луком	Нет	235	6	6,45	3,05	75	50,00
119.16	Слойка с конфитюром	Нет	272	1,67	1,27	4,5	70	40,00
119.16	Слойка с творогом	Нет	25,4	1,67	1,27	4,5	70	45,00
45.21	Булочка с маком и глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	100	40,00
45.45	Булочка с корицей глазурью	Нет	269,64	4,23	1,55	55,99	110	40,00
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Нет	-	-	-	-	50	50,00
2.4	Маффин с конфитюром ассорти, 60г. (39)	Нет	-	-	-	-	80	60,00
45.37	Бургер с котлетой	Нет	236,11	12,71	14,26	39,44	230	120,00
119.85	Дэниш с ягодами	Нет	50	2,5	3,5	25	70	50,00
2 блюдо								
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Нет	485,71	20,35	22,69	51,15	250	120,00
35.44	Гуляш 50/50	Нет	221	6	13	12	100	110,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	30.09.2026 10:06:30	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	30.09.2026 11:35:50	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446