Меню на 22.10.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_1смена								
120.22	Омлет натуральный с маслом сл 200/10	Завтрак	250	12	15	11	210	79,94
355.01	Йогурт фруктовый	Завтрак	138	4	2	29	125	36,33
83.52	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	5,29
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	56	2	-	12	25	2,27
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	102	1	1	14	25	25,69
Итого			**585**	**19**	**18**	**76**	-	**149,52**
1-4_2смена								
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/20	Обед	162	5	7	25	270	32,12
538.18	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	100	103,93
8.91	Паста Триколлини	Обед	155	4,17	2,5	25	150	24,79
540.61	Напиток Ягодный драйф	Обед	48	-	-	12	200	21,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	80	3	-	16	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	49	2	-	12	30	2,29
4.85	Фрукт	Обед	66,15	-	-	16,2	135	37,20
Итого			**753,15**	**26,17**	**23,5**	**113,2**	-	**224,27**
1-4_обед								
78.13	Суп-пюре из овощей с гренками	Полдник	115,75	3,26	7,05	15,15	220	14,48
538.18	Чахохбили из мяса кур	Полдник	193	12	14	7	100	103,93
8.45	Паста Ригате	Полдник	184	5	3	34	150	8,25
361.04	Чай с сахаром	Полдник	38	-	-	10	200	3,09
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	28,8	1,2	-	6	15	1,13
Итого			**559,55**	**21,46**	**24,05**	**72,15**	-	**130,88**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_ОВЗ								
120.22	Омлет натуральныйс маслом сл 200/10	Завтрак	250	12	15	11	210	79,94
355.01	Йогурт фруктовый	Завтрак	138	4	2	29	125	36,33
83.52	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	5,29
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	56	2	-	12	25	2,27
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	102	1	1	14	25	25,69
Итого (завтрак)			**585**	**19**	**18**	**76**	-	**149,52**
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/20	Обед	162	5	7	25	270	32,12
538.18	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	100	103,93
8.91	Паста Триколлини	Обед	155	4,17	2,5	25	150	24,79
540.61	Напиток Ягодный драйф	Обед	48	-	-	12	200	21,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	80	3	-	16	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	49	2	-	12	30	2,29
4.85	Фрукт	Обед	66,15	-	-	16,2	135	37,20
Итого (обед)			**753,15**	**26,17**	**23,5**	**113,2**	-	**224,27**
Итого			**1 338,15**	**45,17**	**41,5**	**189,2**	-	**373,79**
5-11_ОВЗ								
120.22	Омлет натуральныйс маслом сл 200/10	Завтрак	250	12	15	11	210	79,94
355.01	Йогурт фруктовый	Завтрак	138	4	2	29	125	36,33
83.52	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	5,29
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	544	1,25	1,24	13,51	50	51,39
Итого (завтрак)			**1 049,37**	**19,57**	**18,47**	**79,93**	-	**176,21**
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/20	Обед	162	5	7	25	270	32,12
538.26	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	120	128,59
8.75	Паста Триколлини	Обед	245,26	7,07	3,98	40,14	200	33,05
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,14
94.36	Хлеб ржаной	Обед	23,2	0,8	-	3,2	10	0,80
94.65	Батон с отрубями	Обед	160,6	5,4	1,8	32,28	60	4,97
4.85	Фрукт	Обед	497,85	0,66	0,66	16,17	165	45,46
Итого (обед)			**1 369,91**	**31,93**	**27,44**	**146,79**	-	**266,13**
Итого			**2 419,28**	**51,5**	**45,91**	**226,72**	-	**442,34**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОК-1_лг								
538.18	Чахохбили из мяса кур	Завтрак 2	193	12	14	7	100	103,93
8.91	Паста Триколлини	Завтрак 2	186	5	3	30	180	29,74
361.04	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	34,8	1,2	-	4,8	15	1,12
4.85	Фрукт	Завтрак 2	407,34	0,54	0,54	13,23	135	37,20
Итого			**903,81**	**20,07**	**17,54**	**74,36**	-	**176,94**
5-11_ОК-1_рс								
538.18	Чахохбили из мяса кур	Завтрак 2	193	12	14	7	100	103,93
8.91	Паста Триколлини	Завтрак 2	186	5	3	30	180	29,74
361.04	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	34,8	1,2	-	4,8	15	1,12
4.85	Фрукт	Завтрак 2	407,34	0,54	0,54	13,23	135	37,20
Итого			**903,81**	**20,07**	**17,54**	**74,36**	-	**176,94**
5-11_ОК-2_лг								
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/20	Обед	162	5	7	25	270	32,12
538.26	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	120	128,59
8.75	Паста Триколлини	Обед	245,26	7,07	3,98	40,14	200	33,05
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	67,2	2,8	-	14	35	2,68
4.85	Фрукт	Обед	482,77	0,64	0,64	15,68	160	44,09
Итого			**1 327,56**	**31,18**	**25,62**	**143,49**	-	**265,40**
5-11_ОК-2_рс								
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/20	Обед	162	5	7	25	270	32,12
538.26	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	120	128,59
8.75	Паста Триколлини	Обед	245,26	7,07	3,98	40,14	200	33,05
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	89,33	2,67	-	18,67	40	3,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	67,2	2,8	-	14	35	2,68
4.85	Фрукт	Обед	482,77	0,64	0,64	15,68	160	44,09
Итого			**1 327,56**	**31,18**	**25,62**	**143,49**	-	**265,40**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_СНС								
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/10	Полдник	705	4,71	5,13	22,97	260	18,07
540.24	Напиток Ягодный драйф	Полдник	88	1	-	23	200	21,14
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	58	2	-	8	25	1,93
119.08	Пирожок слоеный с яблоком	Полдник	272	2,5	3,5	25	100	28,86
Итого			**1 123**	**10,21**	**8,63**	**78,97**	-	**70,00**
без_глютена_1-4_1смена								
538.18	Чахохбили из мяса кур	Завтрак	193	12	14	7	100	103,93
12.58	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак	200	3	4	37	150	16,56
361.04	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,09
45.58	Хлебец	Завтрак	52,5	0,8	0,35	2,78	4	2,81
4	Яблоко	Завтрак	42,14	0,34	0,34	10,32	129	23,13
Итого			**525,64**	**16,14**	**18,69**	**67,1**	-	**149,52**
без_глютена_1-4_2смена								
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/20	Обед	162	5	7	25	270	32,12
538.18	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	100	103,93
39.29	Капуста тушеная	Обед	705	3,51	6,86	25,45	150	22,55
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,14
45.58	Хлебец	Обед	91,88	1,4	0,62	4,86	7	4,91
4.85	Фрукт	Обед	434,49	0,58	0,58	14,11	144	39,62
Итого			**1 674,37**	**23,49**	**29,06**	**99,42**	-	**224,27**
без_лактозы_1-4_1смена								
538.18	Чахохбили из мяса кур	Завтрак	193	12	14	7	100	103,93
12.96	Рис "Золотистый" с куркумой	Завтрак	200	3	4	37	150	16,56
83.52	Чай лимонный	Завтрак	39	-	-	10	200	5,29
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	78,17	2,33	-	16,33	35	3,26
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	23,2	0,8	-	3,2	10	0,76
4	Яблоко	Завтрак	35,93	0,29	0,29	8,8	110	19,72
Итого			**569,3**	**18,42**	**18,29**	**82,33**	-	**149,52**
без_лактозы_1-4_2смена								
78.14	Суп-пюре из разных овощей с гренками 250/20	Обед	162	5	7	25	270	32,12
538.18	Чахохбили из мяса кур	Обед	193	12	14	7	100	103,93
8.75	Паста Триколлини	Обед	220,73	6,36	3,58	36,13	180	29,74
540.24	Напиток Ягодный драйф	Обед	88	1	-	23	200	21,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	30	2,80
94.36	Хлеб ржаной	Обед	46,4	1,6	-	6,4	20	1,47
4.85	Фрукт	Обед	362,08	0,48	0,48	11,76	120	33,07
Итого			**1 139,21**	**28,44**	**25,06**	**123,29**	-	**224,27**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
ВК_10-11_в1								
538.18	Чахохбили из мяса кур	Завтрак	193	12	14	7	100	103,93
8.91	Паста Триколлини	Завтрак	186	5	3	30	180	29,74
361.04	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	44,67	1,33	-	9,33	20	1,86
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	28,8	1,2	-	6	15	1,12
4.85	Фрукт	Завтрак	407,34	0,54	0,54	13,23	135	37,20
Итого			**897,81**	**20,07**	**17,54**	**75,56**	-	**176,94**
ВК_10-11_в2								
67.81	Овощи свежие в нарезке	Завтрак	25,4	1,05	0,2	3,75	100	48,98
63.6	Плов из мяса с булгуром в горшочке	Завтрак	409,87	17,4	21,17	55,81	300	133,49
540.24	Напиток Ягодный драйф	Завтрак	88	1	-	23	200	21,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	66,67	2,5	-	13,33	25	2,26
4.85	Фрукт	Завтрак	428,46	0,57	0,57	13,92	142	39,13
Итого			**1 018,4**	**22,52**	**21,94**	**109,81**	-	**245,00**
Завтрак								
119.08	Пирожок слоеный с яблоком	Полдник	272	2,5	3,5	25	100	28,86
540.24	Напиток Ягодный драйф	Полдник	88	1	-	23	200	21,14
Итого			**360**	**3,5**	**3,5**	**48**	-	**50,00**
Полдник								
540.24	Напиток Ягодный драйф	Полдник	88	1	-	23	200	21,01
119.08	Пирожок слоеный с яблоком	Полдник	272	2,5	3,5	25	100	33,37
4.85	Фрукт	Полдник	386,21	0,51	0,51	12,54	128	35,25
Итого			**746,21**	**4,01**	**4,01**	**60,54**	-	**89,63**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	20.10.2026 16:41:02	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	20.10.2026 16:41:36	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

Меню на 22.10.2026

СВОБОДНЫЙ ВЫБОР

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
закуска								
383.01	Салат "Здоровье"	Да	-	-	-	-	100	40,00
67.77	Салат из св.помидоров и огурцов с маслом	Да	25,4	1,06	0,8	3,73	100	40,00
341.01	Салат "Оливье"	Да	-	-	-	-	100	65,00
62.42	Салат "Ароматный"	Да	-	-	-	-	100	40,00
122.44	Салат "Цезаренок"	Да	-	-	-	-	100	60,00
122.41	Салат "Венгерский	Да	-	-	-	-	100	60,00
67.3	Салат "Аппетитный"	Да	-	-	-	-	100	40,00
115.1	Салат "Рыжик"	Да	-	-	-	-	100	40,00
29.68	Салат из свеклы с сыром	Да	105	2,6	7,3	6,5	100	50,00
гарнир								
23.03	Бобовые отварные	Да	247,33	7	8,07	38,31	200	40,00
46.08	Каша перловая с овощами	Да	280,2	5,89	5,27	38,7	180	45,00
42.18	Картофель запеченый	Да	136,5	4,89	11,16	28	180	50,00
46.75	Каша гречневая рассыпчатая	Да	319,11	8,33	10,19	54,78	180	40,00
8.21	Макароны отварные	Да	259,2	7,2	7,92	38,16	180	35,00
7.68	Пюре картофельное	Да	159,1	3,73	4,4	26,49	180	50,00
39.61	Фасоль стручковая отварная	Да	79,2	1,8	1,8	12,6	180	50,00
19.93	Капуста цветная отварная	Да	-	-	-	-	180	50,00
Блюда из рыбы								
121.79	Рыба жареная (с костью)	Да	-	-	-	-	100	150,00
121.03	Рыба запеченная с сыром помидором	Да	-	-	-	-	100	140,00
Блюда из мяса								
6.94	Жаркое по-домашнему	Да	399,05	15,13	17,72	46,02	275	140,00
113.14	Шашлык из свинины	Да	-	-	-	-	100	145,00
413.22	Шницель н/р	Да	216	16,3	11,4	12,9	100	100,00
35.44	Мясо (свинина) по-французски с сыром	Да	375	27,9	14,7	37,8	120	125,00
Блюда из птицы								
113.68	Филе куриное запеч.с сыром помидором	Да	218,81	13,82	18,87	9,92	100	145,00
113.14	Шашлычок из филе куриного с овощами	Да	-	-	-	-	100	130,00
104.03	Котлета из мяса птицы	Да	190	12	13,13	9,2	100	90,00
113.68	Мясо запечен. с овощами под сыром	Да	-	-	-	-	150	160,00
напиток								
53.99	Напиток из ягод " Ассорти"	Да	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	Да	86,48	1	0,2	20,6	200	30,00
85.13	Чай с/с пакетированный	Да	37,8	0,08	0,02	9,8	200	10,00
Мучные изделия								
106.37	Пирожок печеный с мясом луком	Да	235	6	6,45	3,05	75	50,00
119.58	Слойка с мясом	Да	-	-	-	-	100	90,00
119.16	Слойка с конфитюром	Да	272	1,67	1,27	4,5	70	40,00
119.16	Слойка с творогом	Да	25,4	1,67	1,27	4,5	70	45,00
109.82	Сочень с творогом "Лакомка"	Да	227	9,5	6,9	34,2	80	60,00
2.35	Кольцо песочное с орехом, 80г. (39)	Да	-	-	-	-	80	50,00
109.86	Сметанник	Да	-	-	-	-	75	60,00
45.21	Булочка с маком и глазурью	Да	269,64	4,23	1,55	55,99	100	40,00
45.45	Булочка с корицей глазурью	Да	269,64	4,23	1,55	55,99	110	40,00
45.29	Круассан с вар.сгущенкой орехом	Да	-	-	-	-	50	50,00
2.4	Маффин с конфитюром ассорти, 60г. (39)	Да	-	-	-	-	80	60,00
45.37	Бургер с котлетой	Да	236,11	12,71	14,26	39,44	230	120,00
119.85	Дэниш с ягодами	Да	50	2,5	3,5	25	70	50,00
2 блюдо								
63.6	Плов из мяса с томатом с куркумой	Да	485,71	20,35	22,69	51,15	250	120,00
35.44	Гуляш 50/50	Да	221	6	13	12	100	110,00

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	20.10.2026 16:41:02	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	20.10.2026 16:41:36	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446