Меню на 07.11.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
1-4_1смена								
50.45	Каша ячневая вязкая молочная с маслом/топинг из яг	Завтрак	215	8	7	24	235	45,30
98.18	Бутерброд с маслом с сыром 15/10/15	Завтрак	168	6	8	17	40	42,99
83.49	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	5,07
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	77,14	2,57	-	16,29	30	3,36
116.93	Печенье	Завтрак	88	2	2	11	50	52,80
Итого			**608,14**	**18,87**	**17**	**83,49**	-	**149,52**
1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками)25	Обед	201	7	8	23	275	57,93
535.29	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	13	12	100	98,87
12.99	Рис припущенный	Обед	167	4	3	35	150	15,92
540.61	Напиток Ягодный драйф	Обед	48	-	-	12	200	21,14
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48,33	1,67	-	10,83	25	2,62
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	56	1	-	13	20	2,10
116.88	Батончик мюсли	Обед	102	1	1	14	25	25,69
Итого			**843,33**	**25,67**	**25**	**119,83**	-	**224,27**
1-4_ОВЗ								
50.45	Каша ячневая вязкая молочная с маслом/топинг из яг	Завтрак	215	8	7	24	235	45,30
98.18	Бутерброд с маслом с сыром 15/10/15	Завтрак	168	6	8	17	40	42,99
83.49	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	5,07
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	77,14	2,57	-	16,29	30	3,36
116.93	Печенье	Завтрак	88	2	2	11	50	52,80
Итого (завтрак)			**608,14**	**18,87**	**17**	**83,49**	-	**149,52**
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками)25	Обед	208,31	7,25	8,29	23,84	285	57,93
535.29	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	13	12	100	98,87
12.99	Рис припущенный	Обед	167	4	3	35	150	15,92
540.61	Напиток Ягодный драйф	Обед	48	-	-	12	200	21,14
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48,33	1,67	-	10,83	25	2,62
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	53,6	1,6	-	11,2	20	2,10
116.88	Батончик мюсли	Обед	102	1	1	14	25	25,69
Итого (обед)			**848,24**	**26,52**	**25,29**	**118,87**	-	**224,27**
Итого			**1 456,38**	**45,39**	**42,29**	**202,36**	-	**373,79**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОВЗ								
98.18	Бутерброд с маслом с сыром 15/10/15	Завтрак	168	6	8	17	40	42,99
50.45	Каша ячневая вязкая молочная с маслом/топинг из яг	Завтрак	215	8	7	24	235	45,30
83.49	Чай лимонный	Завтрак	60	0,3	-	15,2	200	5,07
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	56	1	-	12	30	3,16
116.93	Печенье	Завтрак	88	2	2	11	50	52,80
Итого (завтрак)			**587**	**17,3**	**17**	**79,2**	-	**149,32**
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	85,48
535.23	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	150	133,98
12.91	Рис припущенный	Обед	200,16	4,36	3,82	30,9	180	23,14
540.61	Напиток Ягодный драйф	Обед	48	-	-	12	200	21,14
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48	2	-	10	35	3,59
116.88	Батончик мюсли	Обед	102	1	1	14	25	25,69
Итого (обед)			**948,96**	**36,41**	**29,15**	**110,43**	-	**293,02**
Итого			**1 535,96**	**53,71**	**46,15**	**189,63**	-	**442,34**
5-11_ОК-1_лг								
98.79	Бутерброд с сыром 20/25	Завтрак 2	108,57	5,6	4,15	11,68	45	38,79
535.29	Соте из мяса с овощами	Завтрак 2	221	11	13	12	100	98,86
12.91	Рис припущенный	Завтрак 2	222,4	4,84	4,24	34,33	200	26,88
83.49	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	-	15,2	200	5,07
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	90	3	-	19	35	3,68
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	48	2	-	10	35	3,66
Итого			**749,97**	**26,74**	**21,39**	**102,21**	-	**176,94**
5-11_ОК-1_рс								
98.79	Бутерброд с сыром 20/25	Завтрак 2	108,57	5,6	4,15	11,68	45	38,79
535.29	Соте из мяса с овощами	Завтрак 2	221	11	13	12	100	98,86
12.91	Рис припущенный	Завтрак 2	222,4	4,84	4,24	34,33	200	26,88
83.49	Чай лимонный	Завтрак 2	60	0,3	-	15,2	200	5,07
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	90	3	-	19	35	3,68
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	48	2	-	10	35	3,66
Итого			**749,97**	**26,74**	**21,39**	**102,21**	-	**176,94**
5-11_ОК-2_лг								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками)25	Обед	201	7	8	23	275	57,93
535.23	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	150	133,33
12.91	Рис припущенный	Обед	200,16	4,36	3,82	30,9	180	23,14
540.61	Напиток Ягодный драйф	Обед	48	-	-	12	200	21,14
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	46,67	0,83	-	10	25	2,63
94.36	Хлеб ржаной	Обед	34,8	1,2	-	7,8	15	1,54
116.88	Батончик мюсли	Обед	102	1	1	14	25	25,69
Итого			**853,63**	**25,39**	**23,82**	**109,7**	-	**265,40**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОК-2_рс								
75.2	Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками)25	Обед	201	7	8	23	275	57,93
535.23	Соте из мяса с овощами	Обед	221	11	11	12	150	133,33
12.91	Рис припущенный	Обед	200,16	4,36	3,82	30,9	180	23,14
540.61	Напиток Ягодный драйф	Обед	48	-	-	12	200	21,14
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	25	2,63
94.36	Хлеб ржаной	Обед	48	2	-	10	15	1,54
116.88	Батончик мюсли	Обед	102	1	1	14	25	25,69
Итого			**887,16**	**27,36**	**23,82**	**115,9**	-	**265,40**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	05.11.2026 15:32:34	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	05.11.2026 15:34:30	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

Меню на 07.11.2026

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
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

№ рец.	Блюдо	Горячее питание	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
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	05.11.2026 15:32:34	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	05.11.2026 15:34:30	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446