Меню на 09.11.2026

ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
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	17	60	59,89
57.95	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	96	3	3	14	200	14,03
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	25	2,83
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	102	1	1	14	25	25,69
Итого			**617**	**17**	**19**	**82**	-	**149,52**
1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	214	7	8	33	295	73,83
46.98	Каша "Царская"	Обед	404	17	19	36	200	98,40
54.25	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,94
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	30	3,33
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	56	1	-	12	30	3,41
4.78	Фрукт	Обед	71,05	-	-	17,4	145	33,36
Итого			**891,05**	**28**	**27**	**134,4**	-	**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	81,65
369.09	Чай лимонный	Полдник	38,66	0,12	0,02	9,83	200	6,81
94.87	Батон с отрубями	Полдник	67,17	1,99	0,2	14,07	30	4,84
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	58	2	-	13	25	1,95
Итого			**845,63**	**33,76**	**32,71**	**108,43**	-	**130,88**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
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	17	60	59,89
57.92	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	94	3	13	14	200	14,03
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	25	2,83
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	102	1	1	23	25	25,69
Итого (завтрак)			**615**	**17**	**29**	**91**	-	**149,52**
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/25	Обед	214	7	8	33	295	73,83
46.98	Каша "Царская"	Обед	404	17	19	36	200	98,40
54.25	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,94
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	30	3,33
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	56	1	-	12	30	3,41
4.78	Фрукт	Обед	71,05	-	-	17,4	145	33,36
Итого (обед)			**891,05**	**28**	**27**	**134,4**	-	**224,27**
Итого			**1 506,05**	**45**	**56**	**225,4**	-	**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	62,99
57.95	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	96	3	3	14	200	14,03
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	56	1	-	12	30	3,41
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	544	1,25	1,24	13,51	50	51,39
Итого (завтрак)			**1 097,32**	**19,29**	**25,89**	**74,32**	-	**178,90**
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	85,48
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Обед	405,82	17	19	17	250	122,58
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	2,78
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	80,4	2,4	-	16,8	30	3,41
4.78	Фрукт	Обед	79,87	-	-	19,56	163	37,43
Итого (обед)			**1 041,89**	**40,45**	**32,33**	**115,89**	-	**263,44**
Итого			**2 139,21**	**59,74**	**58,22**	**190,21**	-	**442,34**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОК-1_лг								
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Завтрак 2	405,82	17	19	17	250	122,58
361.06	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	74,67	1,33	-	16	40	4,54
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	3,33
4.85	Груша	Завтрак 2	476,73	0,63	0,63	15,48	158	43,40
Итого			**1 064,82**	**21,36**	**19,63**	**68,08**	-	**176,94**
5-11_ОК-1_рс								
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Завтрак 2	405,82	17	19	17	250	122,58
361.06	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	74,67	1,33	-	16	40	4,54
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак 2	69,6	2,4	-	9,6	30	3,33
4.85	Груша	Завтрак 2	476,73	0,63	0,63	15,48	158	43,40
Итого			**1 064,82**	**21,36**	**19,63**	**68,08**	-	**176,94**
5-11_ОК-2_лг								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	85,48
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Обед	405,82	17	19	17	250	122,58
54.25	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,94
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	2,78
94.87	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	4,04
4.85	Груша	Обед	422,42	0,56	0,56	13,72	140	38,58
Итого			**1 360,02**	**40,27**	**33,06**	**104,98**	-	**265,40**
5-11_ОК-2_рс								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	85,48
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Обед	405,82	17	19	17	250	122,58
54.25	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,94
94.87	Батон с отрубями	Обед	55,98	1,66	0,17	11,73	25	4,04
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	2,78
4.85	Груша	Обед	422,42	0,56	0,56	13,72	140	38,58
Итого			**1 360,02**	**40,27**	**33,06**	**104,98**	-	**265,40**
5-11_СНС								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/10	Полдник	273,8	12,65	9,53	31,53	270	26,05
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	67	2	-	14	25	2,80
361.04	Чай с сахаром	Полдник	38	-	-	10	200	3,09
45.4	Булочка с маком глазурью	Полдник	236,11	12,71	14,26	39,44	110	38,06
Итого			**614,91**	**27,36**	**23,79**	**94,97**	-	**70,00**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
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	34,80
57.95	Кофейный напиток с молоком	Завтрак	96	3	3	14	200	14,03
45.58	Хлебец	Завтрак	65,63	1	0,44	3,47	5	3,48
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	71,47	1,25	1,24	13,51	50	51,39
Итого			**530,86**	**16,61**	**19,12**	**61,36**	-	**149,52**
без_глютена_1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	85,48
46.98	Каша "Царская"	Обед	408	17	22,96	40	200	98,40
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
45.58	Хлебец	Обед	78,76	1,2	0,53	4,16	6	3,01
4	Яблоко	Обед	46,71	0,38	0,38	11,44	143	25,62
Итого			**951,27**	**37,63**	**37,2**	**110,13**	-	**224,27**
без_лактозы_1-4_1смена								
43.78	Каша Дружба с топингом 260/20	Завтрак	184	5	7	23	290	27,45
116.88	Батончик мюсли	Завтрак	544	1,25	1,24	13,51	50	51,39
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
94.87	Батон с отрубями	Завтрак	78,37	2,32	0,23	16,42	35	3,26
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	25	2,84
4.85	Груша	Завтрак	419,4	0,56	0,56	13,62	139	38,29
Итого			**1 379,25**	**12,13**	**9,23**	**101,15**	-	**149,52**
без_лактозы_1-4_2смена								
75.2	Суп картофельный с горохом с гренками (мясо)250/30	Обед	329,8	18,05	13,33	31,53	300	85,48
46.98	Каша "Царская"	Обед	408	17	22,96	40	200	81,65
540	Напиток из кураги и изюма	Обед	88	1	-	23	200	11,76
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	25	2,84
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	30	3,33
4.85	Груша	Обед	431,47	0,57	0,57	14,01	143	39,21
Итого			**1 382,27**	**40,62**	**36,86**	**135,54**	-	**224,27**
ВК_10-11_в1								
21.89	Каша "Царская" с мясом 75/175	Завтрак	405,82	17	19	17	250	122,58
361.06	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,09
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	74,67	1,33	-	16	40	4,54
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	69,6	2,4	-	9,6	30	3,33
4.85	Груша	Завтрак	476,73	0,63	0,63	15,48	158	43,40
Итого			**1 064,82**	**21,36**	**19,63**	**68,08**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
ВК_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	130,92
11.7	Булгур с овощами	Завтрак	91,8	7,74	4,68	28,46	180	30,47
540	Напиток из кураги и изюма	Завтрак	88	1	-	23	200	11,76
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	55,83	1,67	-	11,67	25	2,33
382	Яблоко печеное	Завтрак	103,76	0,26	-	25,69	140	35,74
Итого			**616,39**	**28,47**	**20,18**	**105,92**	-	**245,00**
Завтрак								
45.4	Булочка с маком глазурью	Полдник	236,11	12,71	14,26	39,44	110	38,06
54.25	Напиток из кураги и изюма	Полдник	88	1	-	23	200	11,94
Итого			**324,11**	**13,71**	**14,26**	**62,44**	-	**50,00**
Полдник								
1.24	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
45.4	Булочка с маком глазурью	Полдник	236,11	12,71	14,26	39,44	110	38,06
4.85	Груша	Полдник	301,73	0,4	0,4	9,8	100	25,28
Итого			**624,32**	**14,11**	**14,86**	**69,84**	-	**89,63**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	30.10.2026 11:20:38	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	30.10.2026 11:20:49	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

Меню на 09.11.2026

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	30.10.2026 11:20:38	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	30.10.2026 11:20:49	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446