Меню на 13.11.2026

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	14	2	1	10	30	23,46
547.3	Зраза мясная по -Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	72,89
359.13	Пюре картофельное/ капуста цветная с маслом	Завтрак	133	3	4	22	150	36,30
51.09	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	13,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	56	1	-	12	30	3,13
Итого			**510**	**17**	**17**	**75**	-	**149,52**
1-4_2смена								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	127	3	5	24	275	53,69
539.14	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	91,01
46.81	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	145	4	5	23	150	19,57
51.09	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	13,74
94.91	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	80	3	-	16	45	4,73
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	15	1,58
4.85	Фрукт	Обед	70,59	0,58	0,58	14,21	145	39,95
Итого			**795,59**	**24,58**	**25,58**	**118,21**	-	**224,27**
1-4_ОВЗ								
98.79	Бутерброд с сыром 15/15	Завтрак	14	2	1	10	30	23,46
547.3	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	72,89
359.13	Пюре картофельное/ капуста цветная с маслом	Завтрак	133	3	4	22	150	36,05
51.09	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	13,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	56	1	-	12	30	3,13
Итого (завтрак)			**510**	**17**	**17**	**75**	-	**149,27**
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	127	3	5	24	275	53,69
539.14	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	91,01
46.81	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	145	4	5	23	150	19,57
555.21	Напиток из яблок	Обед	88	1	-	23	200	10,16
94.91	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	53,33	2	-	10,67	30	3,16
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	8	25	2,57
4.85	Груша	Обед	485,79	0,64	0,64	15,78	161	44,36
Итого (обед)			**1 202,12**	**24,64**	**25,64**	**112,45**	-	**224,52**
Итого			**1 712,12**	**41,64**	**42,64**	**187,45**	-	**373,79**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
5-11_ОВЗ								
98.79	Бутерброд с сыром 25/25	Завтрак	143,87	8,28	6,89	11,68	50	38,90
547.3	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	73,12
359.03	Картофельное пюре/капуста цветная отварная с масло	Завтрак	177	4	5	29	200	44,74
51.09	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	13,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	90	3	-	19	35	3,68
Итого (завтрак)			**717,87**	**26,28**	**23,89**	**90,68**	-	**174,18**
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	127	3	5	24	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	28,74
555.21	Напиток из яблок	Обед	88	1	-	23	200	10,16
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	25	2,63
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	15	1,54
116.93	Маффин	Обед	88	2	2	11	50	52,80
Итого (обед)			**880,59**	**30,53**	**25,32**	**133,4**	-	**268,16**
Итого			**1 598,46**	**56,81**	**49,21**	**224,08**	-	**442,34**
5-11_ОК-1_лг								
539.14	Мясо в сметанном соусе	Завтрак 2	245	12	15	8	100	91,01
46.94	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак 2	319,11	8,33	10,19	54,78	180	27,42
361.06	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,08
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	67	2	-	14	25	2,63
116.93	Маффин	Завтрак 2	88	2	3	11	50	52,80
Итого			**757,11**	**24,33**	**28,19**	**97,78**	-	**176,94**
5-11_ОК-1_рс								
539.14	Мясо в сметанном соусе	Завтрак 2	245	12	15	8	100	91,01
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак 2	207,6	8,4	3,6	40,8	180	27,42
361.06	Чай с сахаром	Завтрак 2	38	-	-	10	200	3,08
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак 2	67	2	-	14	25	2,63
116.93	Маффин	Завтрак 2	88	2	3	11	50	52,80
Итого			**645,6**	**24,4**	**21,6**	**83,8**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
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	27,42
51.09	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	13,74
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	93,8	2,8	-	19,6	35	3,68
94.36	Хлеб ржаной	Обед	69,6	2,4	-	15,6	30	3,19
116.93	Маффин	Обед	88	2	3	11	50	52,80
Итого			**1 077,26**	**48,82**	**39,77**	**132,91**	-	**265,40**
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	27,42
51.09	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	13,74
94.52	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	90	3	-	19	35	3,68
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	30	3,19
116.93	Маффин	Обед	88	2	3	11	50	52,80
Итого			**1 061,86**	**48,62**	**39,77**	**129,71**	-	**265,40**
5-11_СНС								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Полдник	303,27	21,09	18,45	18,31	260	33,99
89.05	Шаньга со сметаной	Полдник	235	1,5	2,35	0,25	100	25,89
83.19	Чай лимонный	Полдник	60	0,3	-	15,2	200	4,90
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Полдник	67	2	-	14	25	2,63
94.36	Хлеб ржаной	Полдник	58	2	-	13	25	2,59
Итого			**723,27**	**26,89**	**20,8**	**60,76**	-	**70,00**
без_глютена_1-4_1смена								
547.3	Зраза мясная по-Уральски	Завтрак	237	11	12	11	100	72,89
359.13	Пюре картофельное/ капуста цветная с маслом	Завтрак	133	3	4	22	150	36,30
555.21	Напиток из яблок	Завтрак	88	1	-	23	200	10,18
45.58	Хлебец	Завтрак	65,63	1	0,44	3,47	5	3,51
4	Яблоко	Завтрак	159,8	0,27	0,27	7,89	102	26,64
Итого			**683,43**	**16,27**	**16,71**	**67,36**	-	**149,52**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
без_глютена_1-4_2смена								
76.94	Суп картофельный с макаронными изделиями (мясо) 25	Обед	127	3	5	24	275	53,69
539.14	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	91,01
46.81	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	145	4	5	23	150	19,57
51.09	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	13,74
45.58	Хлебец	Обед	91,88	1,4	0,62	4,86	7	4,91
4.85	Груша	Обед	452,6	0,6	0,6	14,7	150	41,35
Итого			**1 131,48**	**21**	**26,22**	**94,56**	-	**224,27**
без_лактозы_1-4_1смена								
539.14	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	245	12	15	8	100	91,01
46.81	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	145	4	5	23	150	19,57
51.09	Кисель с витаминами Витошка	Завтрак	70	-	-	20	200	13,74
94.36	Хлеб ржаной	Завтрак	34,8	1,2	-	7,8	15	1,58
4	Яблоко	Завтрак	32,67	0,27	0,27	8	100	23,62
Итого			**527,47**	**17,47**	**20,27**	**66,8**	-	**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
539.14	Мясо в сметанном соусе	Обед	245	12	15	8	100	91,01
46.81	Каша гречневая рассыпчатая	Обед	145	4	5	23	150	19,57
51.07	Кисель с витаминами Витошка	Обед	70	-	-	20	200	13,74
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Обед	67	2	-	14	25	2,63
94.36	Хлеб ржаной	Обед	58	2	-	13	25	2,57
4.85	Груша	Обед	449,58	0,6	0,6	14,6	149	41,06
Итого			**1 337,85**	**41,69**	**39,05**	**110,91**	-	**224,27**
ВК_10-11_в1								
539.14	Мясо в сметанном соусе	Завтрак	245	12	15	8	100	91,01
46.95	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	207,6	8,4	3,6	40,8	180	27,42
361.06	Чай с сахаром	Завтрак	38	-	-	10	200	3,08
94.97	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	67	2	-	14	25	2,63
116.93	Маффин	Завтрак	88	2	3	11	50	52,80
Итого			**645,6**	**24,4**	**21,6**	**83,8**	-	**176,94**

№ рец.	Блюдо	Прием пищи	Калорийность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход, г	Стоимость, ₽
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	142,32
46.94	Каша гречневая рассыпчатая	Завтрак	354,57	9,26	11,32	60,87	200	34,10
1.24	Сок в ассортименте	Завтрак	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
94.91	Хлеб крестьянский витаминный	Завтрак	71,11	2,67	-	14,22	40	4,23
Итого			**938,67**	**29,37**	**40,11**	**117,65**	-	**245,00**
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								
1.24	Сок в ассортименте	Полдник	86,48	1	0,2	20,6	200	26,29
89.05	Шаньга со сметаной	Полдник	235	1,5	2,35	0,25	100	25,89
4.85	Груша	Полдник	410,35	0,54	0,54	13,33	136	37,45
Итого			**731,83**	**3,04**	**3,09**	**34,18**	-	**89,63**

ЭЛЕКТРОННЫЕ ПОДПИСИ

Организация	ФИО	Дата и время подписи	Отпечаток сертификата электронной подписи
ООО "ГЛОБУСРЕСУРС"	КОРШЕНКО МАРИНА ВИКТОРОВНА	08.11.2026 13:05:46	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	08.11.2026 13:20:06	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446

Меню на 13.11.2026

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	08.11.2026 13:05:46	5A73BB746485D45B4290D4E9F39F8AA94530BD58
МАОУ гимназия №39 "Французская гимназия"	Сосновских Яков Михайлович	08.11.2026 13:20:06	0849A9E025C3A1380F8AB08433E853253B2C5446