

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 1)

Дата: 11.12.2023

Утверждено:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Питательные вещества 7-11 и 11-18 лет | | | Энергетическая ценность блюда |
|---|--|------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|-----------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 140-1 | Гастрономия/ Сыр твердый порционно | 10 | 20 | 2,3/4,8 | 2/5,9 | 0 | 13,8/ 21,7 |
| 90-01 | Масло сливочное порционно | 10 | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 |
| 140-80/140-81 | Каша молочная из смеси круп «Дружба» | 220 | 250 | 6,20/6,80 | 6,52/ | 36,37/ | 227,19/ |
| 490-11 | Какао с молоком | 200 | 200 | 3,18 | 3,46 | 20,89 | 130,55 |
| 9-1/1-06 | Хлеб пшеничный | 60 | 70 | 4,8/ 5,1 | 0,3/ 0,6 | 29,5/ 34,6 | 143,5/ 154,1 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 83 руб. | 90 руб. | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Наименование | Обед (7-11 лет) (блюдный) | Обед №1 (11-18 лет) комплекс | Энергетическая ценность блюда | | | | |
| 117 | Салат овощной | 60 | 60 | 1,09 | 3,05 | 7,04 | 44,00 |
| 140-11/140-16 | Суп картофельный с вермишелью | 200 | 250 | 5,4/ 7,1 | 3,7/ 9 | 13,5/ 33,4 | 173,30/ 349,9 |
| 77-09 | Биточки «Селянские», тушеные с соусом овощным | 90 | 90 | 17,65 | 17,81 | 11,09 | 246,65 |
| 140-20/14-21 | Каша гречневая с маслом сливочным | 150 | 180 | 5,31/ 5,82 | 3,89/ 7,8 | 26,11/ 34,01 | 161,14/ 193,2 |
| 115-09 | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 200 | 0,04 | 0,01 | 13,51 | 72,28 |
| 1 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 1,3 | 0,6 | 18,8 | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 114,86 руб. | 119 руб. | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 138-08 | Фрукт свежий порционно/ Яблоко | — | 50 | 0,2 | 0,2 | 6,7 | 29,7 |
| 490-31 | Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой | 100 | 100 | 10,8 | 5,4 | 42,9 | 250,9 |
| 420-17 | Напиток из яблок | 200 | 200 | 0,4 | 0 | 29,5 | 138,8 |
| Итого стоимость полдника: | | 42 руб. | 52 руб. | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| Завтрак | | | Обед №1 | Полдник | |
|----------------------------|--------------------------------|---------------------------------|---------|----------|-----------|
| 7-11 лет (блюдный вариант) | 7-11 лет (рецептурный вариант) | 12-18 лет (рецептурный вариант) | | 7-11 лет | 12-18 лет |
| | | | | | |

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 1)

Дата: 12.12.2023г

Утверждено:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Питательные вещества 7-11 и 11-18 лет | | | Энергетическая ценность блюда |
|---|--|------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|-----------|------------|-------------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 140-20/12 | Фрукт порционно /Яблоко | 100 | 120 | 0,40/ 0,8 | 0,40/ 0,8 | 9,0/ 11,76 | 41,54 |
| 470-24 | Блинчики с молоком сгущенным | 155/50 | 155/50 | 13,6 | 13,7 | 47,3 | 233,2 |
| 273-01 | Чай черный с лимоном | 200 | 200 | 0,6 | 0,2 | 7 | 32,4 |
| 6-31 | Хлеб пшеничный | — | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 83 руб. | 90 руб. | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Наименование | Обед (7-11 лет) (блюдный) | Обед №1 (11-18 лет) комплекс | Энергетическая ценность блюда | | | | |
| 52-23 | Салат из моркови с маслом растительным | 60 | 60 | 0,71 | 0,69 | 7,21 | 38,2 |
| 140-00/140-02 | Борщ со свежей капустой и картофелем | 200 | 250 | 1,1/ 4,4 | 4,5/ 1,6 | 14,8/ 11,6 | 107,9/ 129,8 |
| 279-2 | Бифитекс с овощами тушеными | 90 | 90 | 17,1 | 21,1 | 22,9 | 366,8 |
| 110/21-01 | Рис отварной с маслом сливочным | 150 | 180 | 3,3/ 4,2 | 4,3/ 5,2 | 23,8/ 42,9 | 145,8/ 215 |
| 490-22 | Компот из фруктов | 200 | 200 | 0,05 | 0,02 | 13,88 | 72,77 |
| 1 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 1,3 | 0,6 | 18,8 | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 114,86 руб. | 119 руб. | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 270-2 | Крокеты картофельные | — | 50 | 2,19 | 2,18 | 11,64 | 101,9 |
| 470-28 | Мучное кондитерское изделие/ Эчпочмак | 100 | 100 | 6,6 | 6,8 | 32,4 | 229,4 |
| 340-24 | Компот из яблок и шиповника | 200 | 200 | 0,4 | 0 | 6,4 | 27,6 |
| Итого стоимость полдника: | | 42 руб. | 52 руб. | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| Завтрак | | | Обед №1 | Полдник | |
|----------------------------|--------------------------------|---------------------------------|---------|----------|-----------|
| 7-11 лет (блюдный вариант) | 7-11 лет (рецептурный вариант) | 12-18 лет (рецептурный вариант) | | 7-11 лет | 12-18 лет |
| | | | | | |

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

День недели: Среда (неделя 1)
Дата: 13.12.23 2023г

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Энергетическая ценность 7-11 и 11-18 лет | | | Энергетическая ценность блюда |
|---|---|----------------|-----------------|--|----------|-----------|-------------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 31.01.11.78 | Салат из моркови с яблоками | 50 | 60 | 8,3 | 3,8 | 1,8 | 41,3 |
| 219.15.229.06 | Сырники творожные с соусом молочным сладким | 160/50 | 160/50 | 34,5 | 26,8 | 74,6 | 475,0 |
| 725.01 | Чай черный с лимоном | 200 | 200 | 0,4 | 0,2 | 5,2 | 11,7 |
| 4.00.1.37 | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 1,044,56 | 0,329,48 | 19,429,10 | 947,01,2 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 83 руб. | 90 руб. | | | | |

| Наименование | Обед (7-11 лет) комплекс | Обед №1 (11-18 лет) комплекс | Энергетическая ценность блюда | | | | |
|--|---|------------------------------|-------------------------------|------|----------|-------|--------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 35.09 | Салат из свеклы с сыром | 60 | 60 | 4,7 | 7,2 | 4,6 | 102,4 |
| 124.4.114.76 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 250 | 4,4 | 3,7 | 6,6 | 92,6 |
| 34.77 | Котлета из печени с овощами тушеными | 90 | 90 | 14,9 | 21 | 11,84 | 202,21 |
| 112.24.112.28 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150 | 180 | 3,7 | 4,4 | 12,8 | 196,2 |
| 140.14 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 200 | 0,4 | 0 | 25,1 | 103 |
| 1 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 3,2 | 0,8 | 19,8 | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 114,86 руб. | 119 руб. | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 138.08 | Фруктовая нарезка/ Яблоко | -- | 50 | 0,3 | 0,2 | 0 | 26,5 |
| 476.28 | Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с яблоками | 100 | 100 | 5,7 | 3,4 | 43,4 | 225,4 |
| 407 | Сок фруктовый | 200 | 200 | 1 | 0 | 22,4 | 121,6 |
| Итого стоимость полдника: | | 42 руб. | 52 руб. | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| Завтрак | | Обед №1 (комплекс) | Полдник | |
|----------------------------|-----------------------------|--------------------|----------|-----------|
| 7-11 лет (составная часть) | 7-11 лет (раздельная часть) | | 7-11 лет | 11-18 лет |
| | | | | |

Заведующая производством
Руководитель образовательного учреждения

Сулмина



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

День недели: Четверг (неделя 1)
Дата: 14.12.23

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Энергетическая ценность 7-11 и 11-18 лет | | | Энергетическая ценность блюда |
|---|---|----------------|-----------------|--|------|----------|-------------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 54.32 | Булочка закусочная с сыром | 100 | 100 | 9,6 | 7,2 | 40,8 | 204,2 |
| 71.11.71.27 | Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным | 200 | 220 | 7,9 | 8,7 | 116,12,8 | 279,8 |
| 303.07 | Кофейный напиток с сахаром | 200 | 200 | 0,3 | 0,2 | 5,8 | 26,7 |
| 6.74.4.37 | Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 1,0 | 0,2 | 10,14 | 46,8 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 83 руб. | 90 руб. | | | | |

| Наименование | Обед (7-11 лет) комплекс | Обед №1 (11-18 лет) комплекс | Энергетическая ценность блюда | | | | |
|--|--|------------------------------|-------------------------------|------|----------|--------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 41.37 | Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой) | 60 | 60 | 1,8 | 1,9 | 7,84 | 56,78 |
| 99.79.99.95 | Суп овощной «Летний» | 200 | 250 | 1,2 | 4,5 | 9,31,7 | 91,3 |
| 279.58 | Тефтели с овощами тушеными | 90 | 90 | 14,1 | 18,8 | 11,8 | 302,7 |
| 124.4.114.01 | Картофельное пюре с маслом сливочным | 150 | 180 | 3,1 | 4,3 | 5,3 | 108,2 |
| 420.12 | Напиток из яблок и лимона | 200 | 200 | 0,1 | 0,1 | 11,3 | 61,2 |
| 1 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 3,2 | 0,8 | 19,8 | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 114,86 руб. | 119 руб. | | | | |

| ПОЛДНИК | | | | | | | |
|----------------------------------|--|-----------------|---------------------|-------------------------|-----------|-------|--------|
| № рецептуры | Наименование | Обед (7-11 лет) | Обед №1 (11-18 лет) | Энергетическая ценность | | | |
| | | | | 7-11 лет | 11-18 лет | | |
| 3002.03 | Драники с соусом сметанным | -- | 50/10 | 1,9 | 3,47 | 31,28 | 182,1 |
| 486.21 | Мучное кулинарное изделие / Пирожок мясо-капустный | 100 | 100 | 12,21 | 10,41 | 40,11 | 342,71 |
| 375.01 | Чай с лимоном | 200 | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,0 | 27,8 |
| Итого стоимость полдника: | | 42 руб. | 52 руб. | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| Завтрак | | Обед №1 (комплекс) | Полдник | |
|----------------------------|-----------------------------|--------------------|----------|-----------|
| 7-11 лет (составная часть) | 7-11 лет (раздельная часть) | | 7-11 лет | 11-18 лет |
| | | | | |

Заведующая производством
Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя 1)

Дата: 15.12.23

Утверждено:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Питательные вещества 7-11 и 11-18 лет | | | Энергетическая ценность ккал/100г |
|---|---|------------------------|------------------------------|---------------------------------------|---------|-----------|-----------------------------------|
| | | | | Белок | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 38.31 | Фрукт порционно/ Яблоко | 130 | 130 | 2 | 0,7 | 27,3 | 172,9 |
| 341.10/346.17 | Омлет натуральный с маслом сливочным | 150 | 200 | 13,7/10,9 | 10/24 | 3,3/4,3 | 225,3/306,7 |
| 600.22 | Чай витаминизированный | 200 | 200 | 0,3 | 0,1 | 4,6 | 31,1 |
| 5.01 | Хлеб пшеничный | 50 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,8 | 117,3 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 83 руб. | 90 руб. | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Наименование | | Обед 7-11 лет (компл.) | Обед №1 (11-18 лет) (компл.) | Энергетическая ценность блюда | | | |
| 32.22 | Винегрет овощной | 60 | 60 | 4,95 | 3,1 | 1,17 | 32,68 |
| 302.21 | Пельмени «Аппетитные» отварные с бульоном и зеленью | 100/100 | 100/100 | 10 | 18,1 | 30,9 | 364,3 |
| 239.49 | Тефтели из рыбы под соусом овощным | 90 | 90 | 15,3 | 10,9 | 23,7 | 254,7 |
| 255/21.10 | Рис отварной гарнирный с маслом сливочным | 150 | 180 | 7,4/6,2 | 4,8/3,2 | 10,4/12,9 | 203,5/225 |
| 405.22 | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 200 | 0,1 | 0,02 | 13,88 | 54 |
| 1 | Хлеб ржано- пшеничный | 50 | 50 | 3,1 | 0,6 | 19,8 | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 114,86 руб. | 119 руб. | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 401.22 | Оладьи «Домашние» с маслом сливочным | 150 | 150 | 10,1 | 15,3 | 30,3 | 195,2 |
| 304.09/304 | Кисломолочный напиток/Ряженка | 150 | 200 | 4,4/3,8 | 3,8/3 | 6,3/8,4 | 78,4/101,8 |
| Итого стоимость полдника: | | 42 руб. | 52 руб. | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| Завтрак | | | Обед №1 | Полдник | |
|--------------------------------|-------------------------|--------------------------|---------|----------|-----------|
| 7-11 лет (компл. или по плану) | 7-11 лет (разовый план) | 11-18 лет (разовый план) | | 7-11 лет | 11-18 лет |
| | | | | | |

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

