

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 1)

Дата: 13.11.2023

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

| № рецептур | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Полная порция 7-11 и 11-18 лет | | | Энергетическая ценность |
|---|---|--------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|-----------|-------------------------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 3,00 3 | Гастрономия/ Сыр твердый порционно | 10 | 20 | 2,9 4,6 | 3 5,9 | 0 | 35,0 71,7 |
| 901,01 | Масло сливочное порционно | 10 | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 |
| 345,80 345,81 | Каша молочная из смеси круп «Дружба» | 220 | 250 | 6,30 6,30 | 6,52 6,63 | 36,33 39,81 | 327,19 344,05 |
| 499,11 | Какао с молоком | 200 | 200 | 3,36 | 3,46 | 20,09 | 120,55 |
| 0,5 5,06 | Хлеб пшеничный | 60 | 70 | 4,0 5,3 | 0,5 0,6 | 20,5 24,4 | 140,0 164,1 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 83 руб. | 90 руб. | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Наименование | Обед (7-11 лет) (полноценный) | Обед №1 (11-18 лет) (комплекс) | Энергетическая ценность блюда | | | | |
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | |
| 117 | Салат овощной | 60 | 60 | | | | 133,30 |
| 140,33 140,34 | Суп картофельный с вермишелью | 200 | 250 | 5,4 7,1 | 5,5 9 | 15,5 15,1 | 105,9 |
| 33,69 | Биточки «Селянские», тушеные с соусом овощным | 90 | 90 | 13,65 | 15,01 | 13,99 | 246,05 |
| 74,20 74,21 | Каша гречневая с маслом сливочным | 150 | 180 | 5,31 5,82 | 2,80 5,8 | 36,31 28,41 | 363,14 191,3 |
| 116,09 | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 200 | 0,64 | 0,01 | 15,31 | 52,38 |
| 5 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 114,86 руб. | 119 руб. | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 338,04 | Фрукт свежий порционно/ Яблоко | — | 50 | 0,2 | 0,2 | 0,7 | 20,3 |
| 495,31 | Ватрушка с творожной начинкой | 100 | 100 | 10,8 | 5,4 | 41,9 | 259,9 |
| 400,17 | Напиток из яблок | 200 | 200 | 0,4 | 0 | 29,3 | 119,6 |
| Итого стоимость полдника: | | 42 руб. | 52 руб. | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| Завтрак | | Обед №1 | | Полдник | |
|----------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|----------------------|----------|-----------|
| 7-11 лет (сбалансирован питание) | 7-11 лет (рецидивная диета) | 12-18 лет (сбалансирован питание) | 12-18 лет (комплекс) | 7-11 лет | 12-18 лет |
| | | | | | |

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 1)

Дата: 14.11.2023г

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

| № рецептур | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Полная порция 7-11 и 11-18 лет | | | Энергетическая ценность |
|---|--|--------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|-----------|-------------------------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 28,12 | Фрукт свежий порционно/ Яблоко | 120 | 120 | 0,3 | 0,3 | 11,8 | 53,3 |
| 672,36 672,40 234,09 | Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным | 120/30 | 150/30 | 6,6 9 | 11,1 13,3 | 34,9 42,4 | 203,6 323 |
| 803,18 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 200 | 3,9 | 2,9 | 11,2 | 86 |
| 0,33 3,01 | Хлеб пшеничный | 30 | 50 | 2,3 3,8 | 0,2 0,4 | 14,8 24,6 | 92,3 117,2 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 83 руб. | 90 руб. | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Наименование | Обед (7-11 лет) (полноценный) | Обед №1 (11-18 лет) (комплекс) | Энергетическая ценность блюда | | | | |
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | |
| 43,02 | Салат из моркови с маслом растительным | 60 | 60 | 0,74 | 0,46 | 7,25 | 38,62 |
| 164,00 64,02 | Борщ со свежей капустой и картофелем | 200 | 250 | 5,3 6,4 | 4,5 5,6 | 16,8 13,6 | 101,9 129,8 |
| 279,2 | Бифштек «Детский» с овощами тушеными | 90 | 90 | 17,1 | 21,1 | 21,6 | 366,8 |
| 110 21,01 | Рис отварной с маслом сливочным | 150 | 180 | 3,5 4,2 | 4,3 5,2 | 15,8 42,9 | 195,8 215 |
| 499,22 | Компот из фруктов | 200 | 200 | 0,05 | 0,02 | 13,88 | 53,77 |
| 3 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 114,86 руб. | 119 руб. | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 520,2 | Крокеты картофельные | — | 50 | 2,09 | 3,76 | 11,44 | 101,9 |
| 432,28 | Мучное кондитерское изделие/ Эпчомак | 100 | 100 | 0,6 | 0,8 | 33,4 | 220,4 |
| 141,78 | Компот из яблок и шиповника | 200 | 200 | 0,4 | 0 | 6,4 | 27,4 |
| Итого стоимость полдника: | | 42 руб. | 52 руб. | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| Завтрак | | Обед №1 | | Полдник | |
|----------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|----------------------|----------|-----------|
| 7-11 лет (сбалансирован питание) | 7-11 лет (рецидивная диета) | 12-18 лет (сбалансирован питание) | 12-18 лет (комплекс) | 7-11 лет | 12-18 лет |
| | | | | | |

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Среда
(неделя 1)

Дата: 15.11.2023г

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

А.В. Толмачев

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Питательные вещества 7-11/11-18г | | | Энергетическая ценность | | | | |
|---|---|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|-------|----------|-------------------------|------|-------|------|----------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| 51.01-71.76 | Салат из моркови с яблоками | 50 | 60 | 8,3 | 0,8 | 1,0 | 1,9 | 4,2 | 7,4 | 41,1 | 48,3 |
| 219.15-238.06 | Сырники творожные с соусом молочным сладким | 160/50 | 160/50 | 24,45 | 20,88 | 34,49 | | | | | 475,80 |
| 375.01 | Чай черный с лимоном | 200 | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | | | | | 23,7 |
| 608-5.37 | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 3,04 | 5,6 | 53,20 | 40 | 19,4 | 29,10 | | 947,41,8 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 83 руб. | 90 руб. | | | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование | Обед (7-11 лет) количество | Обед №1 (11-18 лет) количество | Энергетическая ценность блюда | | | | | | | |
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | ккал | | | | |
| 91.05 | Салат из свеклы с сыром | 60 | 60 | 4,3 | 7,5 | 4,6 | | | | | 182,8 |
| 124.6-124.56 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 250 | 4,4 | 5,5 | 5,3 | 6,6 | 6,8 | 8,3 | | 324,1 |
| 288.72 | Котлета из печени с овощами тушеными | 90 | 90 | 14,96 | 21 | 11,84 | | | | | 292,27 |
| 332.20-332.28 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150 | 180 | 5,3 | 6,4 | 4,9 | 5,9 | 32,4 | 39,4 | | 196,8 |
| 340.10 | Комлот из смеси сухофруктов | 200 | 200 | 0,4 | 0 | 25,1 | | | | | 102 |
| 1 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 3,3 | 6,6 | 19,8 | | | | | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 114,86 руб. | 119 руб. | | | | | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | |
| 338.08 | Фруктовая нарезка/ Яблоко | — | 50 | 0,3 | 0,3 | 0 | | | | | 26,3 |
| 478.08 | Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с яблоками | 100 | 100 | 3,3 | 3,4 | 48,4 | | | | | 225,4 |
| 407 | Сок фруктовый | 200 | 200 | 1 | 0 | 25,4 | | | | | 105,6 |
| Итого стоимость полдника: | | 42 руб. | 52 руб. | | | | | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| 7-11 лет (суммарные данные) | Завтрак | | 12-18 лет (суммарные данные) | Обед №1 | | Полдник | |
|-----------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------|----------------------|----------|-----------|
| | 7-11 лет (детский сад) | 12-18 лет (детский сад) | | 7-11 лет (комплекс) | 12-18 лет (комплекс) | 7-11 лет | 12-18 лет |
| | | | | | | | |

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



Медова

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Четверг
(неделя 1)

Дата: 16.11.23

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

А.В. Толмачев

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Питательные вещества 7-11/11-18г | | | Энергетическая ценность | | | | |
|---|---|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|-------|----------|-------------------------|------|------|------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| 91.02 | Булочка закусочная с сыром | 100 | 100 | 9,6 | 7,7 | 49,8 | 266,2 | | | | |
| 71.13-71.27 | Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным | 200 | 220 | 5,9 | 8,7 | 11,0 | 12,8 | 33,3 | 37 | | 279,6 |
| 300.03 | Кофейный напиток с сахаром | 200 | 200 | 0,2 | 0,3 | 3,6 | | | | 28,7 | |
| 624-0.33 | Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 1,3 | 2,3 | 0,2 | | | | 10,1 | 46,9 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 83 руб. | 90 руб. | | | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование | Обед (7-11 лет) количество | Обед №1 (11-18 лет) количество | Энергетическая ценность блюда | | | | | | | |
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | ккал | | | | |
| 40.33 | Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой) | 60 | 60 | 1,86 | 1,99 | 7,84 | | | | | 36,78 |
| 90.79-90.91 | Суп овощной «Летний» | 200 | 250 | 3,2 | 6,5 | 4,3 | 5,6 | 9 | 11,3 | | 97,3 |
| 279.58 | Тефтели «Детские» с овощами тушеными | 90 | 90 | 14,1 | 18,6 | 19,8 | | | | | 382,3 |
| 128.24-128.01 | Картофельное пюре с маслом сливочным | 150 | 180 | 3,1 | 4,3 | 5,3 | 13,1 | 19,8 | 25,1 | | 139,4 |
| 429.12 | Напиток из яблок и лимона | 200 | 200 | 0,1 | 0,1 | 15,3 | | | | | 62,2 |
| 1 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 3,3 | 6,6 | 19,8 | | | | | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 114,86 руб. | 119 руб. | | | | | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | |
| 3003.03 | Драники с соусом сметанным | — | 50/10 | 1,99 | 5,47 | 11,28 | | | | | 182,1 |
| 456.31 | Мучное кулинарное изделие / Пирожок мясо-капустный | 100 | 100 | 12,21 | 10,41 | 49,15 | | | | | 342,37 |
| 375.01 | Чай с лимоном | 200 | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | | | | | 27,9 |
| Итого стоимость полдника: | | 42 руб. | 52 руб. | | | | | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| 7-11 лет (суммарные данные) | Завтрак | | 12-18 лет (суммарные данные) | Обед №1 | | Полдник | |
|-----------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------|----------------------|----------|-----------|
| | 7-11 лет (детский сад) | 12-18 лет (детский сад) | | 7-11 лет (комплекс) | 12-18 лет (комплекс) | 7-11 лет | 12-18 лет |
| | | | | | | | |

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



Медова

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя 1)

Дата: 17.12.23

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

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Пищевые вещества 7-11 и 11-18л | | | Энергетическая ценность |
|---|---|----------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---------|-----------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 38.11 | Фрукт порционно/ Яблоко | 130 | 130 | 2 | 0,7 | 27,3 | 122,9 |
| 344.18/346.17 | Омлет натуральный с маслом сливочным | 150 | 200 | 12,7/16,9 | 18/24 | 3,2/4,3 | 225,5/300,7 |
| 438.12 | Чай витаминизированный | 200 | 200 | 0,5 | 0,1 | 4,8 | 21,1 |
| 5.01 | Хлеб пшеничный | 50 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 83 руб. | 90 руб. | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Наименование | | Обед (7-11 лет) количество | Обед №1 (11-18 лет) количество | Энергетическая ценность блюда | | | |
| 72.22 | Винегрет овощной | 60 | 60 | 0,95 | 3,1 | 5,17 | 32,68 |
| 302.21 | Пельмени отварные с бульоном и зеленью | 100/100 | 100/100 | 18 | 18,7 | 30,9 | 364,3 |
| 236.48 | Тефтели из рыбы под соусом овощным | 90 | 90 | 15,3 | 30,9 | 23,7 | 294,5 |
| 333/21,30 | Рис отварной гарнирный с маслом сливочным | 150 | 180 | 3,6/4,2 | 4,8/5,2 | 36,4/42,9 | 203,5/235 |
| 499.22 | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 200 | 0,1 | 0,92 | 13,88 | 54 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 1148,6 руб. | 119 руб. | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 401.22 | Оладьи «Домашние» с маслом сливочным | 150 | 150 | 10,1 | 15,3 | 30,3 | 379,2 |
| 364.05/304 | Кисломолочный напиток/Ряженка | 150 | 200 | 4,0/5,8 | 3,8/5 | 6,3/8,8 | 76,4/101,8 |
| Итого стоимость полдника: | | 42 руб. | 52 руб. | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| Завтрак | | | Обед №1 | Полдник | |
|-----------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|---------------------|----------|-----------|
| 7-11 лет (сначала только завтрак) | 7-11 лет (родительская плата) | 12-18 лет (родительская плата) | 12-18 лет (полдник) | 7-11 лет | 12-18 лет |
| | | | | | |

Заведующая производством

Т.И.И.

Т.И.И.

Руководитель образовательного учреждения