

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 1)

Дата: 16 сентября 2024 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Плотные вещества 7-11/11-18			Энергетическая ценность
				Белок	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
140/1	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	20	2,5/4,6	3/5,9	9	35,8/31,7
301/01	Масло сливочное порционно	10	10	0,1	7,3	0,1	68,1
343,34/50,83	Каша молочная из смеси круп «Дружба» с маслом сливочным	220	250	3,54/2	8,5/7,4	36,4/30	105,3/111,2
499,11	Какао с молоком	200	200	4,7	3,3	12,5	100,8
0,1/5,46	Хлеб пшеничный	60	70	4,6/3,3	0,5/0,6	29,3/34,4	148,6/164,1
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				
ОБЕД							
Наименование		Обед (7-11 лет) балансовый	Обед №1 (11-18 лет) комплексный	Энергетическая ценность блюда			
16,11	Салат из свежих овощей «Ассорти»	60	60	0,6	3,1	2,2	38,6
148,11/148,33	Суп картофельный с вермишелью	200	250	3,4/4,7	3,5/6,9	33,5/10,6	131,3/166,7
33,10/33,11/33,12	Биточки тушеные с овощами	90	100	11,1/19,7	19,4/23,9	38,6/32	303,4/422,4
74,05/74,23	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	3,4/3,3	7/8,4	33,9/40,6	229,4/273,3
518,09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,3	0,1	12,8	34,8
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	93,8
Итого стоимость комплексного обеда:		130,30 руб.	130 руб.				
ПОЛДНИК							
338,08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	—	50	0,2	0,2	4,9	22,5
435,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	100	100	10,8	3,4	41,3	239,9
498,16	Напиток из яблок	200	200	0,4	0	29,5	139,6
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28,01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	100	100	0,4	0,4	9,8	44,4
401,29/41,19/41,29	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой	200/30	200/50	17,33/18,46	10,39/17,21	94,38/103,15	614,25/622,12
499	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
Итого стоимость полдника:		90 руб.	100 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (средняя норма)	7-11 лет (реальная плата)	11-18 лет (средняя норма)	11-18 лет (средняя норма)	11-18 лет (средняя норма)

Заслуживая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 1)

Дата: 17 сентября 2024 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Плотные вещества 7-11/11-18			Энергетическая ценность
				Белок	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28,12	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	120	120	0,1	0,3	11,8	
672,09/672,10/672,11/672,12	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	6,5/8	11,9/13,3	34,4/42,4	
303,23	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,9	3,9	11,2	
4,33/5,01	Хлеб пшеничный	30	50	2,3/3,8	0,2/0,4	14,8/26,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				
ОБЕД							
Наименование		Обед (7-11 лет) балансовый	Обед №1 (11-18 лет) комплексный	Энергетическая ценность блюда			
62,01	Салат из моркови с сахаром	60	60	0,8	3,2	22,4	
14,45/14,46/14,47	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	5,2/4,4	4,3/5,6	11,7/11,6	
77,14/77,15/77,16	Гуляш из говядины с овощным соусом	90	100	14,9/16,3	16/22,3	4,7/8,1	
305/31,19	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,3/4,3	3,6/5,2	33,8/42,9	
490,02	Напиток из яблок и ягод	200	200	0,2	0,1	22,8	
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	39,8	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.				
ПОЛДНИК							
520,00	Крокеты картофельные	—	50	2,2	3,2	11,8	
738,48	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с начинкой из яйца с зеленым луком	100	100	6,6	4,8	33,4	
345,55	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,4	0	8,4	
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
43,43	Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой)	100	100	3,66	4,38	3,52	
202,51/202,52/202,53/202,54/202,55	Макароник с мясными изделиями с соусом сметано-томатным	150/30	150/50	18,91/19,02	27,65/29,30	23,52/24,68	
400,16	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,1	20,1	
5,07/5,08	Хлеб ржано-пшеничный	30	50	1,98/1,3	1,88/0,8	11,88/19,8	
Итого стоимость ужина:		90 руб.	100 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (средняя норма)	7-11 лет (реальная плата)	11-18 лет (средняя норма)	11-18 лет (средняя норма)	11-18 лет (средняя норма)

Заслуживая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

	День недели: Среда (неделя 1)	Утверждаю: Генеральный директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» А.В. Толмачев
	Дата: «18» . 09 2024 г.	

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательные вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
51,00/51,76	Салат из моркови с яблоками	50	60	0,5/0,6	1,0/1,3	6,2/7,4	41,3/49,3
478,34/478,35	Картофельная запеканка с мясными рубленными изделиями под соусом сметанным	200	220	14,37/16,02	11,89/17,49	37,75/19,21	373,8/411,18
400	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
5,02/5,46	Хлеб пшеничный	50	70	3,8/5,3	0,4/0,8	26,6/34,4	117,2/154,1
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				
ОБЕД							
№ рецептуры	Наименование	Объем (7-11 лет) мл/шт/кг	Объем №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
50,09	Салат из свеклы с сыром	60	60	3,4	0,9	4,4	120,5
124,4/124,56	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	4,8/4	7,5/9,1	7,5/9,2	113,8/142,3
204,72/204,83/204,84	Котлеты из печени с овощами тушеными	90	100	10,3/11,2	14,4/18	20,7/25	252,4/280,4
332,00/332,28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	5,3/4,4	4,9/3,9	32,8/39,4	196,8/234,2
349,10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,4	0	25,1	102
3	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	18,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.				
ПОЛДНИК							
338,08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0,3	0,2	0	26,3
476,09	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5,3	3,4	43,4	229,4
403	Сок фруктовый	200	200	1	0	25,4	105,6
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
33,23/33,07/33,19	Котлета под соусом овощным с томатом	50/10	50/25	11,4/13,8	13,74/20,19	12,95/18,65	221,75/312,27
313,28/313,24	Картофельное пюре с маслом сливочным	120	150	2,48/3,1	4,24/5,3	15,84/19,8	111,32/139,4
50,04	Мучное кулинарное изделие/ Булочка домашняя с сахаром	75	75	4,1	4,05	31,42	194,92
400	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
3	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	18,8	97,8
Итого стоимость уплотненного полдника:		90 руб.	100 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак 7-11 лет (показатель калории)	Обед 7-11 лет (показатель калории)	Обед №1 11-18 лет (показатель калории)	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
			7-11 лет	11-18 лет	

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

	День недели: Четверг (неделя 1)	Утверждаю: Генеральный директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» А.В. Толмачев
	Дата: «19» . 09 2024 г.	

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательные вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
30,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	7,2	40,8	
71,28/71,29	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7,9/8,7	11,6/12,9	33,7/37	
303,29	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,9	2,9	11,2	
0,34/0,33	Хлеб пшеничный	20	30	1,5/2,1	0,2	9,8/14,8	
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				
ОБЕД							
№ рецептуры	Наименование	Объем (7-11 лет) мл/шт/кг	Объем №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
43,33	Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой)	60	60	1,9	2,3	7,8	
90,74/90,75	Рассольник «Домашний»	200	250	5,2/6,5	4,5/5,8	9/11,3	
270,75/270,72/312,12	Тефтели с овощами тушеными	90	100	14,7/15,7	18,6/22,9	19,6/25	
538,27/538,01	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/3	5,3/13,6	19,8/26,1	
406,16	Напиток из яблок	200	200	0,1	0,1	15,3	
3	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	18,8	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.				
ПОЛДНИК							
3083,03	Драники с соусом сметанным	--	50/10	3	5,5	11,3	
6,26	Мучное кулинарное изделие / Слойка с сыром	100	100	9,7	4,7	38,9	
430	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	5,2	
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
38,01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	100	100	0,4	0,4	3,8	
672,02/234,09/234,10	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	150/30	150/50	8/8,55	11,9/14,9	42,4/43,0	
409,02	Напиток из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,2	0,1	20,1	
5,08/5,08	Хлеб ржано-пшеничный	20	50	1,32/3,3	0,24/0,4	7,02/18,8	
Итого стоимость уплотненного полдника:		90 руб.	100 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак 7-11 лет (показатель калории)	Обед 7-11 лет (показатель калории)	Обед №1 11-18 лет (показатель калории)	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
			7-11 лет	11-18 лет	

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя 1)

Дата: 30.09 2024 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11(11-18) лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
20.01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	100	100	1,53	0,55	21	64,33
340.19/340.17	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	200	12,7/16,9	18/24	3,2/4,3	235,5/300,7
431.12	Чай витаминизированный	200	200	0,3	0,1	4,6	21,1
3.01	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	112,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				
ОБЕД							
Наименование		Обед 7-11 лет (взрослый)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
50.09	Салат «Молодость»	60	60	1,9	2,5	7,8	61
155.75/155.81	Суп картофельный с клецками	200	250	7,4/3,8	3,9/4,3	20,1/14,2	140,1/117
290.70/294.70	Рыбные палочки с овощной поджаркой	90	100	15,3/16,9	10,9/15,2	23,7/37,1	254,5/313,2
315/21.10	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,6/4,3	4,8/5,8	36,4/43,7	201,5/244,2
409.02	Напиток из яблок и ягод	200	200	0,3	0,1	12,8	54,6
3	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,4	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.				
ПОЛДНИК							
338.08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	—	50	0,3	0,2	6	26,3
718.05	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с картофелем и луком	100	100	16,1	15,3	50,3	370,2
304	Кисломолочный напиток/Ряженка	200	200	4,4	3,8	6,3	76,4
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
50.09/50.35	Салат из свеклы с сыром	60	100	4,3/7,16	7,5/12,1	4,6/7,66	102,4/171
455.57/455.60/331.12	Ленивые голубцы под соусом сметано-томатным	160/30	160/40	16,25/3,07	11,85/2,35	20,52/21,2	253,11/301,09
409	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	25,7
3	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,4	19,8	97,8
Итого стоимость уплотненного полдника:		90 руб.	100 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (составление рецептуры)	7-11 лет (рецептура/подсчеты)	11-18 лет (рецептура/подсчеты)	11-18 лет (рецептура/подсчеты)	7-11 лет	11-18 лет	

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

