


**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

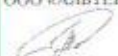
**МЕНЮ**



День недели: Понедельник  
(неделя 2)

Дата: 25 сентября 2023

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



№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Плотные вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность
				Белок	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
136,2-136,30	Салат «Фруктовый» с сахарной пудрой	100	120	0,7-0,8	0,5-0,4	12-14,3	33,0-63,7
439,34	Блинчики с молоком сгущенным	155/50	155/50	4,5-4	4,7-2	47,2	335,3
375,01	Чай черный с лимоном	200	200	0,6	0,2	7	32,4
6,77	Хлеб пшеничный	—	30	2,7	0,2	34,8	36,1
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед 7-11 лет (бюджетный)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белок	Жиры	Углеводы	ккал	
39,08	Салат из свеклы с маслом растительным	60	60	0,9	2,3	3,2	46,8
374,46 124,36-374,13	Щи из свежей капусты картофелем и сметаной	200/10	250/5	4,7-3,8	5,6-7	3,9-7,1	612-113,3
367,76	Крокетки «Детские», запеченные с овощами	90	90	10,1	18,5	23,7	115,1
112,36-112,28	Макаронные изделия отварные	150	180	5,7-4,4	4,9-5,8	32,8-39,4	196,8-216,2
149,59	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,8	0	21,2	39,0
—	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,4	39,4	47,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
461,02	Драники с соусом сметанным	—	50/10	1,0	2,47	11,28	103,3
436,31	Мучное кулинарное изделие / Пирожок печеный с мясоовощной начинкой	100	100	11,8	7,8	48,9	284,9
439,11	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,2	0,7	26,1
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

7-11 лет (бюджетный вариант)	Завтрак		Обед №1 (комплекс)	Полдник	
	7-11 лет (расчетный вариант)	12-18 лет (расчетный вариант)		7-11 лет	12-18 лет


Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения


**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**


**МЕНЮ**



День недели: Вторник  
(неделя 2)

Дата: 26.09.23

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



№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Плотные вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность
				Белок	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
749,02	Мучное кулинарное изделие/ Шанежка наливная	80	80	0	4,5	37,1	238,8
61,27 171,26	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	250	7,0-8,9	6,9-12,2	32,3-40,4	245,3-396,8
301,67	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,2	0,7	1,6	26,7
6,74	Хлеб пшеничный	20	20	1,3	0,2	9,9	40,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед 7-11 лет (бюджетный)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белок	Жиры	Углеводы	ккал	
34,23	Овощная нарезка (помидоры, огурцы)	30	50	0,3-0,9	0,0-0,2	1,1-1,7	1,8-9,7
61,23	Свекольник «Классический»	250	250	3,7	7,8	12,1	143,7
362,34 371,92	Пельмени «Детские» отварные с соусом овощным с томатом	150/50	150/50	25,7	25,1	49,4	140,1
618	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	1,2	23,1
—	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,4	39,4	47,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
119,08	Фруктовая нарезка/ Яблоко	—	50	0,2	0,2	0,7	26,1
437,28	Мучное кулинарное изделие /Эчпочмак	100	100	8,8	4,8	33,4	239,4
119,05	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,1	0,1	0,4	20,8
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

7-11 лет (бюджетный вариант)	Завтрак		Обед №1 (комплекс)	Полдник	
	7-11 лет (расчетный вариант)	12-18 лет (расчетный вариант)		7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения


ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Среда  
(неделя 2)

Дата: 22.09.23

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

*(Signature)*

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11(11-18)			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28.12	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	120	120	0,1	0,2	11,8	51,2
108.19, 209.12, 371.1	Вареники из творога с вишней с молоком сгущенным	130/30	170/30	17,7 32,4	17,4 22	25,8 8,8	448,8 114,1
493.11	Какао с молоком	200	200	4,1	2,2	12,5	106,4
634.9.32	Хлеб пшеничный	20	30	1,3 2,2	0,2	9,8 14,8	46,9 70,7
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) (комплекс)	Обед (11-18 лет) (комплекс)	Энергетическая ценность блюда				
8.87	Закуска овощная	30	30	0,2	1	2,3	17,2
102.18, 102.20	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	250	7,9	4,7 2,9	13,1 8,8	118,9 164,8
12.22, 110.87	Котлеты «Аппетитные» с соусом овощным с томатом	90	90	17,7 19,7	17,1 18,9	17,9 18,2	240,3 225,5
193.13, 253.11	Рис отварной с овощами	150	180	1,2 1,8	1,3 4,8	20,3 12,2	187,8 261,4
193.16	Чай с сахаром и лимоном	200	200	0,4	0,1	1,2	25,7
7	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	1,1	0,6	10,8	45,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОДНИК</b>							
1.56	Салат - коктейль фруктовый с сахарной пудрой	---	50	0,2	0,2	0	26,7
476.08	Мучное кулинарное изделие/ Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	1,3	3,4	41,4	225,4
476.12	Напиток из яблок и лимона	200	200	0,2	0,1	0,2	26,4
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (показатель питания)	7-11 лет (рациональная плата)	12-18 лет (показатель питания)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Четверг  
(неделя 2)

Дата: 28.09.23

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

*(Signature)*

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11(11-18)			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
110.06	Морковь в нарезке	50	60	0,7 2,8	0,1	2,5 4,1	16,9 26,7
276.26, 279.11, 371.1	Тефтели «Детские» с овощами тушеными	60	90	8,4 12,1	12,4 16,6	11,1 17,8	203,7 268,7
172.26	Макаронные изделия отварные	150	150	5,3	4,9	32,8	196,8
476.1	Чай витаминизированный	200	200	0,6	0,2	1	32,4
476.1.37	Хлеб пшеничный	40	60	1,4 2,4	0,2 0,3	10,7 15,5	51,8 74,9
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) (показатель питания)	Обед №1 (11-18 лет) (комплекс)	Энергетическая ценность блюда				
170.07	Яйцо отварное со свежим огурцом	20/10	20/10	2,4	2,3	0,2	32,7
140.11, 141.24	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	8,4 6,7	5,5 6,9	11,5 18,4	131,7 166,7
34.01	Фрикадельки «Детские» тушеные с соусом овощным	90	90	10,1	12,1	14,2	217,7
170.15, 74.02	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	13,8 3	1,7 8,4	31,2 40,8	180,3 251,7
193.18	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,1	0,1	25,2	39,4
7	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	1,1	0,6	10,8	45,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОДНИК</b>							
491.22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	10,1	12,2	30,2	214,2
364.05, 204	Кисломолочный напиток/ Ряженка	150	200	4,4 1,8	3,8 5	4,3 8,4	76,4 101,8
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (показатель питания)	7-11 лет (рациональная плата)	12-18 лет (показатель питания)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Пятница  
(скасла.2)

Дата: 29 09 23

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Показатели энергии			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
26.12	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	120	120	0,3	0,2	9,7	43,4
219.2, 219.12, 420.01	Сырники из творога со сладкой подливкой	120/50	160/50	11,2	17,8	29,5	462,7
49	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	15	62,4
4.33/818	Хлеб пшеничный	30	40	2,1	0,2	65	14,8/19,7
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование		Обед 7-11 лет (шт/порция)	Обед №1 (11-18 лет) комплексное	Энергетическая ценность блюда			
101.06	Нарезка овощная «Ассорти»	30	30	0,4	0	1,1	4,2
153.19/155.36	Суп картофельный с клецками	200	250	5,4/8,27	1,9/4,92	20,1/23,07	101,1/100,4
219.29	Тефтели «Новинка» с овощами тушеными	90	90	12,3	17,3	13,3	294,7
153.02/310.07	Картофель отварной с маслом сливочным	150	180	4,1/4,9	5,4	24,3/29,1	193,1/189,8
402	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	29,3	95,4
1	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	1,3	0,6	18,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
129.20	Крокеты картофельные	---	50	2,2	1,2	11,6	101,8
218.26	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с зеленым луком и яйцом	100	100	6,7	6,7	18,9	214,3
140.78	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,2	0,1	6,1	28,3
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				

*Группировочная ведомость к отчету*

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (средняя норма потребления)	7-11 лет (рекомендуемая норма)	12-18 лет (рекомендуемая норма)	12-18 лет (рекомендуемая норма)	7-11 лет	12-18 лет

Заведующий производством

Руководитель образовательного учреждения