

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

День недели: Среда (неделя 1)
Дата: 29.11.2023г

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



№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Плановые показатели 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
31.01/31.06	Салат из моркови с яблоками	50	60	0,5/0,6	1,0/1,0	8,2/7,4	41,3/40,7
219.15/219.06	Сырники творожные с соусом молочным сладким	160/50	160/50	24,0	30,88	34,49	471,82
375.01	Чай черный с лимоном	200	200	0,4	0,1	3,2	20,7
4.08/5.37	Хлеб пшеничный	40	60	3,94/3,8	0,328/0,48	19,428/18	94/141,9
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				

ОБЕД							
Наименование	Обед (7-11 лет) (кcal/шт)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
36.09	Салат из свеклы с сыром	60	60	4,2	7,2	4,8	102,6
124.0/124.06	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	4,0/3,1	3,2/4,6	6,0/8,5	92,0/115,7
384.72	Котлета из печени с овощами тушеными	90	90	14,06	31	11,84	282,27
192.18/192.18	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	5,3/4,4	4,0/3,9	32,8/30,4	196,8/174,3
389.10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,4	0	21,1	102
3	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК							
Наименование	7-11 лет (кcal/шт)	11-18 лет (кcal/шт)	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
328.08	Фруктовая нарезка/ Яблоко	--	50	0,2	0,2	8	36,5
05.09	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с яблоками	100	100	5,3	3,4	41,4	225,4
403	Сок фруктовый	200	200	1	8	21,4	105,4
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1		Полдник	
7-11 лет (сбалансированное питание)	7-11 лет (родительское питание)	11-18 лет (родительское питание)	7-11 лет (комплекс)	11-18 лет (комплекс)	7-11 лет	11-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения




**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

День недели: Четверг (неделя 1)
Дата: 30.11.23

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



№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Плановые показатели 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
56.02	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,8	7,2	40,8	266,2
71.13/71.27	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	1,0/0,7	11,0/12,0	33,7/37	136,0/297,2
303.03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,3	0,2	3,8	26,7
4.04/0.32	Хлеб пшеничный	20	30	1,9/2,3	0,2	10,1/10	46,0/30,3
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				

ОБЕД							
Наименование	Обед (7-11 лет) (кcal/шт)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
43.23	Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой)	60	60	1,86	1,39	7,84	56,78
96.29/91.01	Суп овощной «Летний»	200	250	5,2/6,3	4,5/3,8	9/12,3	97,5/121,8
278.58	Тефтели с овощами тушеными	90	90	14,1	18,6	19,6	302,3
120.24/120.01	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/4,2	5,3/10,1	18,0/25,1	138,4/215,4
429.12	Напиток из яблок и лимона	200	200	0,1	0,1	15,7	62,2
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК							
Наименование	7-11 лет (кcal/шт)	11-18 лет (кcal/шт)	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
300.03	Драники с соусом сметанным	--	50/10	1,01	5,47	11,28	182,1
426.22	Мучное кондитерское изделие / Пирожок мясно-капустный	100	100	12,21	10,41	48,15	342,27
375.01	Чай с лимоном	200	200	0,2	0,1	4,6	27,9
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1		Полдник	
7-11 лет (сбалансированное питание)	7-11 лет (родительское питание)	11-18 лет (родительское питание)	7-11 лет (комплекс)	11-18 лет (комплекс)	7-11 лет	11-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя 1)

Дата: 1.12.23

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Полное питание 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28.11	Фрукт порционно/ Яблоко	130	130	0	0,7	27,3	122,9
348.19/349.17	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	200	12,7	16,9	18,24	323,5/366,7
408.12	Чай витаминизированный	200	200	0,5	0,1	4,8	21,1
3.01	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				
ОБЕД							
Наименование		Обед №1 (7-11 лет) выходное	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
71.22	Винегрет овощной	60	60	8,95	3,1	5,17	52,88
392.21	Пельмени «Аппетитные» отварные с бульоном и зеленью	100/100	100/100	19	18,7	38,6	364,3
219.48	Тефтели из рыбы под соусом овощным	90	90	15,3	19,9	23,7	254,5
153.21.10	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,6/4,2	4,8/5,2	36,4/42,9	203,9/235
405.22	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	8,1	0,02	17,86	94
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,9	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК							
481.22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	18,2	15,6	9,3	379,2
184.05/204	Кисломолочный напиток/Ряженка	150	200	4,4/5,8	3,8/5	4,3/4,4	76,4/101,8
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Полдник	
7-11 лет (средняя норма питания)	7-11 лет (рецидивная норма)	11-18 лет (рецидивная норма)		7-11 лет	11-18 лет

Заверяющая производством

Руководитель образовательного учреждения

