

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 3)

Дата: 30 сентября 2024

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

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Пищевые вещества 7-11лет-18л | | | Энергетическая ценность |
|---|--|--------------------------------|-------------------------------|------------------------------|-----------|-------------------------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 385.2 | Гастрономия/ Сыр твердый порционно | 10 | 20 | 23,46 | 3,5,9 | 0 | 35,8/71,7 |
| 901.01 | Масло сливочное порционно | 10 | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 60,1 |
| 345,84/345,85 | Каша молочная из смеси круп «Дружба» с маслом сливочным | 220 | 250 | 8,55,3 | 12,714,4 | 34,939,8 | 307,1728,3 |
| 690.11 | Какао с молоком | 200 | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 |
| 1,17/5,46 | Хлеб пшеничный | 60 | 70 | 4,9/5,3 | 0,5/0,6 | 20,5/24,4 | 183,0/255,1 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 90 руб. | 100 руб. | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Наименование | Обед №1 (7-11 лет) (комплекс) | Обед №1 (11-18 лет) (комплекс) | Энергетическая ценность блюда | | | | |
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | |
| 16.00 | Салат из свежих овощей «Ассорти» | 60 | 60 | 0,8 | 3,1 | 2,2 | 93,7 |
| 140,11/140,34 | Суп картофельный с вермишелью | 200 | 250 | 5,6/6,7 | 3,5/6,9 | 15,3/19,4 | 173,3/246,7 |
| 33,33/33,11/33,12 | Биточки тушеные с овощами | 90 | 100 | 10,4/10,7 | 10,6/20,9 | 20,6/32 | 303,4/423,4 |
| 34,05/34,21 | Каша гречневая с маслом сливочным | 150 | 180 | 7,8/9,3 | 0,8/4 | 33,0/40,6 | 229,4/275,3 |
| 319,09 | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 200 | 0,1 | 0,1 | 6,4 | 28,8 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 120,30 руб. | 130 руб. | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 336,08 | Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка | -- | 50 | 0,2 | 0,2 | 4,9 | 22,5 |
| 699,21 | Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой | 100 | 100 | 10,8 | 5,8 | 41,9 | 239,9 |
| 409,16 | Напиток из яблок | 200 | 200 | 0,1 | 0,3 | 8 | 30 |
| Итого стоимость полдника: | | 48 руб. | 58 руб. | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| 7-11 лет (показатели питания) | Завтрак | | Обед №1 12-18 лет (показатели) | Полдник | |
|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|----------|-----------|
| | 7-11 лет (показатели питания) | 12-18 лет (показатели питания) | | 7-11 лет | 12-18 лет |
| | | | | | |

Заведующая производством _____
Руководитель образовательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 3)

Дата: 1.10 2024г

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

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Пищевые вещества 7-11лет-18л | | | Энергетическая ценность |
|---|--|--------------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------|-------------------------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 38.12 | Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка | 120 | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 55,4 |
| 672,06/672,05/234,05 | Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным | 120/30 | 150/30 | 7,0/4,7 | 8,0/10,3 | 39,3/48,5 | 264,9/331,7 |
| 303.03 | Кофейный напиток с сахаром | 200 | 200 | 1,9 | 2,9 | 11,2 | 88 |
| 8,33/5,01 | Хлеб пшеничный | 30 | 50 | 2,3/3,8 | 0,3/0,4 | 14,8/24,6 | 76,3/117,3 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 90 руб. | 100 руб. | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Наименование | Обед №1 (7-11 лет) (комплекс) | Обед №1 (11-18 лет) (комплекс) | Энергетическая ценность блюда | | | | |
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | |
| 53,25 | Салат из белокочанной капусты «Зайчик» | 60 | 60 | 0,77 | 3,04 | 2,26 | 93,97 |
| 184,05/66,32 | Борщ со свежей капустой и картофелем | 200 | 250 | 5,2/7 | 4,3/10 | 11,7/14,2 | 107,8/176,3 |
| 436,30 | Картофель, тушеный с мясом рубленным | 250 | 250 | 25,1 | 25,8 | 21,5 | 399,4 |
| 499,02 | Напиток из яблок и ягод | 200 | 200 | 0,2 | 0,1 | 22,8 | 95,3 |
| 7 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 120,30 руб. | 130 руб. | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 539,29 | Крокеты картофельные | -- | 50 | 2,2 | 3,2 | 11,8 | 101,8 |
| 456,09 | Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с яблоками | 100 | 100 | 10,8 | 5,8 | 41,9 | 239,9 |
| 407 | Сок фруктовый | 200 | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,6 |
| Итого стоимость полдника: | | 48 руб. | 58 руб. | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| 7-11 лет (показатели питания) | Завтрак | | Обед №1 12-18 лет (показатели) | Полдник | |
|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|----------|-----------|
| | 7-11 лет (показатели питания) | 12-18 лет (показатели питания) | | 7-11 лет | 12-18 лет |
| | | | | | |

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Среда
(неделя 3)

Дата: 2.10 2024г

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»

А.В. Толмачев

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Питательные вещества 7-11(11-18) | | | Энергетическая ценность | | | | |
|--|---|----------------|-----------------|----------------------------------|------|----------|-------------------------|------|-------|-------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| 06.02 | Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя» | 50 | 50 | 3,86 | 1,48 | 20,73 | 199,2 | | | | |
| 10.14.01 | Фрикадельки тушеные с соусом овощным | 60 | 90 | 3,6 | 19,3 | 7,3 | 13,2 | 8,7 | 14,2 | 123,9 | 203,7 |
| 09.13.23 | Каша пшеница с маслом сливочным | 150 | 180 | 3,2 | 6,2 | 4,9 | 8,28 | 31,3 | 37,58 | 208,3 | 249,96 |
| 410 | Чай с сахаром | 200 | 200 | 6,4 | 6,1 | 5,2 | | | | 25,7 | |
| 1.09 | Хлеб пшеничный | 40 | 40 | 3 | 6,5 | 19,7 | | | | 93,8 | |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 90 руб. | 100 руб. | | | | | | | | |

ОБЕД

| Наименование | Объем (7-11 лет) (мл) | Объем (11-18 лет) (мл) | Энергетическая ценность блюда | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--|------------------------|-------------------------------|------|----------|-------------------------|-------|------|------|-------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | | | | | |
| 09.09 | Салат из свеклы с сыром | 60 | 60 | 4,3 | 7,5 | 4,6 | 102,4 | | | | |
| 09.10.05 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 250 | 6,8 | 5,5 | 7,3 | 6,6 | 7,3 | 8,5 | 111,4 | 115,7 |
| 09.08.27 | Котлеты из печени с овощами тушеными | 90 | 100 | 17 | 16,1 | 12,4 | 17,3 | 25,1 | 16,5 | 279 | 244,3 |
| 09.10.28 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150 | 180 | 1,5 | 4,4 | 3,7 | 3,3 | 34,1 | 39,4 | 206,9 | 236,2 |
| 09.11 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 200 | 6,4 | 6 | 9 | | | | 21,4 | 83,1 |
| 1 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 4 | 6,7 | 23,8 | | | | 117,4 | |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 120,30 руб. | 130 руб. | | | | | | | | |

ПОЛДНИК

| Наименование | Объем (7-11 лет) (мл) | Объем (11-18 лет) (мл) | Энергетическая ценность блюда | | | | | | | | |
|---------------------------|---|------------------------|-------------------------------|------|----------|-------------------------|--|--|--|------|--|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | | | | | |
| 09.08 | Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка | -- | 50 | 6,8 | 6,3 | 16,5 | | | | 47,3 | |
| 09.13 | Мучное кондитерское изделие/ Эчпочмак | 100 | 100 | 8,8 | 7 | 31,4 | | | | 212 | |
| 09.10 | Компот из яблок и шиповника | 200 | 200 | 6,2 | 6,1 | 4,9 | | | | 21,3 | |
| Итого стоимость полдника: | | 48 руб. | 58 руб. | | | | | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством _____
Руководитель образовательного учреждения _____



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Четверг
(неделя 3)

Дата: 3.10 2024г

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»

А.В. Толмачев

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Питательные вещества 7-11(11-18) | | | Энергетическая ценность | | | | |
|--|---|----------------|-----------------|----------------------------------|------|----------|-------------------------|-------|-------|------|------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| 06.02 | Булочка закусочная с сыром | 100 | 100 | 4,8 | 7,2 | 40,8 | 266,2 | | | | |
| 71.28 71.27 | Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным | 200 | 220 | 9 | 11,9 | 31,6 | 34,9 | 203,7 | 286,5 | | |
| 093.11 | Какао с молоком | 200 | 200 | 4,7 | 3,7 | 12,5 | | | 199,4 | | |
| 6.30 6.33 | Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 1,9 | 2,3 | 8,0 | 2,7 | 6,8 | 14,9 | 46,9 | 70,3 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 90 руб. | 100 руб. | | | | | | | | |

ОБЕД

| Наименование | Объем (7-11 лет) (мл) | Объем (11-18 лет) (мл) | Энергетическая ценность блюда | | | | | | | | |
|-------------------------------------|---|------------------------|-------------------------------|------|----------|-------------------------|-------|-----|------|-------|--|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | | | | | |
| 18.20 | Салат из свежих помидор и огурцов с маслом растительным | 60 | 60 | 0,34 | 2,05 | 1,74 | 28,09 | | | | |
| 09.79 09.91 | Суп овощной «Летний» | 200 | 250 | 6 | 3,9 | 7 | 6,8 | 8,5 | 89,1 | 117,5 | |
| 453.42 | Ленивые голубцы, запеченные под соусом сметано-томатным | 250 | 250 | 22,7 | 36,1 | 29 | | | | 478,2 | |
| 499.16 | Напиток из яблок | 200 | 200 | 6,3 | 6,1 | 6,4 | | | | 35,5 | |
| 1 | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 50 | 3,2 | 6,6 | 23,8 | | | | 97,8 | |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 120,30 руб. | 130 руб. | | | | | | | | |

ПОЛДНИК

| Наименование | Объем (7-11 лет) (мл) | Объем (11-18 лет) (мл) | Энергетическая ценность блюда | | | | | | | | |
|---------------------------|---|------------------------|-------------------------------|------|----------|-------------------------|--|--|--|-------|--|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | | | | | |
| 1001.01 | Драники с соусом сметанным | -- | 50/10 | 2 | 4,9 | 11,7 | | | | 86,7 | |
| 4.76 | Мучное кулинарное изделие / Слойка с фруктовой начинкой | 100 | 100 | 12,5 | 6,7 | 41,8 | | | | 293,8 | |
| 410 | Чай с сахаром | 200 | 200 | 6,3 | 6,1 | 3,4 | | | | 24,4 | |
| Итого стоимость полдника: | | 48 руб. | 58 руб. | | | | | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством _____
Руководитель образовательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

| | | |
|--|------------------------------------|--|
| | День недели: Пятница (неделя 3) | Утверждено: Генеральный директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» А.В. Толмачев |
| | Дата: 4. 10 2024г | |

| № рецептуры | Наименование | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Пищевые вещества 7-11 и 11-18 | | | Энергетическая ценность |
|---|---|----------------------------------|-----------------|-------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 38.01 | Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка | 100 | 100 | 1,3 | 0,3 | 21 | 94,5 |
| 340,19 / 340,17 | Омлет натуральный с маслом сливочным | 150 | 200 | 16,9 / 22,6 | 22,3 / 26,7 | 3,5 / 4,7 | 352,0 / 376,1 |
| 400,12 | Чай витаминизированный | 200 | 200 | 0,4 | 0,1 | 13,5 | 64,3 |
| 5.01 | Хлеб пшеничный | 50 | 50 | 3,8 | 0,4 | 26,5 | 117,2 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: | | 90 руб. | 100 руб. | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| № | Наименование | Обед №1 (7-11 лет) / комплексный | | Энергетическая ценность блюда | | | |
| | | 7-11 лет | 11-18 лет | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 36.09 | Салат «Молодость» | 60 | 60 | 1,9 | 2,5 | 7,8 | 61 |
| 153,75 / 153,82 | Суп картофельный с клецками | 200 | 250 | 7,4 / 8,3 | 3,9 / 4,9 | 26,1 / 23,1 | 141,3 / 141,4 |
| 239,48 / 239,81 / 239,82 | Тефтели из рыбы с овощами тушеными | 90 | 100 | 20,5 / 22,1 | 14,7 / 19 | 27 / 30,4 | 322,1 / 381,1 |
| 350 / 21,10 | Рис отварной гарнирный с маслом сливочным | 150 | 180 | 3,3 / 4,3 | 5,6 / 6,7 | 33,8 / 42,9 | 207,5 / 249 |
| 490,02 | Компот из фруктово-ягодной смеси | 200 | 200 | 0,1 | 0,1 | 12,8 | 54,6 |
| 5 | Хлеб ржано- пшеничный | 50 | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 |
| Итого стоимость комплексного обеда: | | 120,30 руб. | 130 руб. | | | | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| 133,01 | Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка | — | 50 | 0,3 | 0,2 | 8 | 26,5 |
| 710,01 | Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с картофелем и луком | 100 | 100 | 0,1 | 13,3 | 26,3 | 378,2 |
| 304 | Кисломолочный напиток/Ряженка | 200 | 200 | 3,8 | 3 | 6,4 | 101,8 |
| Итого стоимость полдника: | | 48 руб. | 58 руб. | | | | |

Группировочная ведомость к отчету

| Завтрак | | | Обед №1 | | Полдник | |
|--------------------------------|-----------------------------|------------------------------|-----------------------------|------------------------------|----------|-----------|
| 7-11 лет (содержание завтрака) | 7-11 лет (содержание обеда) | 11-18 лет (содержание обеда) | 7-11 лет (содержание обеда) | 11-18 лет (содержание обеда) | 7-11 лет | 11-18 лет |
| | | | | | | |

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____

