

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Понедельник  
(неделя 1)

Дата: 3 февраля 2025

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Энергетическая ценность Т.О. (ккал)			Удельная энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
300	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	10	2,9	3	4	15,8
40,91-40,80	Каша молочная из смеси круп «Дружба» с маслом сливочным	230	270	5,75-6,75	5,75	27,6-32,4	190,2-227,97
400	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	1,2	21,7
5,17-5,40	Хлеб пшеничный	60	70	48-5,3	0,5-0,6	26,5-34,4	180,0-194,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) (в граммах)	Обед №1 (11-18 лет) (комплекс)	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы		
40,51	Салат из капусты с морковью	60	60	1	2,06	3,11	34,06
140,41-140,71	Суп картофельный с вермишелью	200	250	1,32-1,7	2,76-4,0	13,51-19,4	91,07-136,7
10,21-10,18	Котлета мясная с овощами тушеными с томатом	90	100	11,1-11,8	36,1-29	23-30,8	209,9-207,5
14,21-14,20	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	6,58-9,3	1,17-1,4	32,11-40,6	100,16-127,1
400	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,05	1,50	36,0
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,5	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
300,00	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0,2	0,2	4,8	22,1
400,17	Мучное кулинарное изделие / Ватрушка с фруктовой начинкой	100	100	0,7	4,7	38,9	24,1
400,10	Напиток из яблок	200	200	0,8	1,8	26,5	13,0
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (среднедневная норма)	7-11 лет (среднедневная норма)	11-18 лет (среднедневная норма)	11-18 лет (среднедневная норма)	7-11 лет	11-18 лет
95 руб.	106 руб.	120,30 руб.	138 руб.	51 руб.	61 руб.

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Вторник  
(неделя 1)

Дата: 4.02 2025г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Энергетическая ценность Т.О. (ккал)			Удельная энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
20,12	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	120	120	0,3	0,3	11,8	15,1
672,06	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	6,68	11,3-11,3	56,4-62,6	201,6-227,3
60,00	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,1	0,1	5,6	28,7
6,10-5,90	Хлеб пшеничный	30	50	2,3-3,8	0,2-0,4	14,8-20,6	76,1-117,2
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) (в граммах)	Обед №1 (11-18 лет) (комплекс)	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы		
42,90	Салат из моркови с сахаром	60	60	0,9	2,06	3,12	42,11
100,00	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	1,18-1,4	3,00-3,6	18,1-19,6	85,31-124,8
140,00	Гуляш из субпродуктов с овощным соусом	90	100	1,06-1,0	12,00-22,1	6,17-8,3	198,91-207,8
155,02	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	1,74-1,2	2,18-1,2	48,98-42,9	155,28-219
400	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,05	1,50	36,0
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,5	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
50,21	Крокеты картофельные	--	50	2,2	5,2	11,6	61,8
700,40	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с начинкой из яйца с зеленым луком	100	100	0,5	4,8	33,4	22,6
400,00	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,4	0	6,4	25,4
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (среднедневная норма)	7-11 лет (среднедневная норма)	11-18 лет (среднедневная норма)	11-18 лет (среднедневная норма)	7-11 лет	11-18 лет
95 руб.	106 руб.	120,30 руб.	138 руб.	51 руб.	61 руб.

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

День недели: Среда  
(неделя 1)

Дата: 05.02.2025г.

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



№ позиции	Наименование	Вес/ед. изм.	Вес/ед. изм.	Энергетическая ценность			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
31.26	Салат из моркови с яблоками	60	60	0,6	1,8	5,4	46,2
267.66	Мясной подлив с овощами	50	50	1,1	6,27	2,74	100,26
11.29-13.27	Каша пшеница гарнирная с маслом сливочным	150	180	4,17-5,0	4,96-5,98	23,94-28,72	173,5-189
4.01	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	25,7
6.00-1.17	Хлеб пшеничный	40	60	3,8-5,3	0,4-0,6	24,6-34,4	117,2-164,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				

ОБЕД

Наименование	Обед №1 (7-11 лет)	Обед №2 (11-18 лет)	Энергетическая ценность			Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы		
34.36	Салат из свеклы с сыром	60	60	1,54	1,24	5,84	43,43
04.01-12.25	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	1,01-6	1,64-9,3	7,26-9,2	43,89-142,3
86.01-86.06	Птица тушеная с овощами	90	100	8,69-11,2	7,52-16	6,36-23	129,7-200,4
13.29-13.30	Макаронные изделия отварные с маслом	150	180	6,6-8,4	2,76-3,9	42,3-39,4	276,76-236,7
166.06	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,22	0	16,44	43,38
1	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,1	0,4	19,8	93,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				

ПОЛДНИК

Наименование	Обед №1 (7-11 лет)	Обед №2 (11-18 лет)	Энергетическая ценность			Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы		
106.04	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	—	50	0,3	0,2	6	24,5
67.01	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5,3	3,6	43,4	227,4
4.01	Сок фруктовый	200	200	7	0	29,4	109,8
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1		Полдник	
7-11 лет	11-18 лет	11-18 лет	7-11 лет	11-18 лет	7-11 лет	11-18 лет
(показатель в руб.)	(показатель в руб.)	(показатель в руб.)	(показатель в руб.)	(показатель в руб.)	(показатель в руб.)	(показатель в руб.)

Заведующий производством  
Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

День недели: Четверг  
(неделя 1)

Дата: 06.02.2025

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



№ позиции	Наименование	Вес/ед. изм.	Вес/ед. изм.	Энергетическая ценность			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
363.04	Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя»	75	75	1,376	2,12	44,26	223,3
71.36-71.38	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7,9-8,7	11,4-12,8	33,7-37	280,4-267,3
86.03	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,4	2,8	11,2	86
6.00-1.14	Хлеб пшеничный	25	55	1,87-4,21	0,25-0,36	12,20-15,1	58,82-128,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				

ОБЕД

Наименование	Обед №1 (7-11 лет)	Обед №2 (11-18 лет)	Энергетическая ценность			Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы		
26.01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	60	60	0,34	0,24	3,86	28,44
96.02-96.03	Рассольник «Домашний»	200	250	1,67-6,3	3,6-3,6	12,96-11,3	67,26-121,6
20.747-13.14-14.12	Крокеты с кабачком тушеные с овощами	90	100	18,1-19,7	10,6-21,4	28,6-32	163,4-142,4
126.06-126.08	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,69-5	1,71-1,66	21,7-20,1	175,26-147
4.01-16	Напиток из яблок	200	200	0,87	0,01	14,11	54,67
1	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,4	19,8	93,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				

ПОЛДНИК

Наименование	Обед №1 (7-11 лет)	Обед №2 (11-18 лет)	Энергетическая ценность			Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы		
86.03	Драники с соусом сметанным	—	50/10	2	5,2	11,3	162,3
166.04	Мучное кулинарное изделие / Пицца с сыром	100	100	6,6	4,8	33,4	226,4
4.01	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	5,2	25,7
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1		Полдник	
7-11 лет	11-18 лет	11-18 лет	7-11 лет	11-18 лет	7-11 лет	11-18 лет
(показатель в руб.)	(показатель в руб.)	(показатель в руб.)	(показатель в руб.)	(показатель в руб.)	(показатель в руб.)	(показатель в руб.)

Заведующий производством  
Руководитель образовательного учреждения



# ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

## МЕНЮ


 День недели: Пятница  
 (число/л.)  
 Дата: 07.02. 2025

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

№	Наименование	Выход г./шт./кг	Выход г./шт./кг	Энергетическая ценность ккал/кВт			Энергетическая ценность блюда
				Зелень	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
80	Фрукт порционный/ или / Фруктовая нарезка	80	100	120	1,0	0,02	0,01
100	Омлет яично-рыбный с маслом сливочным	100	100	8,05	12	2,0	10,0
70	Каша пшеница с маслом сливочным	70	100	1,40	4,0	2,60	2,0
200	Чай витаминизированный	200	200	0,2	0,3	0,3	0,3
50	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	2,6	0,2
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				

№	Наименование	Выход г./шт./кг	Выход г./шт./кг	Энергетическая ценность ккал/кВт			Энергетическая ценность блюда
				Зелень	Жиры	Углеводы	
<b>ОБЕД</b>							
60	Салат «Молодость»	60	60	0,9	2,5	3,6	0,1
200	Суп картофельный с клецками	200	250	7,4	1,6	1,1	20,0
90	Рыбные палочки с овощной поджаркой	90	100	0,7	0,8	0,9	1,2
150	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	0,4	0,5	0,6	0,7
200	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	0,1	0,2
50	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	0,6	0,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				

<b>ПОЛДНИК</b>							
50	Фрукт порционный/ или / Фруктовая нарезка	50	50	0,1	0,2	0	0,1
100	Мучное кондитерское изделие: Пирожок с картошкой и луком	100	100	10,0	10,0	10,0	10,0
200	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,2	0,1	0,1	0,5
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Генеральный директор общества с ограниченной ответственностью:

Подпись: \_\_\_\_\_  
 Имя: \_\_\_\_\_  
 Фамилия: \_\_\_\_\_  
 Должность: \_\_\_\_\_  
 Дата: \_\_\_\_\_



Внесены в производство  
 Руководитель производства: \_\_\_\_\_