

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 1)

Дата: 9 декабря 2024

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11(11-18)			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
300.3	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	20	2,3 4,6	3 5,9	0	33,8 71,7
301,99 345,98	Каша молочная из смеси круп «Дружба» с маслом сливочным	230	260	5,75 6,48	6,75 7,17	27,6 31,3	194,2 223,4
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	6,1	5,2	21,7
537 5,86	Хлеб пшеничный	60	70	4,8 5,3	0,5 0,8	20,5 24,4	140,0 164,1
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				
ОБЕД							
Наименование	Обед №1 (7-11 лет) (ккал/100г)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
43,07	Салат из капусты с морковью	60	60	1,03	2,06	1,9	37,02
140,42 140,57	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,6 6,7	5,5 6,9	15,1 18,4	133,2 165,7
112,5 331,18 331,19	Котлета мясная с овощами тушеными с томатом	90	100	16,1 17,8	26,1 29	35 36,6	432,9 497,4
74,03 74,23	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7,8 8,1	9 8,4	33,9 40,6	229,4 273,3
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	6,1	5,2	21,7
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,5	0,8	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.				
ПОЛДНИК							
308,08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	—	50	0,2	0,2	0,9	22,7
495,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	100	100	10,8	5,4	41,9	210,0
493,16	Напиток из яблок	200	200	0,4	0	20,3	119,8
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (составление рецептуры)	7-11 лет (рецептурная часть)	12-18 лет (рецептурная часть)	12-18 лет (составление)	7-11 лет	12-18 лет

Заведующий производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 1)

Дата: 10. 12 2024г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11(11-18)			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
26,12	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	120	120	0,2	0,2	11,8	13,3
472,88 472,10 254,69	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	6,69	11,1 13,3	34,4 42,4	265,8 321
303,03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,5	6,3	5,6	26,7
633,5,91	Хлеб пшеничный	30	50	3,3 3,8	0,2 0,4	14,8 18,6	80,3 113,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				
ОБЕД							
Наименование	Обед №1 (7-11 лет) (ккал/100г)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
62,40	Салат из моркови с сахаром	60	60	0,8	5,2	12,4	42,2
141,02 44,04	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	3,2 4,4	4,5 5,6	11,7 15,6	107,8 129,8
346,06 446,05	Гуляш из субпродуктов с овощным соусом	90	100	14,9 16,2	16 22,1	4 9 8,1	222,2 292,8
355 21,18	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,0 4,2	5,6 5,2	35,8 42,9	207,5 231
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	6,1	5,2	21,7
7	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,8	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.				
ПОЛДНИК							
528,20	Крокеты картофельные	—	50	2,2	5,2	11,6	161,8
738,40	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с начинкой из яйца с зеленым луком	100	100	8,6	8,8	33,4	228,4
345,95	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,4	0	6,4	27,8
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (составление рецептуры)	7-11 лет (рецептурная часть)	12-18 лет (рецептурная часть)	12-18 лет (составление)	7-11 лет	12-18 лет

Заведующий производством

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Среда
(неделя 1)

Дата: 11.12.2024г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
51,76	Салат из моркови с яблоками	60	60	0,6	1,3	7,4	41,3
203,66	Мясной подлив с овощами	50	50	5,71	8,27	2,74	113,26
152,84 13,25	Каша пшеничная гарнирная с маслом сливочным	150	180	4,17 3,6	4,99 5,98	23,94 28,72	157,5 189
400	Чай с сахаром	200	200	8,4	0,1	5,2	23,7
608 3,37	Хлеб пшеничный	40	60	3,8 5,3	0,4 0,6	26,6 36,4	117,2 164,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				

ОБЕД

Наименование	Обед (7-11 лет) Пищевые	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
30,99	Салат из свеклы с сыром	60	60	3,4	8,9	8,8	138,3
134,91 124,38	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	4,8 6	7,3 9,3	7,3 9,2	113,8 142,3
866,13 466,19	Птица тушеная с овощами	90	100	10,3 11,2	14,4 16	26,7 29	272,4 306,4
312,26 312,28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	5,3 6,4	4,9 5,6	32,8 30,4	196,5 236,2
349,19	Компот из смеси сухофруктов	200	200	8,4	0	25,1	102
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	5,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.				

ПОЛДНИК

338,58	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	—	50	0,3	0,2	6	26,5
478,09	Мучное кондитерское изделие/						

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Четверг
(неделя 1)

Дата: 12.12.2024

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
200,04	Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя»	75	75	5,79	2,52	44,39	225,3
71,24 71,29	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7,9 8,7	11,6 12,8	33,7 37	250,6 297,7
380,37	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,9	2,9	11,2	88
892 1,54	Хлеб пшеничный	25	55	1,89 4,25	0,29 0,36	11,29 21	38,62 128,8
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				

ОБЕД

Наименование	Обед (7-11 лет) Пищевые	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
28,99	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	60	60	0,24	0,24	5,88	26,44
96,78 96,79	Рассольник «Домашний»	200	250	5,2 4,5	4,5 3,6	9 11,3	97,3 121,8
207,87 131,14 91,12	Крокеты с кабачком тушеные с овощами	90	100	11,3 19,7	19,8 23,9	28,6 32	363,4 432,4
120,27 120,01	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1 3	3,3 3,6	19,9 26,1	159,6 207
489,16	Напиток из яблок	200	200	0,1	0,1	33,3	62,2
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя 1)
Дата: 13.12. 2024

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 100г/100г			Энергетическая ценность
				Белок	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28.16/20.01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	80	100	1,22 1,53	0,42 0,51	16,8 21	35,42 36,53
340.23	Омлет натуральный с маслом сливочным	100	100	8,45	12	2,15	158,35
53.50/53.54	Каша пшеничная с маслом сливочным	70	100	3,49 4,13	2,64 2,84	21,96 23,35	125,14 145,68
406.12	Чай витаминизированный	200	200	0,5	0,1	4,6	21,1
3.01	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				
ОБЕД							
Наименование		Обед (7-11 лет) индивидуальная	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
56.09	Салат «Молодость»	60	60	1,9	2,3	7,8	41
153.85/153.84	Суп картофельный с клецками	200	250	3,4 3,8	3,9 4,1	26,3 14,2	140,1 117
210.13/210.17	Рыбные палочки с овощной поджаркой	90	100	11,3 16,9	10,9 15,2	23,7 27,1	234,7 313,3
135.21.18	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,6 4,3	4,8 5,8	36,2 41,7	203,3 244,2
400	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	5,2	24,4
3	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.				
ПОЛДНИК							
318.18	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0,3	0,2	6	26,3
718.65	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с картофелем и луком	100	100	10,1	13,3	30,3	379,2
304	Кисломолочный напиток/Ряженка	200	200	3,8	3	8,4	101,8
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Полдник	
7-11 лет (индивидуальная ведомость)	7-11 лет (рыбное блюдо (палочки))	11-18 лет (индивидуальная ведомость)		7-11 лет	11-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

