

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Понедельник  
(неделя 4)

Дата: 27 января 2025г

Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»  
*[Подпись]* А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>									
901.01	Масло сливочное порционно	10	10	0.1	7.3	0.1	66.1		
132.19 132.20	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	260	9.88	10.27	9.17	9.53	43.51/45.25	298.16/310.08
430	Чай с сахаром	200	200	0.5	0.1	5.4	24.4		
0.08/ 5.39	Хлеб пшеничный	40	80	3.05	6.1	0.3	0.6	19.6/39.3	93.73/187.46
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>						

**ОБЕД**

Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда						
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность			
20.20	Салат из свеклы с маслом растительным	60	60	1.5	2.6	8.33	62.5		
99.41/ 99.51	Суп овощной «Летний»	200	250	4.7	5.8	5.7	7.1	92.2/ 115.3	
666.11 666.10	Гуляш из птицы	90	100	10.1	11.7	17.8	22.1	12.4/ 15.8	250.7/ 309.7
332.29 332.30	Макаронные изделия отварные с маслом	150	180	5.8	6.9	7	8.4	35.4/ 42.5	227.7/ 273.3
349.10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0.4	0	25.1	102		
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3.3	0.6	19.8	97.8		
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>						

**ПОЛДНИК**

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
3003.03	Драники с соусом сметанным	--	50/10	2	4.8	11.7	97.5
50.32	Мучное кулинарное изделие / Булочка закусочная с сыром	100	100	12.5	8.7	41.8	295.8
407	Сок фруктовый	200	200	1	0.2	20.2	86.6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1 12-18 лет (комплекс)	Полдник	
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)		7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством *[Подпись]*

Руководитель образовательного учреждения *[Подпись]*



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Вторник  
(неделя 4)

Дата: 28.01 2025г

Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»  
*[Подпись]* А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>									
50.32	Булочка закусочная с сыром	100	100	11	7.7	41.8	280.1		
53.56/ 53.58	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	250	7.1	11.6	7.2	14.4	31.3/ 45.9	217.9/ 353.6
303.03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	3.9	2.9	11.2	86		
0.34	Хлеб пшеничный	20	20	1.5	0.2	9.8	46.9		
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>						

**ОБЕД**

Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда								
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность					
28.09 28.01	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	100	0.24	0.91	0.24	0.16	5.88	8.08	26.64	37.83
81.41 81.51	Свекольник «Классический»	250	300	5.7	6.8	7.8	9.4	12.1	14.6	141.7	170
392.43 331.02	Пельмени мясо-овощные, отварные с овощами тушеными с томатом	150/50	150/50	19.6	23.9	49.5	492.4				
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	23.3				
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3.3	0.6	19.8	97.8				
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>								

**ПОЛДНИК**

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
338.08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0.3	0.2	6	26.5
432.35	Мучное кулинарное изделие / Эчпочмак	100	100	8.8	7	33.6	232
519.09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0.5	0.1	12.8	54.6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1 12-18 лет (комплекс)	Полдник	
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)		7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством *[Подпись]*

Руководитель образовательного учреждения *[Подпись]*



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Среда  
(неделя 4)

Дата: 29.08.2025г

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	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28.12	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
219.19 / 219.26 / 331.33	Вареники с творожной начинкой с молочным сладким соусом	130/30	170/30	16,9 / 21,5	17 / 20,9	46,8 / 59,9	416,6 / 513,7
693.13	Какао с молоком	200	200	3,4	2,6	11	81
0.34 / 0.33	Хлеб пшеничный	20	30	1,5 / 2,3	0,2	9,8 / 14,8	46,9 / 70,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) биологичный	Обед (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			1	6.1	5.8	81.5	
43.51	Салат из капусты с морковью	60	60				
102.41 / 102.51	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	250	7,3 / 9,1	4,7 / 5,9	15 / 18,8	131,9 / 164,8
279.93 / 33.14 / 33.12	Тефтели с овощами тушеными	90	100	14,1 / 15,7	18,6 / 22,9	19,6 / 23	302,3 / 361,3
355.02 / 355.03	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,5 / 4,3	5,6 / 6,7	35,8 / 42,9	207,5 / 249
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
338.08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0,3	0,2	6	26,5
476.09	Мучное кулинарное изделие/ Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5,3	3,4	43,4	225,4
409.16	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,1	6,2	26,4
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	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 4)

Дата: 30.08.2025г

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	
<b>ЗАВТРАК</b>							
4.27	Салат из моркови с сахаром	60	60	0,8	0,1	4,1	20,2
267.70 / 33.20 / 267.69 / 33.14	Наггетсы с овощной поджаркой	60	90	9,4 / 14,1	12,4 / 18,6	13,1 / 19,6	201,5 / 302,3
332.29	Макаронные изделия отварные с маслом	150	150	5,8	7	35,4	227,7
430	Чай с сахаром	200	200	0,5	0,1	5,4	24,4
0.08 / 5.37	Хлеб пшеничный	40	60	3 / 4,6	0,3 / 0,5	19,7 / 29,5	93,8 / 140,6
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) биологичный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			0.24	0.24	5.88	26.64	
28.09	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	60	60				
140.41 / 140.51	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	5,4 / 6,7	5,5 / 6,9	15,5 / 19,4	133,3 / 166,7
267.85 / 331.18 / 331.19	Котлета из курицы с овощной поджаркой	90	100	16,1 / 17,8	26,1 / 29	33 / 36,6	430,9 / 467,6
330.02 / 250.06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	14,5 / 15,8	7,7 / 5,3	33,9 / 36,8	263 / 257,8
519.09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	25,3	104,4
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
401.22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	10,1	15,3	50,3	379,2
389.12 / 407	Сок фруктовый	150	200	0,75 / 1	0	19,05 / 25,4	79,2 / 105,6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения




**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Пятница  
(неделя 4)

Дата: 30.01 2025г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11лет/11-18лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28.01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	100	100	0,91	0,16	8,08	37,83
219,20/ 219,15/ 621,08	Сырники из творога с соусом молочным сладким	120/50	160/50	23,9/ 31,9	10,7/ 14,3	28,2/ 34,2	305,6/ 393,6
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
0,33/ 0,08	Хлеб пшеничный	30	40	2,3/ 3	0,2/ 0,3	14,8/ 19,7	70,3/ 93,8
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) индивидуальное	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	ккал
43,52	Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой)	60	60	1	3,7	4,9	56,7
155,41/ 155,51	Суп картофельный с клецками	200	250	6,8/ 8,6	6,5/ 8,1	26,2/ 32,8	190,7/ 238,4
239,73/ 239,75	Палочки рыбные с овощной поджаркой	90	100	15,3/ 16,9	10,9/ 15,2	23,7/ 27,1	254,5/ 313,5
520,36/ 520,38	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/ 4,9	5,3/ 6	19,75/ 29,1	139,4/ 189,8
407	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	20,2	86,6
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
520,20	Крокеты картофельные	---	50	2,2	5,2	11,6	101,8
695,37	Мучное кулинарное изделие / Ватрушка с фруктовой начинкой	100	100	9,7	6,7	38,9	254,5
430,01	Чай фруктовый	200	200	0,2	0,1	6,7	28,5
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

7-11 лет (социальное питание)	Завтрак		Обед №1 (комплекс)	Полдник	
	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)		7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Руководитель образовательного учреждения \_\_\_\_\_

