

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 2)

Дата: 11 сентября 2023

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

№ рецептур	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательные вещества 5 (11-11-18)			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
126,7-129,29	Салат «Фруктовый» с сахарной пудрой	100	120				55,0-63,3
479,34	Блинички с молоком сгущенным	155/50	155/50	15,6	17,7	87,5	333,3
375,81	Чай черный с лимоном	200	200	0,6	0,2	7	32,4
8,37	Хлеб пшеничный	—	30	2,2	0,2	14,8	70,7
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				

ОБЕД

№ рецептур	Наименование	Обед 7-11 лет (полдниковый)	Обед №1 (11-18 лет) комплексное	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	ккал
30,88	Салат из свеклы с маслом растительным	60	60	0,9	2,5	3,2	46,8
124,40 / 124,50 / 332,11	Щи из свежей капусты картофелем и сметаной	200/10	250/5	4,7-1,8	3,6-1	8,7-1,1	92,7-111,3
257,76	Крокеты «Детские», запеченные с овощами	90	90	19,3	16,9	21,3	313,3
312,20-312,18	Макаронные изделия отварные	150	180	5,9-6,4	4,9-5,9	32,8-33,4	196,8-236,2
349,19	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,8	0	29,12	162
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,2	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК

№ рецептур	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	ккал
383,63	Драники с соусом сметанным	—	50/10	1,0	1,47	11,28	102,1
436,21	Мучное кулинарное изделие / Пирожок печеный с мясоовощной начинкой	100	100	11,6	7,9	41,9	244,9
426,11	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,2	8,7	29,1
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1 (11-18 лет) комплексное	Полдник	
7-11 лет (показатель питания)	7-11 лет (рецептурный выход)	12-18 лет (рецептурный выход)		7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 2)

Дата: 12.09.

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

№ рецептур	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательные вещества 5 (11-11-18)			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
140,82	Мучное кулинарное изделие / Шанежка наливная	80	80	8	4,3	17,1	220,8
33,27 / 173,35	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	250	7,1-8,9	6,7-12,2	72,7-88,4	245,3-364,8
383,63	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,2	0,2	3,6	26,7
8,34	Хлеб пшеничный	20	20	1,3	0,2	9,8	46,9
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				

ОБЕД

№ рецептур	Наименование	Обед 7-11 лет (полдниковый)	Обед №1 (11-18 лет) комплексное	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	ккал
34,25	Овощная нарезка (помидоры, огурцы)	30	50	0,3-0,5	0-0,1	1,1-1,7	5,8-9,7
81,31	Свекольник «Классический»	250	250	5,7	7,8	12,1	141,7
392,34 / 311,82	Пельмени «Детские» отварные с соусом овощным с томатом	150/50	150/50	25,7	27,1	49,6	345,3
400	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	1,2	25,3
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,2	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК

№ рецептур	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	ккал
318,18	Фруктовая нарезка / Яблоко	—	50	0,2	0,7	6,7	29,3
432,28	Мучное кулинарное изделие / Эчпочмак	100	100	8,6	6,8	33,4	229,4
318,61	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,1	0,1	8,4	36,8
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1 (11-18 лет) комплексное	Полдник	
7-11 лет (показатель питания)	7-11 лет (рецептурный выход)	12-18 лет (рецептурный выход)		7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Среда
(неделя 2)

Дата: 13.09

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательные вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28.12	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	120	120	0,2	0,2	11,8	23,2
219,19; 219,17; 201,1	Вареники из творога с вишней с молоком сгущенным	130/30	170/30	17,7 22,4	17,8 22	39-44,8	446,8-254,1
493,11	Какао с молоком	200	200	4,3	3,2	12,3	109,4
4,24-6,23	Хлеб пшеничный	20	30	1,9-2,3	0,2	9,8-14,8	46,9-76,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				
ОБЕД							
Наименование	Обед (7-11 лет) порционный	Обед (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
406	Закуска овощная	30	30	0,2	1	3,2	17,2
102,04-102,05	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	250	7-9,1	4,3-5,9	13-18,8	131,9-164,8
33,29-33,02	Котлеты «Аппетитные» с соусом овощным с томатом	90	90	12,7 19,7	17-18,8	17,3-19,2	290-335,2
252,13-252,14	Рис отварной с овощами	150	180	1,2-1,8	3,7-6,8	26-31,2	167,8-201,4
375,01	Чай с сахаром и лимоном	200	200	0,4	0,1	5,2	25,2
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	92,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК							
136	Салат - коктейль фруктовый с сахарной пудрой	—	50	0,3	0,2	6	26,2
476,08	Мучное кулинарное изделие/ Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5,2	1,4	45,4	225,4
438,12	Напиток из яблок и лимона	200	200	0,2	0,1	6,2	26,4
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (посильнее питания)	7-11 лет (редакция блюда)	12-18 лет (редакция блюда)	12-18 лет (редакция)	7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Четверг
(неделя 2)

Дата: 14.09

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательные вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
118,06	Морковь в нарезке	50	60	0,7-0,8	0,1	3,5-4,1	34,9-20,2
279,20-279,41	Тефтели «Детские» с овощами тушеными	60	90	8,4-12,3	12,4-16,8	13,1-17,4	201,5-268,7
372,26	Макаронные изделия отварные	150	150	5,3	0,9	32,8	196,8
408,1	Чай витаминизированный	200	200	0,4	0,2	7	33,4
4,08-6,37	Хлеб пшеничный	40	60	3-5,8	0,3-0,5	19,7-29,5	93,8-140,6
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				
ОБЕД							
Наименование	Обед (7-11 лет) порционный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
171,03	Яйцо отварное со свежим огурцом	20/10	20/10	2,6	3,3	0,3	32,5
143,31-140,34	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	5,4-7,7	3,3-4,9	13,3-19,4	133,5-166,7
340,01	Фрикадельки «Детские» тушеные с соусом овощным	90	90	10,1	13,2	14,2	215,7
171,19-164,02	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	3,1-9,5	3,7-8,4	31,2-40,6	180,3-273,1
319,01	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,3	0,1	29,3	104,4
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	92,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК							
401,22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	10,1	11,2	30,3	379,2
394,05-304	Кисломолочный напиток/ Ряженка	150	200	4,4-5,8	1,8-5	4,3-8,4	78,4-101,8
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (посильнее питания)	7-11 лет (редакция блюда)	12-18 лет (редакция блюда)	12-18 лет (редакция)	7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя 2)

Дата: 15.09

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 9.11(1)-18г			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
38.12	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	120	120	1,1	0,2	9,7	45,4
193.2/203.15/62.41	Сырники из творога со сладкой подливкой	120/50	160/50	9,3	17,8	29,5	403,3
49	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	13	62,4
0.33/0.08	Хлеб пшеничный	30	40	2,7	0,3	14,9/19,7	78,3/91,8
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				
ОБЕД							
	Наименование	Обед (7-11 лет) выходный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
103.04	Нарезка овощная «Ассорти»	30	30	0,4	0	1,1	6,2
193.2/155.26	Суп картофельный с клецками	200	250	1,4/9,27	3,9/4,92	39,3/25,87	142,3/181,4
279.18	Тефтели «Новника» с овощами тушеными	90	90	12,3	17,3	35,3	264,3
30.02/318.15	Картофель отварной с маслом сливочным	150	180	4,1/4,8	3,4	24,2/28,3	138,3/183,8
407	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	20,2	86,4
4	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	1,3	0,8	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК							
526.20	Крокеты картофельные	---	50	2,2	3,2	11,4	101,8
718.34	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с зеленым луком и яйцом	100	100	9,7	6,7	34,9	214,3
541.29	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,2	0,1	6,7	28,3
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Полдник	
7-11 лет (базисное питание)	7-11 лет (раздельная диета)	11-18 лет (дополнительная диета)	11-18 лет (комплекс)	7-11 лет	11-18 лет

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____

