

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Понедельник  
(неделя 1)

Дата: 04 сентября 2023

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
26.01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	9,8	45
479,24	Блины с молоком сгущенным	155/50	155/50	15,6	12,7	81,2	312,7
373,01	Чай черный с лимоном	200	200	0,4	0,2	7	32,4
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) (комбинированный)	Обед №1 (11-18 лет) (комбинированный)	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
24,24	Овощная нарезка/ Помидоры, огурцы	30	30	0,2	0	1	3,8
140,11/140,36	Суп картофельный с вермишелью	200	250	3,7/3,1	2,9	12,1/15,1	122,9/163,9
33,09	Биточки «Селянские», тушеные с соусом овощным	90	90	16,6/14,3	16,4/16,2	21,8/13,3	301,4/273,2
24,02/24,02	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	1,8/3,2	1/0,4	33,8/30,6	226,4/275,1
219,01	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,2	0,1	12,8	54,6
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,1	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
238,04	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	---	50	0,2	0,2	6,7	28,3
491,21	Ватрушка с творожным фаршем	100	100	10,8	5,4	41,9	219,9
428,11	Напиток из яблок	200	200	0,4	0	20,5	119,6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1 12-18 лет (комбинированный)	Полдник	
7-11 лет (составляющие блюда)	7-11 лет (рациональные блюда)	12-18 лет (рациональные блюда)		7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Вторник  
(неделя 1)

Дата: 5 сентября 2023

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
26.02	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	120	120	0,5	0,2	11,8	50,3
472,86/472,85/214,09	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	6,0/8	11,3/13,3	34,4/42,4	363,4/371
383,16	Кофейный напиток с молоком	200	200	2,9	2,9	11,2	46
4,23/5,01	Хлеб пшеничный	30	50	2,2/3,8	0,2/0,4	14,8/24,4	70,3/117,2
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) (комбинированный)	Обед №1 (11-18 лет) (комбинированный)	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
143,86	Нарезка овощная «Ассорти»	30	30	0,4	0	1,1	4,2
184,09/146,02	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	5,1/4,4	4,7/5,4	10,8/13,4	183,9/129,4
279,2	Биофитекс «Детский» с овощами тушеными	90	90	17,1	21,1	22,8	366,8
155/21,01	Рис отварной с маслом сливочным	150	180	3,5/4,2	4,3/5,2	35,8/42,9	195,8/235
409,08	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,2	0,1	20,1	82,4
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,1	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
536,3	Крокеты картофельные	---	50	2,19	5,16	11,64	101,9
412,38	Мучное кондитерское изделие/ Эчпочмак	100	100	6,6	6,8	31,4	226,4
145,78	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,4	0	6,4	27,4
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1 12-18 лет (комбинированный)	Полдник	
7-11 лет (составляющие блюда)	7-11 лет (рациональные блюда)	12-18 лет (рациональные блюда)		7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Среда  
(неделя 1)

Дата: 6 сентября

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
31.01/31.36	Салат из моркови с яблоками	50	60	8,5/8,8	1,8/1,8	6,2/3,4	41,1/49,3
219,2/219,15/238,06	Сырники творожные с соусом сметанным сладким	120/50	160/50	11,3	17,8	29,7	401,5
375,01	Чай черный с лимоном	200	200	8,4	0,1	3,2	33,7
3.01/3.37	Хлеб пшеничный	50	60	3,8/4,8	0,4/0,5	34,8/29,5	117,2/140,6
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед №1 (7-11 лет) комплекс	Обед №2 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
30,09	Салат из свеклы с сыром	60	60	4,3	7,5	4,8	102,6
134,4/134,34	Ши из свежей капусты с картофелем	200	250	4,4/5,3	3,3/5,6	6,8/8,5	99,8/115,7
14	Фрикадельки «Школьные», Тушеные с соусом оводным	90	90	8,2	11	13,1	181,3
132,20/332,28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	3,3/4,4	4,8/5,8	32,8/29,4	126,8/126,2
348,18	Компот из смеси сухофруктов	200	200	8,4	8	25,1	102
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,7	0,4	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
338,08	Фруктовая нарезка/ Яблоко	—	50	8,2	0,2	8	28,5
476,04	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с яблоками	100	100	5,3	3,4	43,4	221,4
407	Сок фруктовый	200	200	1	8	25,4	105,4
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1		Полдник	
7-11 лет (составляющие напитки)	7-11 лет (составляющие блюда)	12-18 лет (составляющие блюда)	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 1)

Дата: 7 сентября

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
30,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	3,2	48,8	266,7
13,13/17,27	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7,9/8,7	11,6/12,8	33,3/37	218,6/257,7
383,83	Кофейный напиток с сахаром	200	200	8,3	8,3	5,6	26,7
634/633	Хлеб пшеничный	20	30	1,9/2,3	0,2	18,1/14,8	48,9/39,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед №1 (7-11 лет) комплекс	Обед №2 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
47,84	Овощи натуральные/ Кукуруза	30	30	0,8	0,1	3,3	15,7
99,79/99,91	Суп овощной «Летний»	200	250	3,2/4,5	4,5/5,8	9/11,3	93,2/131,6
279,51	Тефтели «Детские» с овощами тушеными	90	90	14,1	18,8	19,8	303,3
320,24/128,01	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,3/4,3	5,3/13,3	19,8/25,1	128,8/125,4
420,12	Напиток из яблок и лимона	200	200	8,1	8,1	15,3	62,2
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,7	0,4	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
388,83	Драники с соусом сметанным	—	50/10	1,81	5,47	11,28	182,1
338,36	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с зеленым луком и яйцом	100	100	9,7	4,7	38,9	254,5
375,01	Чай с лимоном	200	200	8,2	8,1	4,4	33,9
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1		Полдник	
7-11 лет (составляющие напитки)	7-11 лет (составляющие блюда)	12-18 лет (составляющие блюда)	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 1)

Дата: 8 сентября

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
26.11	Фрукт порционно/ Яблоко	130	130	2	0,7	27,3	112,9
148.17/ 149.17	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	200	12,7/ 16,9	18/ 24	3,2/ 4,3	225,7/ 308,7
430.1	Чай витаминизированный	200	200	0,5	0,1	4,8	21,1
1.01	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	26,6	113,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование		Обед №1 (7-11 лет) выход	Обед №1 (11-18 лет) выход	Энергетическая ценность блюда			
103.06	Нарезка овощная «Ассорти»	30	30	0,4	0	1,1	6,7
102.21/ 992.22	Пельмени отварные с бульоном и зеленью	100/100	130/120	18/ 23,3	18,7/ 25,4	38,8/ 38,7	364,3/ 425,4
226.08	Тефтели из рыбы под соусом овощным	90	90	11,3	10,9	37,7	264,3
1007.00/ 21.01	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	7,6/ 4,3	4,8/ 5,2	36,4/ 43,6	203,3/ 219
409.08	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,3	0,1	12,8	54,6
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,4	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
403.22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	18,1	15,3	36,3	278,2
304.05/ 304	Кисломолочный напиток/Ряженка	150	200	4,4/ 5,8	3,8/ 5	6,3/ 8,4	76,4/ 101,8
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>				

*Группировочная ведомость к отчету*

Завтрак			Обед №1		Полдник	
7-11 лет (индивидуально)	7-11 лет (родительские заявки)	12-18 лет (родительские заявки)	7-11 лет (индивидуально)	12-18 лет (индивидуально)	7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством \_\_\_\_\_

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

