

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

Ильин улн 5 ил. С.М. Курова

МЕНЮ

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

День недели: Среда  
(позднее 2)

Дата: 13 09 2023



№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18		Энергетическая ценность
				Валн	Жиры	
<b>ЗАВТРАК</b>						
2012	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	120	120	0,5	0,5	11,8
310/19/210/17/33/1	Вареники из творога с вишней с молоком тушеным	130/30	170/30	17,7/22,4	17,4/22	55/66,8
695/11	Какао с молоком	200	200	4,7	3,5	12,5
0,34/0,33	Хлеб пшеничный	20	30	1,5/2,3	0,2	9,8/14,8
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>			

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Пищевые вещества 7-11/11-18		Энергетическая ценность блюда
				Валн	Жиры	
0,05	Закуска овощная	30	30	0,5	1	15,2
102/18/102/05	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	250	7,9/1	4,7/5,9	15/18,8
33,23/33/07	Котлеты «Аппетитные» с соусом овощным с томатом	90	90	17,7/19,7	17/18,9	17,2/19,2
255/17/255/14	Рис отварной с овощами	150	180	3,2/3,8	3,7/6,8	26/31,2
75/20	Чай с сахаром и лимоном	200	200	0,4	0,1	5,2
1	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>			

ПОЛДНИК

1,90	Салат - коктейль фруктовый с сахарной пудрой	50	50	0,3	0,2	6
476/08	Мучное кулинарное изделие/ Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5,3	3,4	43,4
0,20/12	Напиток из яблок и лимона	200	200	0,2	0,1	6,2
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>			
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>						
3,00/1	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	9,8
401/29/114/8	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой (молоко тушенное)	200/30	200/30	10,3/5	6,2/1	72,2/1
310/03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,5	0,3	5,6
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>83 руб.</b>			

Группировочная ведомость к отчету

№ рецептуры	Наименование	Обед №1 (7-11 лет)	Обед №1 (12-18 лет)	Полдник (7-11 лет)	Полдник (12-18 лет)	Уплотненный полдник (вторая смена)
311/1	Завтрак (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	
<b>Итого</b>						

Заведующая производством: Куркина С.А.  
Руководитель образовательного учреждения: Черемнова Е.В.

И.О.

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

Ильин улн 5 ил. С.М. Курова

МЕНЮ

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

День недели: Четверг  
(позднее 2)

Дата: 14 09 2023 г



№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18		Энергетическая ценность
				Валн	Жиры	
<b>ЗАВТРАК</b>						
118/06	Морковь в нарезке	50	60	0,7/0,8	0,1	3,5/4,1
379/30/279/41	Тертые «Детские» с овощами тушеными	60	90	9,0/12,5	12,8/16,6	13,1/17,4
332/26	Макаронные изделия отварные	150	150	5,3	4,9	32,8
430/1	Чай витаминизированный	200	200	0,6	0,2	7
0,08/237	Хлеб пшеничный	40	60	3/4,6	0,3/0,5	19,7/29,5
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>			

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Пищевые вещества 7-11/11-18		Энергетическая ценность блюда
				Валн	Жиры	
131,05	Яйцо отварное со свежим огурцом	20/10	20/10	2,6	2,3	0,3
140,11/140,36	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	3,4/6,7	3,5/6,8	13,5/19,4
34/01	Фрикадельки «Детские» тушеные с соусом овощным	90	90	10,1	19,2	14,2
171,57/149,2	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7,1/9,3	3,7/4,4	31,2/40,6
319/91	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	23,3
1	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>			

ПОЛДНИК

401/22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	10,1	15,3	50,3
304/03/304	Кисломолочный напиток/ Ряженка	150	200	4,4/5,8	3,8/5	6,5/8,4
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>			
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>						
322/2	Вяленет овощной	60	60	1	3,1	5,2
367/66	Мясной подлив с овощами	50	50	5,7	8,3	2,7
231/01	Каша пшеничная гарнирная с маслом сливочным	100	100	3,7	3,5	24,3
420/13	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,2	6,7
5/07	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2	0,4	10,3
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>83 руб.</b>			

Группировочная ведомость к отчету

№ рецептуры	Наименование	Обед №1 (7-11 лет)	Обед №1 (12-18 лет)	Полдник (7-11 лет)	Полдник (12-18 лет)	Уплотненный полдник (вторая смена)
311/1	Завтрак (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	
<b>Итого</b>						

Заведующая производством: Куркина С.А.  
Руководитель образовательного учреждения: Черемнова Е.В.

И.О.



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**  
*МБОУ ссс в 5 кл. С.М. Курова*

**МЕНЮ**

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

День недели: **Понедельник**  
(неделя 2)

Дата: **11 сентября 2023 г**

**АЛЬТЕРНАТИВА**  
ПРОДУКТОВО-ПИЩЕВЫЕ  
ИЗДЕЛИЯ

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11лет-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
1902/19039	Салат «Фруктовый» с сахарной пудрой	100	120	0,7/0,8	0,3/0,4	12/14,3	53,4/63,7
679/24	Блинчики с молоком стуженым	155/50	155/50	15,6	13,7	7,7/5	351,5
375/01	Чай черный с лимоном	200	200	0,6	0,2	7	32,4
6/32	Хлеб пшеничный	--	30	2,3	0,2	14,8	20,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
<b>Наименование</b>							
20/08	Салат из свежеты с маслом растительным	60	60	0,9	2,3	5,5	46,8
124/41 124,56/33/11	Щи из свежей капусты картофелем и сметаной	200/10	250/5	47/3,8	3,6/7	17/7,1	92,2/113,3
301/76	Крокеты «Детские», запеченные с овощами	90	90	10,3	16,9	21,3	335,1
312,80/332/8	Макаронные изделия отварные	150	180	5,8/6,4	4,9/5,9	32,8/39,4	196,8/210,2
340/10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,38	0	25,12	102
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11лет-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ПОЛДНИК</b>							
305/03	Драники с соусом сметанным	--	50/10	1,99	5,47	11,20	102,1
456/31	Мучное кулинарное изделие / Пирожок печеный с мясОВОШНОЙ начинкой	100	100	11,6	7,9	41,9	284,9
420/13	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,2	6,7	29,1
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
51/01	Салат из моркови с яблоками	50	50	0,6	1,1	4,2	28,1
310/1	Сырники творожные со сладкой подливкой из стуженного молока	120/30	120/30	19	15	29,9	329,8
420/13	Напиток витаминизированный	200	200	0,2	0,1	15,3	99,7
6/34	Хлеб пшеничный	20	20	2,3	0,2	14,6	20,5
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>83 руб.</b>				

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11лет-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
79/02	Мучное кулинарное изделие/ Шанежка наливная	80	80	8	4,5	37,1	200,4
51/27/ 173,26	Каша пшеничная с маслом сливочным	200	250	7,0/8,9	9,7/12,2	33,3/40,4	343,5/396,8
305/03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,3	0,3	5,6	36,7
6/34	Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	9,8	46,9
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
<b>Наименование</b>							
34/35	Овощная нарезка (помидоры, огурцы)	30	50	0,3/0,3	0,0/1	11,7	58/9,7
8/31	Свекольник «Классический»	250	250	3,7	7,8	12,1	141,7
392,24/ 351/02	Пельмени «Детские» отварные с соусом овощным с томатам	150/50	150/50	23,7	27,1	49,6	343,3
4/9	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	3,2	33,3
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
318/08	Фруктовая нарезка/ Яблоко	--	50	0,2	0,2	6,7	29,3
422/28	Мучное кулинарное изделие /Эчпочмак	100	100	8,4	6,8	33,4	229,4
519/01	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,1	0,1	6,4	36,8
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
520/37/ 271,06	Крокеты картофельные с соусом сметано-томатным	130/30	130/30	5,6	17,6	35,8	330,1
693/31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожным фаршем	100	100	10,8	5,4	41,9	310,9
4/9	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	3,2	33,3
5/08	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	0,2	6,8	36,2
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>83 руб.</b>				

**Группировочная таблица к меню**

7-11 лет (составляющая меню) 12-18 лет (составляющая меню)

Завтрак 12-18 лет (комплекс)

Обед №1 7-11 лет (комплекс) 12-18 лет (комплекс)

Полдник 12-18 лет (комплекс)

Уплотненный полдник (вторая смена)

Заслуживает похвалы *С.А. Курова*

Руководитель образовательного учреждения *С.А. Курова*

*И.О. Курова*

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**  
*МБОУ ссс в 5 кл. С.М. Курова*

**МЕНЮ**

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

День недели: **Вторник**  
(неделя 2)

Дата: **18 09 2023**

**АЛЬТЕРНАТИВА**  
ПРОДУКТОВО-ПИЩЕВЫЕ  
ИЗДЕЛИЯ

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11лет-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
79/02	Мучное кулинарное изделие/ Шанежка наливная	80	80	8	4,5	37,1	200,4
51/27/ 173,26	Каша пшеничная с маслом сливочным	200	250	7,0/8,9	9,7/12,2	33,3/40,4	343,5/396,8
305/03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,3	0,3	5,6	36,7
6/34	Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	9,8	46,9
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
<b>Наименование</b>							
34/35	Овощная нарезка (помидоры, огурцы)	30	50	0,3/0,3	0,0/1	11,7	58/9,7
8/31	Свекольник «Классический»	250	250	3,7	7,8	12,1	141,7
392,24/ 351/02	Пельмени «Детские» отварные с соусом овощным с томатам	150/50	150/50	23,7	27,1	49,6	343,3
4/9	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	3,2	33,3
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
318/08	Фруктовая нарезка/ Яблоко	--	50	0,2	0,2	6,7	29,3
422/28	Мучное кулинарное изделие /Эчпочмак	100	100	8,4	6,8	33,4	229,4
519/01	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,1	0,1	6,4	36,8
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
520/37/ 271,06	Крокеты картофельные с соусом сметано-томатным	130/30	130/30	5,6	17,6	35,8	330,1
693/31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожным фаршем	100	100	10,8	5,4	41,9	310,9
4/9	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	3,2	33,3
5/08	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	0,2	6,8	36,2
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>83 руб.</b>				

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11лет-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ПОЛДНИК</b>							
318/08	Фруктовая нарезка/ Яблоко	--	50	0,2	0,2	6,7	29,3
422/28	Мучное кулинарное изделие /Эчпочмак	100	100	8,4	6,8	33,4	229,4
519/01	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,1	0,1	6,4	36,8
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
520/37/ 271,06	Крокеты картофельные с соусом сметано-томатным	130/30	130/30	5,6	17,6	35,8	330,1
693/31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожным фаршем	100	100	10,8	5,4	41,9	310,9
4/9	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	3,2	33,3
5/08	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	0,2	6,8	36,2
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>83 руб.</b>				

**Группировочная таблица к меню**

7-11 лет (составляющая меню) 12-18 лет (составляющая меню)

Завтрак 12-18 лет (комплекс)

Обед №1 7-11 лет (комплекс) 12-18 лет (комплекс)

Полдник 12-18 лет (комплекс)

Уплотненный полдник (вторая смена)

Заслуживает похвалы *С.А. Курова*

Руководитель образовательного учреждения *С.А. Курова*

*И.О. Курова*

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

ИВЗУ сша 5 чч. С.М. Кирова

МЕНЮ

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

День недели: Пятница  
(неделя 2)  
Дата: 15 09 2023

№ рецептуры	Наименование	Выход		Полное количество		Энергетическая ценность
		7-11 лет	11-18 лет	7-11 лет	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
28.12	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	120	120	1,1	9,7	45,4
2192/21913/62.01	Сырники из творога со сладкой подливкой	120/50	160/50	31,1	17,8	29,5
450	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	1,5
6.23/0.08	Хлеб пшеничный	30	40	22,3	0,2/0,3	14,8/19,7
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб. 90 руб.</b>				<b>70,3/93,8</b>

Наименование	Обед		Энергетическая ценность блюда				
	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Обед	Энергетическая ценность			
18.06	Нарезка овощная «Ассорти»	30	30	0,4	0	1,1	6,2
154.75/155.76	Суп картофельный с клецками	200	250	7,4/9,27	3,9/4,92	20,1/25,07	145,1/101,4
279.59	Тефтели «Новинка» с овощами тушеными	90	90	12,3	17,3	15,3	266,3
518.82/318.05	Картофель отварной с маслом сливочным	150	180	41,4/4,9	5/6	24,2/20,1	158,1/189,8
407	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	20,2	86,6
3	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб. 119 руб.</b>					

ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)					
530.30	Крокеты картофельные	50	2,2	12,6	101,8		
348.36	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с зеленым луком и яйцом	100	100	9,7	38,9	254,5	
345.78	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,2	0,1	6,7	28,3
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб. 52 руб.</b>					
35.01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	45	
672.06/214.09	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	6,6	11,1	34,4	265,6	
375.01	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	6,6	22,9	
3.07	Хлеб ржано-пшеничный	30	3	0,4	10,7	54,3	
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>83 руб.</b>					

Группированная ведомость к отчету

Завтрак	Обед №1		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
	12-18 лет (полдник)		7-11 лет	12-18 лет	



Суп Дуринко С.А.  
И.М. Кирова  
И.М. Кирова

8.8.