

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Понедельник  
(неделя 3)  
Дата: 13 мая 2024 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пашмак вычета 7.11.17-18г.			Энергетическая ценность блюда
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
2012	Фрукт в нарезке или Фруктовый салат	100	120	0,3	0,5	11,8	53,3
672,06 23,409	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	150/30	150/30	6,68	11,133	34,4024	353,6
363,03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,3	0,3	5,6	26,7
0,325,01	Хлеб пшеничный	30	50	2,058	0,2034	14,8246	117,2
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) (брикетный)	Обед №1 (11-18 лет) (комплекс)	Пашмак вычета 7.11.17-18г.			Энергетическая ценность блюда
				Белки	Жиры	Углеводы	
1002	Салат из свежей капусты с огурцом «Зайчик»	60	60	0,37	0,19	3,46	25,75
140,11 140,36	Суп картофельный с вермишелью	200	250	27,71	72,9	1217,51	135,9
33,09	Бытчки тушеные с овощами	90	90	9,56	12,03	6,17	198,83
74,20 74,21	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	74,93	7,84	35,9	229,4
519,09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	12,8	54,6
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>125 руб.</b>				

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) (брикетный)	Обед №1 (11-18 лет) (комплекс)	Пашмак вычета 7.11.17-18г.			Энергетическая ценность блюда
				Белки	Жиры	Углеводы	
338,68	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	--	50	0,2	0,2	6,7	29,3
432,24	Мучное кондитерское изделие/ Эпшчмак	100	100	8,6	6,4	33,4	229,4
420,17	Напиток из яблок	200	200	0,4	0	29,5	119,6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
38,01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	9,8	45
401,25 11,18	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой	200/30	200/30	10,35	6,21	72,21	395,58
450	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	6,6	27,9
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>83 руб.</b>				

Группировочная стоимость комплексов:

7-11 лет (комплексное питание)	Обед №1 (12-18 лет (комплекс))	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет	12-18 лет	13-16 лет	
120,30 руб.	125 руб.	52 руб.	83 руб.

Завсучующая производственная

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Вторник  
(неделя 3)  
Дата: 14.05.2024 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пашмак вычета 7.11.17-18г.			Энергетическая ценность блюда
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
3,073	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	20	2,3746	3,59	0	35,8
901,01	Масло сливочное порционно	10	10	0,1	7,3	0,1	66,1
342,80 245,81	Каша молочная из смеси круп «Дружба»	220	250	6,38686	6,32863	36,330981	271,924
693,11	Какао с молоком	200	200	3,16	3,46	20,69	120,35
0,1154,46	Хлеб пшеничный	60	70	4,653	0,506	29,5344	146,6
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) (брикетный)	Обед №1 (11-18 лет) (комплекс)	Пашмак вычета 7.11.17-18г.			Энергетическая ценность блюда
				Белки	Жиры	Углеводы	
137	Салат фруктовый	60	60	1,86	1,99	7,84	36,78
184,05 66,02	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	5,164	4,536	10,8136	102,9
436,09	Картофель, тушеный с маслом рубленым	250	250	12,04	33,8	333,87	333,87
409,22	Компот из фруктов	200	200	0,2	0,1	20,1	82,1
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>125 руб.</b>				

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) (брикетный)	Обед №1 (11-18 лет) (комплекс)	Пашмак вычета 7.11.17-18г.			Энергетическая ценность блюда
				Белки	Жиры	Углеводы	
502	Крокеты картофельные	--	50	2,19	5,16	11,64	101,9
695,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	100	100	10,8	5,4	41,9	299,9
345,79	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,4	0	6,4	27,6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
43,37	Салат «Витаминный» с зеленым горошком	50	50	0,79	3,62	2,91	48,17
202,30 331,06	Макароник с мясными изделиями с соусом сметано-томатным	150/30	150/30	13,2	12	32,6	342,8
420,17	Напиток из яблок	200	200	0,4	0	29,5	119,6
507	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2	0,4	10,3	54,3
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>83 руб.</b>				

Группировочная стоимость комплексов:

7-11 лет (комплексное питание)	Обед №1 (12-18 лет (комплекс))	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет	12-18 лет	13-16 лет	
120,30 руб.	125 руб.	52 руб.	83 руб.

Завсучующая производственная

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



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

День недели: Среда  
(неделя 3)  
Дата: « 15 » мая 2024 г.

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Питательные вещества 7-11 лет			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
301.2	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	2,3/4,6	31,9	0	35,8/71,7
901.01	Масло сливочное порционно	10	0,1	7,2	0,1	66,1
33,27/17,26	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	220	6,38/6,86	6,2/6,63	36,3/39,81	227,19/244,05
430	Чай с сахаром	200	0,4	0,1	5,2	23,7
0,1/5,46	Хлеб пшеничный	60	4,6/5,3	0,5/0,6	29,5/34,4	140,6/164,1
<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)	Энергетическая ценность блюда		
				Белки	Жиры	Углеводы
302.2	Салат из свежих овощей с маслом растительным	60	4,3	7,5	4,6	102,6
124,4/124,56	Ши из свежей капусты с картофелем	200	4,4/5,5	3,3/6,6	6,8/8,5	92,6/113,7
358.72	Котлета из печени с овощами тушеными	90	14,96	21	11,84	292,27
332,26/372,23	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,3/6,4	4,9/5,9	32,4/39,4	196,8/236,2
349.10	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	25,1	102
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>125 руб.</b>			

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	
338.08	Фруктовая нарезка/ Яблоко	--	50	0,3	0,2	6	26,5
476.08	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с яблоками	100	100	5,3	3,4	43,4	225,4
407	Сок фруктовый	200	200	1	0	25,4	105,6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
332,23/341,07	Котлета под соусом овощным с томатом	50/10	8,24	9,48	4,07	134,04	
312,28	Картофельное пюре с маслом сливочным	120	2,60	7,69	15,11	145,2	
695,20	Мучное кондитерское изделие/ Вагрушка с творожной начинкой	75	8,93	9,55	3,88	275,14	
430	Чай с сахаром	200	0,4	0,1	5,2	23,3	
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>83 руб.</b>					

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



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

День недели: Четверг  
(неделя 3)  
Дата: « 16 » мая 2024 г.

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Питательные вещества 7-11 лет			Энергетическая ценность блюда
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
50.32	Булочка закусочная с сыром	100	9,6	7,2	40,8	266,2
71,17/71,27	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	7,9/8,7	11,6/12,8	33,7/37	270,6/297,7
303.03	Кофейный напиток с сахаром	200	0,5	0,3	5,6	26,7
0,34/0,35	Хлеб пшеничный	20	1,5/2,3	0,2	9,8/14,8	46,9/74,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	
36.38	Салат из свежих помидор и огурцов с маслом растительным	60	60	1,00	2,99	5,44	54
99,79/99,91	Суп овощной «Легкий»	200	250	5,2/6,3	4,5/5,6	9/11,3	97,2/121,6
275,58	Ленивые голубцы, запеченные под соусом сметано-томатным	230	250	14,1	18,6	19,6	392,3
490,12	Напиток из яблок	200	200	0,1	0,1	15,3	62,2
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>125 руб.</b>				

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	
309,03	Дрэнки с соусом сметанным	--	50/10	1,90	5,47	11,28	102,1
738,36	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с зеленым луком и яйцом	100	100	11,6	7,9	41,9	284,9
410	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	6,6	27,9
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	45	
679,06/234,09	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	150/30	8	13,3	42,4	321	
409,08	Напиток из фруктово-ягодной смеси	200	0,5	0,1	12,8	54,6	
5,08	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	6,8	36,2	
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>83 руб.</b>					

Группировочная ведомость по меню

Завтрак 7-11 лет 83 руб. 12-18 лет 90 руб. (суммарное питание) (объемы в граммах) (объемы в штуках)

Обед №1 7-11 лет 120,30 руб. 12-18 лет 125 руб. (суммарное питание) (объемы в граммах) (объемы в штуках)

Полдник 7-11 лет 42 руб. 12-18 лет 52 руб.

Уплотненный полдник (вторая смена) 83 руб.

Заведующая производством: [Подпись]

Руководитель образовательного учреждения: [Подпись]

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**

	День недели: <b>Пятница</b> (неделя 3) Дата: <b>18.05.2024 г.</b>	Утверждаю: Генеральный директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» А.В. Толмачев
---	---	---

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 лет / 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
383	Овощи натуральные порционно/ Огурец свежий	20	30	1,03	2,99	5,44	54
380,19	Омлет натуральный с маслом сливочным	100	150	12,7	18	3,2	225,5
74,28	Каша гречневая с маслом сливочным	150	200	7,8	7	33,9	229,4
400	Чай с сахаром	200	30	0,2	0,1	6,6	27,9
5,01	Хлеб пшеничный	30	70	3,8	0,4	24,6	117,2
	<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>	<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				

№ рецептуры	Наименование	Объем (7-11 лет)	Объем №1 (11-18 лет)	Пищевые вещества 7-11 лет / 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ОБЕД</b>							
72,20	Винегрет овощной	60	60	0,95	3,1	5,17	52,68
140,11/140,56	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	5,4/6,7	5,5/6,9	15,5/19,4	133,3/166,7
239,48	Тефтели из рыбы с овощами тушеными	90	90	15,3	10,9	21,7	284,5
3357,1,10	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,6/4,2	4,8/5,2	36,4/42,0	205,5/235
409,23	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	12,8	54,6
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,5	0,6	19,8	93,8
	<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>	<b>120,30 руб.</b>	<b>125 руб.</b>				

№ рецептуры	Наименование	Объем (7-11 лет)	Объем №1 (11-18 лет)	Пищевые вещества 7-11 лет / 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ПОЛДНИК</b>							
40,22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	10,1	15,3	50,3	379,2
480	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	6,6	27,9
	<b>Итого стоимость полдника:</b>	<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				

№ рецептуры	Наименование	Объем (7-11 лет)	Объем №1 (11-18 лет)	Пищевые вещества 7-11 лет / 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
20,22	Салат из свеклы с маслом растительным	60	60	4,5	7,5	4,6	102,5
455,18/331,03	Ленивые голубцы под соусом сметано-томатным	160/30	160/30	11,12	11,31	19,56	282,68
400	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	21,3
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,5	0,6	19,8	97,8
	<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>	<b>83 руб.</b>	<b>83 руб.</b>				

**Группировочная ведомость № 001/2024 от 18.05.2024 г.**

7-11 лет (составное питание)	Завтрак	Объем №1 7-11 лет (дополнительно)	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
		7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством \_\_\_\_\_  
 Руководитель образовательной организации \_\_\_\_\_

