

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



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

Дата: 04.12.2023 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность (г/100 г)			Энергетическая ценность
				Белок	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28.11	Фрукт порционно/ Яблоко	130	130	2	0,7	27,3	22,9
340.19/340.17	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	200	12,7/16,9	18/24	3,2/4,3	225,5/300,7
490.12	Чай витаминизированный	200	200	6,5	0,1	4,6	21,1
5.01	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) (компл.есть)	Обед №1 (11-18 лет) (компл.есть)	Энергетическая ценность блюда					
				Белок	Жиры	Углеводы	Вит. А	Вит. В	Вит. С
26.08	Салат из свеклы с маслом растительным	60	60	0,9	2,5	5,3			46,8
124.41/124.59	Щи из свежей капусты картофелем и сметаной	200/10	250/5	4,7/5,8	5,6/7	5,7/7,1			92,2/115,3
267.77	Крокеты, запеченные с овощами	90	90	17,35	11,85	5,96			234,17
332.29/332.28	Макаронные изделия отварные	150	180	5,3/6,4	4,9/5,9	32,8/39,4			196,8/236,2
349.19	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,38	0	25,12			102
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,5			97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.						

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда					
				Белок	Жиры	Углеводы	Вит. А	Вит. В	Вит. С
3003.03	Драники с соусом сметанным	—	50/10	1,93	5,47	11,28			102,1
456.21	Мучное кулинарное изделие / Пирожок печеный с мясо-овощной начинкой	100	100	11,6	7,9	41,9			284,9
430.13	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,2	6,7			29,1
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.						

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда					
				Белок	Жиры	Углеводы	Вит. А	Вит. В	Вит. С
51.01	Салат из моркови с яблоками	50	50	0,6	1,1	4,2			28,1
219.1	Сырники творожные со сладкой подливкой из сгущенного молока	120/30	120/30	19	15	29,9			329,8
430.11	Напиток витаминизированный	200	200	0,2	0,2	15,5			59,7
0.34	Хлеб пшеничный	20	20	2,3	0,2	14,5			70,5
Итого стоимость полдника:		83 руб.	83 руб.						

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: **Вторник**
(неделя 2)

Дата: 05.12.2023 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11/11-18л			Энергетическая ценность
				Белок	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
50.32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	7,2	40,8	266,2
53.27/173.26	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	250	7,1/8,9	9,7/12,2	32,3/40,4	245,3/306,8
303.03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,5	0,3	5,6	26,7
0.34	Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	9,8	46,9
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) (компл.есть)	Обед №1 (11-18 лет) (компл.есть)	Энергетическая ценность блюда					
				Белок	Жиры	Углеводы	Вит. А	Вит. В	Вит. С
117	Салат овощной	60	60	1,09	3,07	3,04			44,08
81.21/81.84	Свекольник «Классический»	250	300	5,7/6,84	7,8/9,36	12,1/14,52			141,7/170,04
392.24/331.02	Пельмени «Аппетитные» отварные с соусом овощным с томатом	150/50	150/50	25,7	27,1	49,6			545,5
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
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.						

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда					
				Белок	Жиры	Углеводы	Вит. А	Вит. В	Вит. С
338.08	Фруктовая нарезка / Яблоко	—	50	0,2	0,2	6,7			29,3
432.28	Мучное кулинарное изделие / Эчпочмак	100	100	8,6	6,8	33,4			229,4
519.01	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,1	0,1	6,4			26,8
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.						

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда					
				Белок	Жиры	Углеводы	Вит. А	Вит. В	Вит. С
520.31/331.06	Крокеты картофельные с соусом сметано-томатным	130/30	130/30	5,6	17,6	35,8			330,1
695.31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	100	100	10,8	5,4	41,9			259,9
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2			23,3
5.08	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	0,2	6,8			36,2
Итого стоимость уплотненного полдника:		83 руб.	83 руб.						

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Четверг
(неделя 2)

Дата: « 7 » 12 2023 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
118,06	Морковь в нарезке	50	60	0,7/0,8	0,1	3,5/4,1	16,9/20,2
279,61/279,58	Тефтели с овощами тушеными	60	90	9,4/12,5	12,4/16,6	13,1/17,4	201,5/268,7
332,26	Макаронные изделия отварные	150	150	5,3	4,9	32,8	196,8
430,1	Чай витаминизированный	200	200	0,6	0,2	7	32,4
0,08/5,37	Хлеб пшеничный	40	60	3/4,6	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) Выходный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
72,22	Винегрет овощной	60	60	0,95	3,10	5,17	52,68
140,11/140,36	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	5,4/6,7	5,5/6,9	15,5/19,4	133,3/166,7
34,01	Фрикадельки тушеные с соусом овощным	90	90	10,1	13,2	14,2	215,7
74,20/74,21	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7,1/9,3	3,7/8,4	31,2/40,6	186,3/275,3
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
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК							
401,22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	10,1	15,3	50,3	379,2
304,05/304	Кисломолочный напиток/ Ряженка	150	200	4,4/5,8	3,8/5	6,3/8,4	76,4/101,8
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28,07	Фруктовая нарезка/ Яблоко	60		0,2	0,2	5,9	26,6
267,66	Мясной подлив с овощами	50		5,7	8,3	2,7	110,3
221,01	Каша пшеничная гарнирная с маслом сливочным	100		3,7	3,5	21,3	131,9
420,13	Напиток из яблок	200		0,2	0,2	6,7	29,1
5,07	Хлеб ржано-пшеничный	30		2	0,4	10,3	54,3
Итого стоимость уплотненного полдника:		83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
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: Среда
(неделя 2)

Дата: « 08 » 12 2023 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28,12	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
219,19/219,17/331,1	Вареники из творога с молочным сладким соусом	130/30	170/30	17,7/22,4	17,4/22	55/66,8	446,8/554,1
693,11	Какао с молоком	200	200	4,7	3,5	12,5	100,4
0,34/0,33	Хлеб пшеничный	20	30	1,5/2,3	0,2	9,8/14,8	46,9/70,3
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				
ОБЕД							
Наименование		Обед (7-11 лет) Выходный	Обед (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
43,10	Салат из свежей капусты с морковью	60	60	0,44	0,02	2,36	11,6
102,08/102,05	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	250	7/9,1	4,7/5,9	15/18,8	131,9/164,8
33,22/331,07	Котлета «Аппетитная» с соусом овощным с томатом	90	90	17,7/19,7	17/18,9	17,2/19,2	293/325,5
255,13/255,14	Рис отварной с овощами	150	180	3,2/3,8	5,7/6,8	26/31,2	167,8/201,4
375,01	Чай с сахаром и лимоном	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК							
120,30	Салат фруктовый с сахарной пудрой	---	50	0,3	0,2	6	26,5
476,08	Мучное кулинарное изделие/ Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5,3	3,4	43,4	225,4
420,12	Напиток из яблок и лимона	200	200	0,2	0,1	6,2	26,4
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко		100	0,4	0,4	9,8	45
401,20/11,18	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой		200/30	10,35	6,21	72,21	389,58
303,03	Кофейный напиток с сахаром		200	0,5	0,3	5,6	26,7
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
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 2)

Дата: « 8 » 12 2023 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность
				Белок	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28,12	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	120	120	1,1	0,2	9,7	45,4
219,2/ 219,15/ 621,01	Сырники из творога со сладкой подливкой	120/50	160/50	31,3	17,8	29,5	403,5
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	15	62,4
0,33/ 0,08	Хлеб пшеничный	30	40	2,3/3	0,2/0,3	14,8/ 19,7	70,3/ 93,8
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				
ОБЕД							
	Наименование	Обед (7-11 лет) Выходные	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
43,33	Салат «Витаминный»	60	60	0,62	0,11	3,06	15,7
155,75/155,76	Суп картофельный с клецками	200	250	7,4/ 9,27	3,9/ 4,92	20,1/ 25,07	145,1/ 181,4
279,39	Тефтели «Новинка» с овощами тушеными	90	90	12,3	17,3	15,3	266,3
518,02/ 518,05	Картофель отварной с маслом сливочным	150	180	4,1/ 4,9	5/ 6	24,2/ 29,1	158,1/ 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
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК							
520,20	Крокеты картофельные	---	50	2,2	5,2	11,6	101,8
456,31	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печёный мясо-капустный	100	100	9,7	6,7	38,9	254,5
345,79	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,2	0,1	6,7	28,5
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко		100	0,4	0,4	9,8	45
672,06/ 234,09	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным		120/30	6,6	11,1	34,4	263,6
375,01	Чай с лимоном		200	0,2	0,1	6,6	27,9
5,07	Хлеб ржано-пшеничный		30	2	0,4	10,3	54,3
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительский план)	12-18 лет (родительский план)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет		

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____

