

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 1)

Дата: « 23 » января 2024 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28,12	Фрукт порционно: Яблоко	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
672,06/ 672,05/ 234,09	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	6,68	11,1/13,3	34,4/42,4	263,6/ 321
303,16	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,9	2,9	11,2	86
0,337,01	Хлеб пшеничный	30	50	2,3/3,8	0,2/0,4	14,8/24,6	70,3/ 117,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
62,02	Салат из моркови с маслом растительным	60	60	0,74	0,66	7,75	38,62
184,05/ 66,02	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	5,1/6,4	4,5/5,6	10,8/13,6	103,9/ 129,8
33,22/ 331,07	Котлеты «Аппетитные» с соусом овощным с томатом	90	90	17,7/19,7	17/18,9	17,2/19,2	293/325,5
330,02/ 250,06	Гороховое пюре	150	180	7,1/9,3	3,7/8,4	31,2/40,6	186,3/ 275,3
409,22	Компот из фруктов	200	200	0,2	0,1	20,1	82,4
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
520,2	Крокеты картофельные	—	50	2,19	5,16	11,64	101,9
432,28	Мучное кондитерское изделие/ Эчпочмак	100	100	8,6	6,8	33,4	229,4
345,79	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,4	0	6,4	27,6
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
47,12	Салат «Березка» с маслом растительным	50	50	1,9	3,2	2	44,3
202,58/ 331,06	Макароник с мясным 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
5,07	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2	0,4	10,3	54,3
Итого стоимость ужина:		83 руб.	83 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 1)

Дата: 22 января 2024 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
3,01/3	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	20	2,3/4,6	3/5,9	0	35,8/71,7
901,01	Масло сливочное порционно	10	10	0,1	7,3	0,1	66,1
345,80/345,81	Каша молочная из смеси круп «Дружба»	220	250	6,38/6,86	6,32/6,63	36,33/39,81	227,19/244,05
693,11	Какао с молоком	200	200	3,16	3,46	20,09	120,55
0,1/5,46	Хлеб пшеничный	60	70	4,6/5,3	0,5/0,6	29,5/34,4	140,6/ 164,1
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
117	Салат овощной	60	60	1,09	3,07	3,04	44,08
140,11/140,36	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,7/7,1	7,2/9	12,1/15,1	155,9/ 169,9
33,09	Биточки «Селянские» тушёные с овощами	90	90	9,56	12,03	6,17	198,83
74,29/74,21	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7,8/9,3	7/8,4	33,9/40,6	229,4/ 275,3
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	19,5	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				

338,08	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	—	30	0,2	0,2	6,7	29,3
693,3	Мучное кондитерское изделие/ Вагрушка с творожной начинкой	100	100	10,8	5,4	41,9	239,9
420,7	Напиток из яблок	200	200	0,4	0	29,5	119,6
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	9,8	45
401,29/11,18	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой	200/30	200/30	10,35	6,21	72,21	389,58
375,01	Чай с лимоном	200	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Итого стоимость полдника:		83 руб.	83 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Среда
(неделя 1)
Дата: «24» 01 2024 г.

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
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							
51,01/51,76	Салат из моркови с яблоками	50	60	0,5/0,6	1,6/1,9	6,2/7,4	41,1/49,3
478,28	Картофельная запеканка с мясными рубленными изделиями под соусом сметанным	180/20	200/20	14,4/9,16/0,5	15,8/9,17,22	37,75/41,12	362/394,31
375,01	Чай черный с лимоном	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
0,08/5,37	Хлеб пшеничный	50	70	3,8/4,6	0,4/0,5	24,6/29,5	112,2/140,6
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	90 руб.				
ОБЕД							
Наименование	Обед (7-11 лет) индивидуал	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
50,09	Салат из свеклы с сыром	60	60	4,3	7,5	4,6	102,6
124,4/124,56	Ци из свежей капусты с картофелем	200	250	4,4/5,5	5,3/6,6	6,8/8,5	92,6/115,7
268,72	Котлета из печени с овощами тушёнными	90	90	14,96	21	11,84	292,27
333,26/332,28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	5,3/6,4	4,9/5,9	32,8/39,4	196,8/236,2
549,10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,4	0	25,1	102
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК							
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
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
33,23/331,07	Котлета «Аппетитная» 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 кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	75		8,93	9,55	38,8	275,14
430	Чай с сахаром	200		0,4	0,1	5,2	23,3
5	Хлеб ржано-пшеничный	50		3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость уплотнённого полдника:		83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Заведующая производством	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	

Руководитель образовательного учреждения

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Четверг
(неделя 1)
Дата: «25» 01 2024 г.

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
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							
50,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	7,2	40,8	266,2
71,13/71,27	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7,9/8,7	11,6/12,8	33,7/37	270,6/297,7
303,03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,5	0,3	5,6	26,7
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) индивидуал	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
43,33	Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой)	60	60	1,86	1,99	7,84	56,78
99,79/99,91	Суп овощной «Летний»	200	250	5,2/6,5	4,5/5,6	9/11,3	97,3/121,6
279,58	Тефтели с овощами тушеными	90	90	14,1	18,6	19,6	302,3
520,24/128,01	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/4,3	5,2/13,1	19,8/25,1	139,4/235,4
420,12	Напиток из яблок и лимона	200	200	0,1	0,1	15,3	62,2
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		114,86 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК							
3003,03	Драники с соусом сметанным	--	50/10	1,93	5,47	11,28	102,1
456,31	Мучное кулинарное изделие / Пирожок мясо-капустный	100	100	11,6	7,9	41,9	284,9
375,01	Чай с лимоном	200	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Итого стоимость полдника:		42 руб.	52 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко		100	0,4	0,4	9,8	45
672,08/234,09	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
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Заведующая производством	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 1)

Дата: 28.01. 2024 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
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28,11	Фрукт порционно/ Яблоко	130	130	2	0,7	27,3	122,9
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
430,12	Чай витаминизированный	200	200	0,5	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							
Наименование		Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
72,22	Винегрет овощной	60	60	0,95	3,1	5,17	52,68
392,21	Пельмени «Аппетитные» отварные с бульоном и зеленью	100/100	100/100	18	18,7	30,9	364,3
239,48	Тефтели из рыбы под соусом овощным	90	90	15,3	10,9	23,7	254,5
355/21,10	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,6/ 4,2	4,8/ 5,2	36,4/ 42,9	203,5/ 235
409,22	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
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)							
50,09	Салат из свеклы с сыром	60		4,3	7,5	4,6	102,6
455,18/ 331,03	Ленивые голубцы под соусом сметано-томатным	160/30		11,12	11,31	19,56	282,68
430	Чай с сахаром	200		0,4	0,1	5,2	23,3
5	Хлеб ржано- пшеничный	50		3,3	0,6	19,8	97,8
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 (образовательная плата)	12-18 лет (образовательная плата)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____

