

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Вторник  
(неделя 1)

Дата: 9 января 2024 г

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>										
3.01.3	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	20	2,3	4,6	3,5	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	
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	
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>							
<b>ОБЕД</b>										
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) выделенный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда						
				1.09	3.07	3.04	44.08			
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	
33.09	Биточки «Селянские» тушеные с овощами	90	90	9,56	12,03	6,17		198,83		
74.20 74.21	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7,8	9,3	7	8,4	33,9	40,6	
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>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>							
<b>ПОЛДНИК</b>										
338.08	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	--	50	0,2	0,2	6,7		29,3		
476.08	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с яблоками	100	100	5,3	3,4	43,4		225,4		
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>										
28.01	Фрукт порционно/ Яблоко		100	0,4	0,4	9,8		45		
401.29 11.18	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой		200/30	10,35	6,21	72,21		389,58		
375.01	Чай с лимоном		200	0,2	0,1	6,6		27,9		
<b>Итого стоимость полдника:</b>			<b>83 руб.</b>							

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Среда  
(неделя 1)

Дата: 10 января 2024 г

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>											
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
219.15 228.06	Сырники творожные с соусом молочным сладким	160/50	160/50	24,45	26,88	34,49		475,83			
475.01	Чай черный с лимоном	200	200	0,4	0,1	5,2		23,7			
0.08 5.37	Хлеб пшеничный	40	60	3,8	4,6	0,4	0,5	24,6	29,5	117,2	140,6
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>								
<b>ОБЕД</b>											
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) выделенный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда							
				4,3	7,5	4,6	102,6				
50.09	Салат из свеклы с сыром	60	60	4,3	7,5	4,6		102,6			
124.4 124.56	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	4,4	5,5	5,3	6,6	6,8	8,5	92,6	115,7
267.66	Мясной подлив с овощами тушенными	90	90	6,84	9,17	4,7		130,97			
332.26 332.28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	5,3	6,4	4,9	5,9	32,8	39,4	196,8	236,2
349.10	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			
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>								
<b>ПОЛДНИК</b>											
338.08	Фруктовая нарезка/ Яблоко	--	50	0,3	0,2	6		26,5			
695.31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	100	100	10,8	5,4	41,9		259,9			
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>											
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			
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>			<b>83 руб.</b>								

Группировочная ведомость к отчету

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


Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



**АЛЬТЕРНАТИВА**  
ПРЕДПРИЯТИЕ  
ЗДОРОВОГО  
ПИТАНИЯ

День недели: Четверг  
(неделя 1)

Дата: 11 января 2024г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
50.32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	7,2	40,8	266,2
71.13 71.29	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	0,4	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
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование		Обед (7-11 лет) индивидуал	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
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	5,3 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
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
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
<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
672.05 234.09	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 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**



**АЛЬТЕРНАТИВА**  
ПРЕДПРИЯТИЕ  
ЗДОРОВОГО  
ПИТАНИЯ

День недели: Пятница  
(неделя 1)

Дата: 12 января 2024г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
118.06	Морковь в нарезке	50	60	0,7 0,8	0,1	3,5 4,1	16,9 20,2
267.66	Мясной подлив с овощами	50	50	5,4	7,74	3,58	107,43
332.26 332.28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	5,3 6,4	4,9 5,9	32,8 39,4	196,8 236,2
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
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование		Обед (7-11 лет) индивидуал	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
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
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
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
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
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>			<b>83 руб.</b>				

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