

# ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

## МЕНЮ



День недели: Понедельник  
(неделя 1)

Дата: « 26 » декабря 2022 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	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	10	42,7
74,21/ 71,26	Каша с молоком овсяная с маслом сливочным	200	250	8,68/ 11,38	12,51	31,2/ 33,6	251,95/ 253,4
693,08	Какао с молоком	200	200	4,68	5,15	22,58	151,5
0,09	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,36	133,2/ 177,6
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				

<b>ОБЕД</b>								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
50,09/ 50	Салат из свеклы с сыром заправленный р/м	60	60	--	1,99	4,53	4,95	68,27
43,07	Салат из белокочанной капусты с морковью заправленный маслом растительным	--	--	60	1,9	2,5	7,83	61,7
102,16/ 102,05	Суп картофельный с горохом на бульоне и ржаными гренками	200/50	250/10	250/10	4,8/6,0	3,1/3,84	19,85/24,81	129,2/161,5
267,66	Крокеты, запеченные под сметано-томатным соусом	90	90	--	15,34	24,23	5,12	204,11
332,26/ 332,28	Макаронные изделия с маслом сливочным	150	180	--	5,7/6,8	3,43/4,11	36,45/ 43,74	270,31/ 228,38
267,65	Мясной подлив с овощами	--	--	50/30	12,8	7,6	40,5	280,2
21,10	Рис отварной с маслом сливочным	--	--	180	3,7	4,0	38,9	196,2
430	Чай с сахаром	--	--	200	0,2	0,05	15,01	57,5
519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	200	--	0,06	0,02	20,73	78,2
5,01	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>116,05 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				

<b>ПОЛДНИК</b>								
54,53	Салат «Леди» мясовощной заправленный сметаной	--	50		3,44	5,48	3,19	76,37
695,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с твороженной начинкой	100	100		12,8	7,6	40,5	280,5
407,0	Сок фруктовый	200	200		0,2	0,26	22,2	86,39
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>					

<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>								
267,73	Ромштекс «Школьный», запечённый под овощами		75/15		17,6	13,12	1,49	225,96
171,10	Пшеничный гарнир с маслом сливочным		150		3,7	4,0	38,9	196,2
430	Чай с сахаром		200		0,2	0,05	15,01	57,5
5,01	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,80	0,40	24,25	117,5
<b>Итого стоимость полдника:</b>			<b>83 руб.</b>					

**Группировочная ведомость к отчету**

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	
				1500			

Заведующая производством \_\_\_\_\_  
Руководитель образовательного учреждения \_\_\_\_\_



# ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

## МЕНЮ



День недели: Вторник  
(неделя 1)

Дата: «27» декабря 2022

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	
<b>ЗАВТРАК</b>							
3,02/ 3,00	Гастрономия /Сыр	15	20	2,32/ 4,64	2,95/ 5,9	0	36,4/ 72,8
71,22/ 4001,28	Каша молочная гречневая с маслом сливочным	220	250	10,6/11,09	14,38/ 15,78	42,24/40,8	327,01/ 380,2
303,23	Кофейный напиток с молоком	200	200	5,0	3,2	24,66	141,38
65,13/ 5,39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,36	133,2/ 177,6
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				

### ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
0,09	Салат «Фасолька» заправленный растительным маслом	60	60	---	1,67	2,35	9,75	64,39
171,19	Яйцо отварное с зеленым горошком	--	--	20/20	2,38	0,12	2,02	28,35
124,41/ 124,56	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной/ Щи из свежей капусты на бульоне	200/10	250	250	1,4/ 1,76	3,96/ 4,95	16,3/ 17,9	171,8/ 149,7
436,98	Картофель тушеный с мясом рубленый	--	--	230	3,25	9,25	22,02	138,76
239,48/ 239,50	Тефтели из рыбы тушеные в овощном соусе	90	90	--	21,12	27,11	35,22	329,3
520,24/ 500,25	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	--	3,25/ 3,90	9,25/ 11,1	22,02/ 26,42	138,76/ 164,11
349,10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	--	0,22	0	19,44	76,75
375,01	Чай с черным с лимоном	--	--	200	0,24	0,06	15,22	58,58
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>116,05 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				

### ПОЛДНИК

520,20	Крокеты картофельные	--	50		4,3	6,7	23,7	175,87
432,28	Мучное кулинарное изделие/Эчпочмак	100	100		8,04	5,88	35,5	230,25
409,07	Компот из яблок и ягод	200	200		1,00	0,00	20,20	79,8
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>					

### УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)

38,02	Фрукт порционно/ Яблоко	100			0,90	0,2	8,10	40,0
10,22	Омлет натуральный с маслом сливочным	150			11,38	8,3	2,89	140,3
551,01	Кисель фруктовый	200			0,03	0,02	18,62	73,23
5,01	Хлеб ржано-пшеничный	50			3,8	0,4	24,25	117,5
<b>Итого стоимость ужина:</b>		<b>83 руб.</b>						

#### Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Обед №2		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	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 1)

Дата: «28» декабря 2022

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	
<b>ЗАВТРАК</b>							
3,01	Гастрономия / Сыр порционно	10	10	2,32	2,95	0	36,40
786,04	Мучное кулинарное изделие / Булочка творожная	60	60	6,69	5,77	29	194,89
181,14/181,13	Каша молочная манная с маслом сливочным	200	250	7,12/8,9	11,68/14,6	31,06/38,8	257,63/ 322,03
351,01	Кисель фруктовый	200	200	0,03	0,02	18,62	73,23
9,37/5,39	Хлеб пшеничный	60	80	5/6,8	0,5/0,64	29,5/39,36	133,2/177,6
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83руб.</b>	<b>87руб.</b>				

<b>ОБЕД</b>							
№ рецептуры	Наименование	Обед №1 (7-11 лет) Бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда		
					Белки	Жиры	Углеводы
7,00	Салат «Витаминный» капуста и кукуруза заправленный растительным маслом	60	60	--	1,9	2,5	7,80
315,48	Закуска из рыбы/ Хлебец рыбный нарезанный с овощами	--	--	50	5,06	5,98	9,61
83,03/ 1184,02	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	250	1,37/2,34	2,12/2,65	8,76/10,95
267,68	Нагетсы «Детские» запеченные	--	--	90	12,52	16,2	43,0
392,28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	--	--	180	5,70	3,43	36,45
291,63/ 291,54	Плов с птицей	230	230	--	16,15	17,02	48,46
407	Сок фруктовый	200	200	--	0,2	0,26	22,2
430	Чай с сахаром	--	--	200	15,1	15,3	42,2
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>116,05 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119руб.</b>			

<b>ПОЛДНИК</b>							
3003,03	«Драники» с соусом сметанным	---	50/10		1,79	5,38	12,92
476,08	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с фруктовой начинкой (яблоко)	100	100		4,25	13,32	30,72
420,12	Напиток из яблок и лимона	200	200		0,06	0,04	13,17
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>				

<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
1,90	Салат фруктовый с сахарной пудрой		50		0,00	0,15	4,48
401,14	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой (молоко гущённое)		200/30		10,35	6,21	72,21
349,10	Компот из смеси сухофруктов		200		0,22	0	19,44
<b>Итого стоимость уплотнённого полдника:</b>			<b>83 руб.</b>				

**Группировочная ведомость к отчету**

Завтрак			Обед №1	Обед № 2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством \_\_\_\_\_

Руководитель образовательного учреждения \_\_\_\_\_

