

# ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

## МЕНЮ



День недели: Вторник  
(неделя 1)

Дата: « 01 » ноября 2022

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	
<b>ЗАВТРАК</b>							
3.02	Гастрономия /Сыр	15	20	2,3	2,3	0,14	31,4
71,22.4001.28	Каша молочная гречневая с маслом сливочным	220	250	10,6/11,09	14,3/15,78	42,24/40,8	327,01/318,03
303.23	Кофейный напиток с молоком	200	200	5,0	3,2	24,66	141,38
65.13/5.39	Хлеб пшеничный	60	80	4,94/5,35	0,52/0,66	31,98/35,6	144,3/146,1
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				

### ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед (11-18 лет) Родительский/Рациональный	Обед № 2 Родительский плата	Энергетическая ценность блюда			
					Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
0.09	Салат «Фасолька» заправленный растительным маслом	60	60	--	1,67	2,35	2,26	64,39
171.05	Яйцо отварное со свежим огурцом	--	--	20/10	2,38	0,12	2,02	28,3
124.41/124.50	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	200/10	250/10	--	5,16/3,30	4,16/5,20	19,13/23,87	136,3/120,4
7013.16	Бефстроганов из птицы	--	--	60/30	15	18,3	4,4	240,4
239.48/239.50	Тефтели из рыбы тушеные в овощном соусе	90	90	--	11,91	9,50	20,22	200,86
520.24/520.25	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	150	3,25/3,90	9,25/11,3	22,02/26,42	138,76/168,11
349.10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	--	0,2	0	19,44	76,8
430	Чай с сахаром	--	--	200	0,2	0,1	15	56,9
432.28	Мучное кулинарное изделие/Эчпочмак	--	--	100	8,04	5,88	35,5	230,25
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,32	0,24	17,10	17,10
<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	0,06	0,02	20,73	78,2
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>				

### УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)

28.02	Фрукт порционно/ Яблоко	100	0,90	0,2	8,10	48,4
340.22	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	11,4	8,3	2,89	140,3
351.01	Кисель фруктовый	200	0,03	0,02	18,62	73,23
5.01	Хлеб пшеничный	50			17,2	83,60
<b>Итого стоимость ужина:</b>		<b>83 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед социальное питание		Обед стандарт	Обед № 2	Уплотн. Полдник (вторая смена)
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	11-18 лет (родительская плата)	7-11 лет (социальное питание)	11-18 лет (социальное питание)	(родительская плата 12-18 лет)	(родительская плата)	

Заведующая производством \_\_\_\_\_

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



# ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

## МЕНЮ



День недели: Понедельник  
(неделя 1)

Дата: « 31 » октября 2022 г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		7-11 лет	11-18 лет	7-11/11-18л	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28.01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,10	0,72	0,14	66,20
74,21/71,26	Каша с молоком овсяная с маслом сливочным	200	250	8,68	12,51	31,2	251,95
693.08	Какао с молоком	200	200	4,68	5,15	22,58	22,58
0.09	Хлеб пшеничный	60	80	1,32	0,24	17,1	90,5
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				

<b>ОБЕД</b>								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) биологический	Обед (11-18 лет) биологический/Рациональный	Обед № 2 рациональный в школе	Пищевые вещества			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
50.09.59	Салат из свеклы с сыром заправленный р/м	60	60	--	0,6	3,15,16	2,2,7,60	18,464,31
11.25	Овощи порционно/Огурец свежий	--	--	30	0,01		0,38	2,20
102.16/102.05	Суп картофельный с горохом на бульоне и ржаными гренками	200/50	250	--	4,86,0	3,15,84	19,85/24,81	129,2/161,5
267.66	Крокеты запеченные под сметано-томатным соусом	90	90	90	15,34	24,23	5,12	204,11
332/332.02	Макаронные изделия с маслом сливочным	150	180	150	5,76,8	3,43/4,11	36,4/43,73	190,31/228,3
695.31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	--	--	100	12,8	7,6	40,5	280,2
519.01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	200	200	0,06	0,02	20,73	78,2
	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>								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Обед № 2	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
54.51	Салат «Леди» мясо-овощной заправленный сметаной	--	50		3,44	5,48	3,19	76,17
695.31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	100	100		12,8	7,6	40,5	280,51
407.0	Сок фруктовый	200	200		0,26		22,2	86,4
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>					

<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Обед № 2	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
4,06	Холодная закуска /Зеленый горошек		20		0,03	0,01	0,30	2,5
267,73	Ромштекс «Школьный» запечённый под овощами		75/15		17,6	13,12	1,5	225,96
21,0	Рис отварной 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 пшеничный		50		1,85	0,40	24,25	117,5
<b>Итого стоимость полдника:</b>			<b>83 руб.</b>					

**Группировочная ведомость к отчету**

Завтрак			Обед социальное питание		Обед стандарт	Обед № 2	Уплотн. Полдник (вторая смена)
7-11 лет (сочетательное питание)	7-11 лет (раздельное питание)	12-18 лет (раздельное питание)	7-11 лет (сочетательное питание)	12-18 лет (сочетательное питание)	(раздельное питание 12-18 лет)	Обед № 2 (раздельное питание)	

Заведующая производством \_\_\_\_\_

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



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Четверг  
(неделя 1)  
Дата: 3 ноября 2022

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

№ рецептуры	Наименование	7-11 лет	11-18 лет	7-11 и 11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
12.01/12.02	Салат «Петрушка» заправленный растительным маслом	60	100	0,04/0,65	0,18/0,3	5,5/9,20	25,5/42,5
478,28	Картофельная запеканка с рубленными мясными изделиями под соусом сметанным	200	200	12,52	13,57	37,12	329,52
407	Сок фруктовый	200	200	5,00	3,20	24,66	141,28
1.37/5.39	Хлеб пшеничный	60	80	3,04/3,80	0,32/0,40	19,68/24,25	88,8/118
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				

**ОБЕД**

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) Выходный	Обед (11-18 лет) Выходный Рационный	Обед № 2 Рационный	Энергетическая ценность блюда			
					Белки	Жиры	Углеводы	ккал
72,22/72,26	Винегрет овощной, заправленный растительным маслом	60	60	—	0,95/1,58	3,10/5,17	5,17/8,61	52,68/97,80
11,25	Овощи порционно/Огурец свежий	—	—	30	0,02	0,01	0,3	
99,91/124,85	Суп овощной «Летний» на бульоне	200	250	—	4,98/6,22	7,69/9,60	9,46/11,82	124,61/153,75
33,10/33,09	Биточки «Детские» тушеные под овощным соусом	90	90	90	13,79	15,01	14,92	250,85
354,00	Картофель запеченный дольками	—	—	150	3,25/3,90	9,25/11,10	22,02/26,42	138,76/164,1
330,01/250,6	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	—	17,26/20,71	2,85/3,43	38,12/45,7	250,16/300,1
319,01	Компот из смеси сухофруктов	200	200	—	0,06	0,02	20,73	78,2
375,01	Чай с лимоном	—	—	200	0,24	0,06	15,22	38,58
66037,10	Кондитерское изделие /Печенье	30	20	—	1,4	1,81	13,0	63,3
738,36	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с зеленым луком и яйцом	—	—	100	9,2	5,2	38,0	142,8
5,00	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,32	0,24	17,10	90,5
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>116,05 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				

**ПОЛДНИК**

202,36	Макаронник с мясными изделиями	—	100	9,99	9,54	23,1	220,5
738,36	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с зеленым луком и яйцом	100	50	9,29	5,71	38,0	242,8
409,07	Напиток фруктовый из ягодной смеси	200	200	0,05	0	15,0	56,4
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>				

**УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)**

244,03	Холодная закуска/Зеленый горошек	—	30	0,01	0	0,38	2,20
288,48	Птица порционная с овощами	—	90	14,15	12,02	48,46	407,63
171,15	Гречка отварная с маслом сливочным	—	150	3,4	7,23	37,28	223,44
408,08	Отвар шиповника	—	200	0,3	0,04	19,8	86,25
5,01	Хлеб пшеничный	—	50	3,8	0,80	24,27	117,50
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>			<b>83 руб.</b>				

**Групицировочная ведомость к отчету**

Завтрак			Обед социальное питание		Обед стандарт	Обед № 2	Полдник		Уплотн. Полдник (вторая смена)
7-11 лет (рациональное питание)	7-11 лет (рациональное питание)	11-18 лет (рациональное питание)	7-11 лет (рациональное питание)	11-18 лет (рациональное питание)	(рациональное питание 12-18 лет)	(рациональное питание)	Полдник 7-11 лет	Полдник 11-18 лет	

Заведующая производством \_\_\_\_\_



# ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

## МЕНЮ



День недели: Среда  
(неделя 1)

Дата: 7 ноября 2022

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>								
38.01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,10	0,72	0,14	66,20	
223.62.222.52	Пудинг творожно-пшеничный с молоком сгущенным	150/30	170/30	14,917,5	14,3816,91	31,577,05	307,3761	
175.01	Чай черный с лимоном	200	200	0,24	0,06	15,22	58,58	
5.375.39	Хлеб пшеничный	60	80	2,003,30	0,400,66	15,2217,16	50,283,6	
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83руб.</b>	<b>87руб.</b>					
<b>ОБЕД</b>								
Наименование	Обед (7-11 лет) Выходный	Обед (11-18 лет) Выходный Родительская плата	Обед № 2 Родительская плата	Энергетическая ценность блюда				
7.007.03	Салат «Витаминный» капуста и кукуруза заправленный растительным маслом	60	60	--	1,92,5	2,57,45	7,858,97	61,64,3
11.3	Овощи порционно/Помидор	--	--	30	0,33	0,06	1,14	6,42
83.03/1184.02	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	--	1,372,34	2,122,65	8,7610,95	59,9674,5
291.53/291.54	Плов с птицей	230	230	230	16,15	17,02	48,46	407,6
407	Сок фруктовый	200	200	200	5,00	3,20	24,66	141,28
476.08	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с фруктовой начинкой (яблоко)	--	--	100	15,1	15,3	42,2	367,7
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,32	0,24	17,10	90,5
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>116,05 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>								
3903.03	Дрэнники с соусом сметанным	---	50/10	0	0,15	4,48	21,25	
476.08	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с фруктовой начинкой (яблоко)	100	100		15,1	15,3	42,2	367,7
420.15	Напиток из яблок и лимона	200	200		0,1	0	15,7	59,3
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>					
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>								
3.01	Гастрономия /Сыр порционно		10		2,3	2,95	0	36,4
232.23	Тестели «Детские» тушеные в овощном соусе		90		12,51	17,31	6,05	229,59
332.00	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		150		5,70	3,43	36,45	190,31
303.03	Кофейный напиток с сахаром		200		0	0	19,96	74,83
5.01	Хлеб пшеничный		50		3,80	0,40	24,25	117,5
<b>Итого стоимость уплотнённого полдника:</b>			<b>83 руб.</b>					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед социальное питание		Обед стандарт	Обед № 2	Полдник		Уплотн. Полдник (вторая смена)
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	7-11 лет (социальное питание)	12-18 лет (социальное питание)	(родительская плата 12-18 лет)	Полдник 7-11 лет	Полдник 12-18 лет	

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

