

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Понедельник  
(неделя 2)

Дата: « 22 » мая 2023 г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11лет/11-18л			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>								
120.2	Салат «Фруктовый» с сахарной пудрой	100	100	0,65	0,3	9,20	42,5	
679,23/679,24	Блинчики с молоком сгущенным	155/30	200/30	25,02/26,06	5,48/5,7	82,25/85,7	416,85/521,06	
303,23	Кофейный напиток с молоком	200	200	5,00	3,20	24,66	141,28	
0,33	Хлеб пшеничный	20	20	1,32	0,16	9,17	47,0	
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>					
<b>ОБЕД</b>								
№ рецептуры	Наименование	Обед №1 (7-11 лет) индивидуальный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
					Белки	Жиры	Углеводы	
41,14	Салат «Витаминный», с зеленым горошком, заправленный растительным маслом	60	60	---	0,72	5,41	6,32	77,73
171,22	Салат «Консул», заправленный растительным маслом	---	---	60	0,33	0,06	1,14	6,42
66236,09/66236,0	Борщ «Сибирский» с фасолью на бульоне	200	250	250	1,77/2,34	2,65/5,45	12,74/10,95	108,71/74,56
276,03	Котлета «Здоровье»	90	90	---	18,04	9,67	4,0	220,92
332,26/332,28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	---	5,70/6,84	3,43/2,20	36,45/43,74	290,31/328,38
279,20	Бифштекс «Детский», тушеные с овощами	---	---	90	13,79	39,23	36,72	355,10
250,06	Гороховое пюре с маслом сливочным	---	---	180	20,71	3,43	45,74	300,55
375,01	Чай черный с лимоном	---	---	200	0,24	0,06	15,22	58,58
407	Сок фруктовый	200	200	---	0,2	0,26	22,20	86
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,16	23,94	126,7
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>								
54,53	Салат «Столичный» заправленный сметаной	---	50	---	3,44	5,48	3,19	76,37
456,31	Мучное кулинарное изделие / Пирожок печеный с мясоовощной начинкой	100	100	---	4,18	11,16	45,29	287,00
375,01	Чай черный с лимоном	200	200	---	0,24	0,06	15,22	58,58
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>					
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>								
3,00	Гастрономия / Сыр порционно	20	---	---	4,64	5,9	0	72,00
401,14	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой (молоко сгущенное)	---	200/30	---	10,35	6,21	72,21	389,58
519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	---	---	0,1	0,1	20,7	78,2
5,08	Хлеб ржано-пшеничный	20	---	---	1,85	0,16	23,94	126,7
<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 (7-11 лет)	11-18 лет (11-18 лет)

Звведующая производством \_\_\_\_\_

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



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Вторник  
(неделя 2)  
Дата: 22 » мая 2023

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>								
3,02/3,00	Гастрономия/ Сыр	15	20	2,9/4,64	3,8/5,90	0	45,4/72,8	
2,18/173,26	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	220	250	7,43/8,88	8,65/11,35	46,0/49,30	258,0/284,75	
693,10	Какао с молоком	200	200	4,7	5,15	22,58	151	
0,13/5,39	Хлеб пшеничный	65	80	4,56/6,8	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>								
№	Наименование	Обед 7-11 лет (бульонный)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
0,09	Салат «Фасолька» заправленный растительным маслом	60	60	---	1,67	2,35	9,75	64,39
72,20	Винегрет овощной заправленный растительным маслом	---	---	60	0,95	3,10	5,17	52,68
124,82/124,89	Суп овощной на бульоне с гренами/ Суп овощной на бульоне	200/50	250	250	5,80/6,22	5,60/9,60	33,60/11,82	205,30/155,75
273,17	Котлеты рыбные паровые запеченные под сметано-луковым соусом	90	90	---	19,93	15,5	27,22	290,86
291,53	Плов с птицей	---	---	230	16,3	17,02	48,46	407,63
520,084/520,28	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	---	3,25/3,90	9,25/11,10	22,02/26,42	138,76/164,11
66037,10/66037,03	Кондитерское изделие/ печенье	30	20	---	1,70,3	2,26/1,87	13,8/12,5	78,89/69,1
407,0	Сок фруктовый	---	---	200	0,2	0,26	22,20	86
349,10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	---	0,22	0	19,44	76,75
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>								
47,12	Салат овощной «Березка»	---	50		1,93	3,19	1,96	44,28
432,28	Мучное кулинарное изделие /Эчпочмак	100	100		8,04	5,88	35,5	230,25
519,01	Напиток фруктовый	200	200		0,1	0	15,0	56
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>					
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>								
338,08	Фруктовая нарезка/ Яблоко		50		0,2	0,2	4,9	22,5
219,10	Сырники со сладкой подливкой из сгущенного молока		120/30		14,92	14,38	31,51	357,26
430	Чай черный с сахаром		200		0,2	0,05	15,01	58
5,01	Хлеб пшеничный		50		3,8	0,4	24,25	117,5
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>			<b>63 руб.</b>					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (сравнительно питание)	7-11 лет (диетическая диета)	11-18 лет (среднестатистическая диета)	11-18 лет (комплекс)	11-18 лет (комплекс)	7-11 лет	11-18 лет	

Заведующая производством \_\_\_\_\_

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



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Среда  
(неделя 2)  
Дата: 24 мая 2023

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>								
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	
5.37/5.39	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 (7-11 лет) порция	Обед (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11 и 11-18л			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
50.09	Салат из свеклы с сыром заправленный маслом растительным	60	60	--	1,99	4,53	4,95	68,27
67.03	Овощи порционно/ Свежий огурец	--	--	30	0,33	0,06	1,95	12,0
124.41/124.56	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной / Щи из свежей капусты на бульоне из птицы	200/10	250	250	1,4/1,76	9,96/14,95	9,3/7,90	71,80/89,70
276.01	Котлета «Аппетитная»	80/10	80/10	--	13,89	12,37	1,38	168,97
330.02/250.06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	--	17,26/20,71	2,85/3,43	38,12/45,74	250,46/308,55
392.39	Пельмени отварные под овощным соусом	--	--	180/50	21,94	23,7	50,16	490,11
375.01	Чай черный с лимоном	200	200	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>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>								
1.90	Салат - коктейль фруктовый с сахарной пудрой	---	50		0	0,15	4,48	21,25
219.16/219.10	Сырники творожные со сгущенным молоком	80/20	120/30		15,1	15,3	42,2	367,7
420.13	Напиток из яблок	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>								
267.66	Крокеты, с кабачком запеченные под соусом сметано-томатным		90		13,87	10,23	4,9	194,11
171.30	Гарнир пшеничный с маслом сливочным		150		3,7	4,0	38,9	196,2
407	Сок фруктовый		200		0,2	0,26	22,20	86
5.00	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,8	0,4	24,25	117,5
<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 (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет (комплекс)

Заведующая производством \_\_\_\_\_

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



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Четверг  
(неделя 2)

Дата: 05 мая 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	
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>								
120.28	Салат фруктовый с сахарной пудрой	70	100	0,40	0,40	10,0	42,70	
219.10	Сырники творожные со сгущенным молоком	120/30	120/30	12,51	19,31	16,05	229,59	
375.01	Чай с сахаром и лимоном	200	200	3,86	2,11	24,69	133,26	
5.37/5.39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/6,08	0,48/0,64	29,52/ 39,36	133,2/ 177,60	
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>					
<b>ОБЕД</b>								
	<b>Наименование</b>	<b>Обед (7-11 лет) болюсный</b>	<b>Обед №1 (11-18 лет) комплекс</b>	<b>Обед №2 комплекс</b>	<b>Энергетическая ценность блюда</b>			
10.53	Салат из свежих овощей «Ассорти»	60	60	--	1,9	2,5	7,8	61,0
50.05	Булочка закусочная с сыром	--	--	50	5,18	3,47	30,07	174,06
99.91/ 99.92	Суп овощной «Летний» на бульоне	200	250	250	4,98/6,22	7,69/9,60	9,46/11,82	124,6/ 155,75
476.98	Картофель тушеный с мясными изделиями	230	230	--	11,74	13,60	31,79	394,60
455,22/ 331,02	Голубцы ленивые «Любительские» под соусом овощным	--	--	180/50	16,5	16,03	49,92	381,39
519.01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	200	--	0,06	0,02	20,73	78,2
420.13	Напиток из яблок	--	--	200	0,01	0,04	13,17	51
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>								
401.21	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150		6,68	3,36	46,06	243,7
304.05/ 304	Кисломолочный напиток/ Ряженка	150	200		5,47/2	5,0/6,6	21,6/22,3	158,0
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>					
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>								
291.53	Плов с птицей		230		16,15	17,02	48,46	407,63
349.10	Компот из смеси сухофруктов		200		0,22	0	19,44	76,8
5.00	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,8	0,4	24,25	117,5
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>			<b>83 руб.</b>					

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством \_\_\_\_\_

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



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Пятница  
(неделя 2)

Дата: 26 мая 2023

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>								
28.01	Фрукт порционно/Яблоко	100	100	0,90	0,2	8,10	40,0	
340.22 340.20	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	200	11,4/15,5	8,2/11,06	2,89/3,85	140,3/187,06	
430	Чай черный с сахаром	200	200	0,2	0,05	15,01	58	
5.37 5.39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/6,08	0,48/0,64	29,52/39,36	133,2/177,60	
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>					
<b>ОБЕД</b>								
Наименование	Обед (7-11 лет) количество	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда				
72.20	Винегрет овощной, заправленный растительным маслом	60	60	—	0,95	3,10	5,17	52,68
9.09	Салат из свежей капусты с зеленью и свежим огурцом, «Зайчик»	—	—	60	0,77	3,04	2,26	20,97
155.63/ 155.64	Суп картофельный с клецками на бульоне	200	250	250	5,1/6,30	4,16/5,20	19,1/23,87	156,30/170,4
279.02	Тефтели «Новинка»	90	90	—	16,55	16,03	49,92	381,39
171.15- 171.07	Гречка отварная с маслом сливочным	150	180	—	7,58/8,85	7,25/6,44	37,28/43,51	223,44/271,98
267.71	Шницель «Тотоша» запеченный с овощами	—	—	90	18,04	9,67	4,00	220,92
171.21	Гарнир пшеничный с маслом сливочным	—	—	180	20,71	3,43	45,74	300,55
407	Сок фруктовый	200	200	—	0,2	0,26	22,20	86
470	Чай черный с сахаром	—	—	200	0,2	0,05	15,01	58
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,32	0,24	17,10	90,5
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>								
520.20	Крокеты картофельные	—	50	—	4,3	6,7	23,7	175,87
476.08	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с фруктовой начинкой (яблоко)	100	100	—	17,8	18,0	48,7	415,8
420.12	Напиток из яблок и лимона	200	200	—	0,1	0,04	13,17	51
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>					
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>								
239.48	Тефтели из рыбы тушеные под овощным соусом	—	90	—	21,12	27,11	35,22	329,3
320.27	Картофельное пюре с маслом сливочным	—	150	—	3,25	9,25	22,02	138,76
375.01	Чай черный с лимоном	—	200	—	0,24	0,06	15,22	58,58
5.00	Хлеб ржано-пшеничный	—	50	—	3,8	0,4	24,25	117,5
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>			<b>83 руб.</b>					

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством \_\_\_\_\_

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

