

ГРАЖДАНСКОЙ ОБЩЕСТВЕННО-ПРАВОВОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 1)

Дата: «09» января 2023 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	
ЗАВТРАК							
50,22	Лепешка закусочная, сырная	100	100	10,36	6,94	60,14	348,12
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
375,01	Чай черный с лимоном	200	200	0,24	0,06	15,22	58,58
0,33	Хлеб пшеничный	30	30	3,28	0,24	14,76	66,6
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.				

ОБЕД								
Наименование	Обед (7-11 лет) (комплексы)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда				
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
50,09-50	Салат из свеклы с сыром заправленный р/м	60	60	--	1,99	4,53	4,95	68,27
45,07	Салат из белокочанной капусты с морковью заправленный маслом растительным	--	--	60	1,9	2,5	7,83	61
102,16-102,05	Суп картофельный с горохом на бульоне и ржаными гречками	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	3,4/3,11	36,45/43,74	236,38/238,2
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
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК								
54,53	Салат «Леди» мясовозной заправленный сметаной	--	50		3,44	5,48	3,19	76,37
695,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной 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
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
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		1,85	0,36	23,94	126,7
Итого стоимость полдника:		83 руб.						

Генеральная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник
7-11 лет (комплекс питания)	7-11 лет (растительная пища)	11-18 лет (растительная пища)	11-18 лет (комплекс)	11-18 лет (комплекс)	7-11 лет 11-18 лет
					83 руб. (вторая смена)

Заведующий ГО: *Сидорова*
Руководитель образовательного учреждения

Толмачев А.В.
Генеральный директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 1)
Дата: « 10 » января 2023

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Тергитивная влажность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
3.02/ 5.00	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	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.					
ОБЕД								
Наименование	Обед (7-11 лет) биологичный	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
171.19	Яйцо отварное с зеленым горошком	--	--	20/20	2,38	0,12	2,02	28,3
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
236.88/ 239.50	Тефтели из рыбы тушеные в овощном соусе	90	90	--	21,12	27,11	35,22	379,3
130.34/ 520.25	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	--	5,25/ 3,90	9,25/ 11,1	22,02	188,11
549.10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	--	0,22	0	19,44	16,75
375.01	Чай с черным с лимоном	--	--	200	0,24	0,06	15,22	58,18
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК								
520.20	Крокеты картофельные	--	50	50	8,3	6,7	23,7	175,87
432.28	Мучное кулинарное изделие/Эчпочмак	100	100	100	8,04	5,88	35,5	230,25
409.07	Компот из яблок и ягод	200	200	200	1,00	0,00	20,20	79,8
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
28.02	Фрукт порционно/ Яблоко		100	100	0,90	0,2	8,10	40,0
340.22	Омлет натуральный с маслом сливочным		150	150	11,38	8,3	2,89	140,3
351.01	Кисель фруктовый		200	200	0,03	0,02	18,62	75,23
5.01	Хлеб ржано-пшеничный		50	50	3,8	0,4	24,25	117,5
Итого стоимость ужина:			83 руб.					

Группировочная ведомость в отчете

Завтрак			Обед №1	Обед № 2	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (сметанно-сырный десерт)	5-11 лет (растительный десерт)	12-18 лет (растительный десерт)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	5-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

А.В. Толмачев

**ОБЩЕСТВЕННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Среда
(неделя 1)

Дата: « 11 » января 2023

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
3.01	Гастрономия / Сыр порционно	10	10	2,32	2,95	0	36,40
338	Фрукт порционно/ Яблоко	150	150	0,6	0,6	15,0	42,7
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
375.01	Чай черный с лимоном	200	200	0,24	0,06	15,22	58,58
537/ 5.39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,36	133,2/ 177,6
Итого стоимость комплексного завтрака:		83руб.	87руб.				

ОБЕД								
Наименование	Обед (7-11 лет) индивидуал	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда				
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
7.00	Салат «Витаминный» капуста и кукуруза заправленный растительным маслом	60	60	--	1,9	2,5	7,80	61
315.48	Закуска из рыбы/ Хлебца рыбный нарезанный с овощами	--	--	50	5,06	5,98	9,61	107,71
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	59,65/ 74,56
267.68	Нагетсы «Детские» запеченные	--	--	90	13,52	16,2	43,0	406,33
332.38	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	--	--	180	5,70	3,43	36,45	190,31
291.53/ 291.54	Плов с птицей	230	230	--	16,15	17,02	48,46	407,63
407	Сок фруктовый	200	200	--	0,2	0,26	22,2	86,4
430	Чай с сахаром	--	--	200	15,1	15,3	42,2	367,7
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119руб.				

ПОЛДНИК							
Наименование	Обед (7-11 лет) индивидуал	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
3002.03	«Драники» с соусом сметанным	--	50/10	1,79	5,38	12,92	128,54
476.08	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с фруктовой начинкой (яблоко)	100	100	4,21	13,32	30,72	250,36
420.12	Напиток из яблок и лимона	200	200	0,06	0,04	13,17	51,3
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.				

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
Наименование	Обед (7-11 лет) индивидуал	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
1.90	Салат фруктовый с сахарной пудрой	--	50	0,00	0,15	4,48	21,25
401.14	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой (молоко сгущённое)	200/30		10,35	6,21	72,21	389,58
349.10	Компот из смеси сухофруктов	200		0,22	0	19,44	76,75
Итого стоимость уплотнённого полдника:			83 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (индивидуальное питание)	7-11 лет (рациональное питание)	12-18 лет (рациональное питание)	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: **Четверг**
(неделя 1)

Дата: «12» января 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	
ЗАВТРАК							
50,22	Лепешка закусочная, сырная	100	100	10,36	6,94	60,14	148,12
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
375,01	Чай черный с лимоном	200	200	0,24	0,06	15,22	58,88
0,33	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	66,6
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.				

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	
30,09/ 50	Салат из свеклы с сыром заправленный р/м	60	60	--	1,99	4,53	4,95	69,27
43,07	Салат из белокочанной капусты с морковью заправленный маслом растительным	--	--	60	1,9	2,5	7,83	61,5
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	3,4/4,11	36,45/ 43,74	270,31/ 228,38
267,65	Мясной подлив с овощами	--	--	50/30	12,8	7,6	40,5	286,2
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	67,5
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	128,7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК								
54,53	Салат «Леди» мясоовощной заправленный сметаной	--	50		3,44	5,48	3,19	120,3/ 115,76
695,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной 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
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
267,73	Ромштекс «Школьный», запеченный под овощами		75/15		17,6	13,12	1,49	215,96
171,10	Пшеничный гарнир с маслом сливочным		150		3,7	4,0	38,9	180,2
430	Чай с сахаром		200		0,2	0,05	15,01	67,5
5,01	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,80	0,40	24,25	117,5
Итого стоимость полдника:			83 руб.					

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: Пятница
(неделя 1)
Дата: «13» января 2023

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев
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							
3.02/3.00	Гастрономия /Сыр	15	20	2,5	2,3	0,14	31,4
173,26	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	220	250	18,04/20,04	9,67/10,74	4,0/4,40	226,99/215,48
303,23	Кофейный напиток с молоком	200	200	5,0	3,2	24,66	141,35
5.37/5.39	Хлеб пшеничный	60	80	3,80	0,40	24,25	117,5
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87руб				
ОБЕД							
	Наименование	Обса 7-11 лет) Бюджетный	Обса №1 (11-18 лет) комплекс	Обса №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда		
244,02	Холодная закуска/Зеленый горошек	30	30	30	0,01	0	0,38
392,32	Пельмени с бульоном и зеленью	100/100	100/100	--	12,93	11,41	29,29
489,31	Рагу из птицы «По-домашнему» с овощами	250	250	--	15,73	14,66	28,92
392,30	Суп картофельный с вермишелью на бульоне	--	--	250	19,1	21,3	49,5
288,51	Птица, запечённая с овощами	--	--	90	13,89	12,37	1,38
171,07	Каша гречневая с маслом сливочным	--	--	180	3,9	11,10	26,42
409,07	Напиток фруктовый	--	--	200	0,2	0,1	15
407	Сок фруктовый	200	200	--	0,2	0,3	22,2
5.37	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119руб.	119 руб.			
ПОЛДНИК							
401,23	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150		5,68	3,36	46,06
304,05/304	Кисломолочный напиток/Ряженка	150	200		5,4/7,2	5,0/6,66	21,6
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
279,41	Тефтели «Детские» тушеные в овощном соусе		90		12,51	17,31	6,05
332,20	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		150		3,70	3,43	36,45
303,03	Кофейный напиток с сахаром		200		0	0	19,96
5.01	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,80	0,40	24,25
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.				

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 _____

