

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Среда  
(неделя 2)  
Дата: « 10 » мая 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 11-18л			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	82,25/81,7	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	1,52	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 (7-11 лет) бюджетный	Обед № 1 (11-18 лет) комплекс	Обед № 2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
					Белки	Жиры	Углеводы	
7,08	Салат «Витаминный», капуста с зеленым горошком, заправленный растительным маслом	60	60	—	0,72	5,41	6,32	77,73
171,24	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	1,79/2,34	2,65/5,45	12,74/10,95	108,71/ 74,56
267,71	Шницель «Тотоша» запеченный с овощами	90	90	—	18,04	9,67	4,0	320,92
332,26/332,28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	—	5,70/ 6,84	3,43/ 7,20	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	0,36	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>								
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	—	—	—	—	0	72,00
401,14	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой (молоко сгущенное)	200/20	—	—	—	—	72,21	349,58
519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	—	—	—	—	—	78,2
5,08	Хлеб ржано-пшеничный	20	—	—	0,37	0,06	—	4,88
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>83 руб.</b>						

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Обед №2		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
5-11 лет (содержание питания)	7-11 лет (родительские платы)	12-18 лет (родительские платы)	12-18 лет (объемлетес)	12-18 лет (комплекс)	5-11 лет	12-18 лет		

Заведующая производством \_\_\_\_\_

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



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Четверг  
(неделя 2)  
Дата: « 11 » мая 2023

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11лет/11-18лет			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>								
28,01	Фрукт порционно/Яблоко	100	100	0,40	0,40	10,0	42,70	
279,20	Бифштек «Детский» тушеные в овощном соусе	90	90	12,51	19,31	16,05	229,59	
332,27	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	100	100	3,86	2,11	24,69	133,26	
407	Сок фруктовый	200	200	0,2	0,26	22,20	86	
5,37/5,39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/6,08	0,48/0,64	29,52/ 19,36	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 индивидуально</b>	<b>Обед №1 (11-18 лет) индивидуально</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	41,0
30,05	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
436,98	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
319,01	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	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)
7-11 лет (индивидуально по списку)	11-18 лет (индивидуально по списку)	12-18 лет (индивидуально по списку)	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 2)

Дата: « 12 » мая 2023

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11лет/11-18лет			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	8,3/11,06	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>87руб.</b>					
<b>ОБЕД</b>								
Наименование		Обед №1 (7-11 лет) Бюджетный	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	30,97
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
90.02	Котлета куриная запеченная с овощами	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	223,44/271,90
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
430	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>119руб.</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
520.27	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	—	1,32	0,24	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 (средняя норма питания)	7-11 лет (средняя норма питания)	11-18 лет (средняя норма питания)	11-18 лет (комплекс)	11-18 лет (комплекс)	7-11 лет	11-18 лет			

Заведующая производством \_\_\_\_\_

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

