

ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: **Понедельник**
(неделя 1)
Дата: « 23 » января 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	
ЗАВТРАК							
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	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	29,52/ 177,6
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.				

№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) (индивидуальный)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11лет/11-18л			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
102.16/ 102.03	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	--	15,24	24,23	5,12	204,11
332.26/ 332.28	Макаронные изделия с маслом сливочным	150	180	--	5,7	6,8	34,3/4,11	36,45/ 43,24
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								
34.53	Салат «Леди» мясоовощной 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», запеченный под овощами		75/15		17,6	13,12	1,49	225,96
171.10	Пшенный гарнир с маслом сливочным		150		3,2	4,8	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	24,25	117,5
Итого стоимость полдника:			64 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 (индивидуальный)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)

Заведующая производством
Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 1)

Дата: 24 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												
3.02/3.00	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	580,2	
303.23	Кофейный напиток с молоком	200	200	5,0		3,2		24,66		141,38		
65.13/5.39	Хлеб пшеничный	60	80	4,26	6,08	0,48	0,64	29,52		133,2	177,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.									
ОБЕД												
№	Наименование	Обед (7-11 лет) индивидуаль	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	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			38,3		
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	11,9	171,8	149,7
426.98	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		
520.24/520.25	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	--	3,25	1,90	9,25	11,1	22,02	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		
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.								
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		
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.									
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)												
28.02	Фрукт порционно/ Яблоко		100		0,90	0,2	8,10			40,0		
340.22	Омлет натуральный с маслом сливочным		150		11,38	8,3	2,89			140,3		
351.01	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		
Итого стоимость ужина:		83 руб.										

Групповочная 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)	11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Среда
(неделя 1)
Дата: 85 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								
28.01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	10,0	42,7	
223,62/ 223,52	Пудинг творожно-пшеничный с молоком сгущённым	150/30	170/30	19,3/22,26	30,63/31,3	61,4/70,17	431/ 441,3	
375,01	Чай черный с лимоном	200	200	0,24	0,06	15,22	58,58	
5,37/ 5,39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,32/ 39,36	133,2/ 172,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83руб.	87руб.					
ОБЕД								
Наименование	Обед (7-11 лет) индивидуаль	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед № 2 комплекс	Энергетическая ценность блюда				
7,00	Салат «Витаминный» капуста и кукуруза заправленный растительным маслом	60	60	---	1,9	2,5	7,80	61
315,48	Закуска из рыбы/ Хлебц 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	59,63/ 74,56
267,68	Нагетсы «Детские» запеченные	--	--	90	12,52	16,2	43,0	406,33
332,28	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								
3003,03	«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	---	4,25	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)								
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)
5-11 лет (индивидуальная порция)	5-11 лет (среднестатистическая норма)	12-18 лет (среднестатистическая норма)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (индивидуально)	5-11 лет / 12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



АДМИНИСТРАЦИЯ ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Четверг
(неделя 1)
Дата: 26 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							
12.01/12.02	Салат «Петрушка», заправленный растительным маслом	60	100	4,03/6,71	7,45/12,42	2,89/4,82	94,84/158,06
478.28	Картофельная запеканка с рубленными мясными изделиями под соусом сметанным	200	200	12,52	13,57	37,12	529,52
407	Сок фруктовый	200	200	0,2	0,26	22,2	86,4
5.37/5.59	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.				

№ рецептуры	Наименование	Обед 7-11 лет (выходный)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
ОБЕД								
72.22/72.26	Винегрет овощной, заправленный растительным маслом	60	60	--	0,95	3,10	1,17	52,68
28.01	Фрукт порционно/ Яблоко	--	--	100	0,4	0,4	10,0	42,7
99.91/124.85	Суп овощной «Летний» на бульоне	200	250	250	2,0/7,25	5,2/7,0	9,0/42,0	88,1/256,62
33.10/33.09	Крокеты «Детские» тушеные под овощным соусом	90	90	--	13,79	15,01	14,92	250,85
330.01/250.06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	--	17,26/20,71	2,85/3,43	38,12/45,74	250,46/300,55
267.66	Крокеты запечённые с кабачком под соусом сметано-томатным	--	--	90	13,87	10,23	4,9	194,1
354.13	Картофель, запечённый дольками	--	--	180	8,83	6,44	43,51	271,9
375.01	Чай с лимоном	--	--	200	0,24	0,06	15,22	58,58
66637.10	Кондитерское изделие /Печенье	30	20	--	1,7	2,26	13,8	78,89
519.01	Компот из смеси сухофруктов	200	200	--	0,22	0	19,44	76,75
5.00	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,56	23,94	126,7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК								
202.56	Макароник 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		9,29/4,6	5,71/2,88	38,0/19,0	242,81/121,4
409.07	Напиток фруктовый из ягодной смеси	200	200		0,05	0,01	14,97	56,43
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
288.48	Птица, порционная с овощами		90		13,89	12,37	1,38	168,97
171.15	Гречка отварная с маслом сливочным		150		7,58	7,25	37,28	223,44
408.08	Отвар шиповника		200			0,14	19,8	85,25
5.01	Хлеб ржано-пшеничный		50			4,88	24,25	117,50
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету:

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (содержание питания)	7-11 лет (родительская норма)	11-18 лет (родительская норма)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	7-11 лет
					1200	1200

Заведующая производством

Руководитель с/производственного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя I)

Дата: 07 января 2023

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11(11-18)			Энергетическая ценность	
				Белок	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
28.01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	10	41,7	
140.02-213	Омлет, запечённый с картофелем и маслом сливочным	150	200	10,7-14,2	36,0-47,97	15,81-21,08	249,9-346,5	
493.08	Какао с молоком	200	200	4,68	5,15	21,74	151,2	
5.3.0-5.3.0	Хлеб пшеничный	60	80	4,56-6,68	0,48-0,64	20,32	133,2	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.					
ОБЕД								
Наименование		Обед (7-11 лет) порционный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
20.08-22.21	Салат из свеклы с растительным маслом	60	60	---	0,86	1,56	5,17	37,43
171.18	Яйцо отварное с зеленым горошком	---	---	20/10	8,01	8,3	1,2	4,9
290.22	Пельмени с бульоном и зеленью	100/100	100/100	---	12,33	11,81	29,29	204,0
485.11	Рагу из птицы «По-домашнему» с овощами	250	250	---	15,71	14,86	28,92	236,0
192.34	Суп картофельный с вермишелью на бульоне	---	---	250	19,3	21,3	43,5	411,8
288.31	Птица, запечённая с овощами	---	---	90	13,89	12,37	1,38	148,97
175.87	Каша гречневая с маслом сливочным	---	---	180	3,9	11,10	26,42	164,11
409.07	Напиток фруктовый	---	---	200	0,2	0,1	1,5	98,9
487	Сок фруктовый	200	200	---	0,2	0,1	23,1	86,4
5.3.0	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,87	0,36	23,84	126,7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК								
486.22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	---	4,68	3,36	46,86	243,7
304.05-304	Кисломолочный напиток/Ряженка	150	200	---	3,4-7,2	5,0-6,68	21,8	194,0
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
278.41	Тефтели «Детские» тушеные в овощном соусе		90		12,31	17,31	4,03	228,99
132.26	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		150		5,70	3,45	36,45	198,31
363.03	Кофейный напиток с сахаром		200		6	8	19,96	74,9
5.01	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,80	0,40	24,21	117,3
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (пошаговое питание)	7-11 лет (раздельная тарелка)	12-18 лет (раздельная тарелка)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____

