

КАК ОБЯЗАТЕЛЬНОСТЬ ОТРАСЛИ ИЛИ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Понедельник  
(неделя 2)

Дата: « 27 » февраля 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			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
120.2	Салат «Фруктовый» с сахарной пудрой	100	100	0,65	0,3	9,30	42,5
679.23/679.24	Блинчики с молоком сгущенным	155/30	200/30	75,62 28,06	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	1,52	0,16	9,17	47,0
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				

№ рецептуры	Наименование	Обед №1 (7-11 лет) биоместный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ОБЕД</b>								
41.07	Салат «Витаминный» капуста с зеленым горошком, заправленный растительным маслом	60	60	---	0,72	5,41	6,32	77,73
171.22	Салат «Консул», заправленный растительным маслом	---	---	60	0,11	0,06	1,14	6,42
66236.09 66236.0	Борщ «Сибирский» с фасолью на бульоне	200	250	250	1,77-2,14	2,65-5,45	12,74-10,95	108,71-74,56
267.71	Шницель «Тотоша» запеченный с овощами	90	90	---	18,06	9,67	4,0	220,92
332.26/332.28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	---	5,70-6,84	3,43-7,20	36,45-45,74	290,31-328,58
279.41	Тефтели «Детские», тушеные с овощами	---	---	80/10	13,79	39,23	16,72	255,10
250.06	Гороховое пюре с маслом сливочным	---	---	180	20,71	3,43	45,74	340,55
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	136,7
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>116,05 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ПОЛДНИК</b>							
16.93	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>				

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
3.00	Гастрономия / Сыр порционно	---	20	---	---	---	71,00
401.34	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой (молоко сгущенное)	---	200/30	---	---	---	389,16
144.63	Компот из фруктовой ягодной смеси	---	200	---	---	---	78,2
5.08	Хлеб ржано-пшеничный	---	20	---	---	---	4,89
<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 (сметанное изделие)	7-11 лет (рознич. изделия (пирожки))	12-18 лет (трикотажные изделия (пирожки))	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)

Заведующая производством

Ф.И.О. (подпись)



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели Вторник  
(неделя 2)  
Дата: 28 февраля 2023

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11, 11-18 лет			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>								
3.02 3.00	Гастрономия/ Сыр	15	20	2,94;6,4	3,8;5,90	0	45,47;2,8	
2.38 173.26	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	220	250	7,43;8,88	8,65 11,35	46,9 49,20	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	39,52 39,56	133,2; 177,6	
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>					
<b>ОБЕД</b>								
№ рецептуры	Наименование	Обед №1 (7-11 лет) выход (руб.)	Обед №1 (11-18 лет) выход (руб.)	Обед №2 выход (руб.)	Пищевые вещества 7-11, 11-18 лет			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
0.09	Салат «Фасолька» заправленный растительным маслом	60	60	---	1,67	2,35	9,75	64,39
72.22	Винегрет овощной заправленный растительным маслом	---	---	60	0,95	3,10	5,17	52,68
124.82 124.89	Суп овощной на бульоне с гренями/ Суп овощной на бульоне	200/50	250	250	5,80;6,22	5,60; 9,60	33,60; 11,82	203,00 155,75
271.17	Котлеты рыбные паровые запеченные под сметано-луковым соусом	90	90	---	19,93	15,5	27,22	290,86
291.53	Плов с птицей	---	---	230	16,5	17,02	48,46	407,63
520.24 530.25	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	---	3,25;3,90	9,25 11,10	22,02 26,42	138,76 164,11
6607.10 6607.03	Кондитерское изделие/ печенье	30	20	---	1,71;3	2,26 1,87	13,81;2,5	78,89 69,1
407.0	Сок фруктовый	---	---	200	0,2	0,26	23,20	86
549.10	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>116,05 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>								
225.69	Пудинг творожно-пшеничный с соусом	---	170	---	14,92	14,38	31,51	357,26
408.05	Отвар шиповника	---	200	---	0,34	0,14	19,8	85,25
5.01	Хлеб пшеничный	---	50	---	3,8	0,8	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 (пошаговая ведомость)	7-11 лет (проектная ведомость)	12-18 лет (проектная ведомость)	12-18 лет (пошаговая)	12-18 лет (пошаговая)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующий производством

Руководитель подразделения



## "АЛЬТЕРНАТИВА"

### МЕНЮ



День недели: Среда  
(неделя 2)  
Дата: « 11 » марта 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>								
3.01	Гастрономия / Сыр порционно	10	10	2,32	3,95	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>								
Наименование		Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
64.04	Салат из свеклы с сыром заправленный маслом растительным	60	60	--	1,99	4,53	4,95	68,27
67.03	Овощи порционно/ Зеленый горошек	--	--	30	0,37	0,66	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	9,3/1,90	71,80/89,70
288.51	Птица, порционная запеченная с овощами	90	90	--	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	18,13/45,74	250,46/300,55
392.29	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	33,94	126,7
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>116,05 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>								
1.90	Салат - коктейль фруктовый с сахарной пудрой	---	50		0	0,15	4,48	21,25
219.01 219.02	Сырники творожные со гущенным молоком	100/20	120/30		15,3	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
171.10	Гарнир пшеничный с маслом сливочным		150		3,1	4,0	38,9	196,2
407	Сок фруктовый		200		0,2	0,26	22,20	86
5.06	Хлеб ржано-пшеничный		50		1,8	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 (бюджетный вариант)	7-11 лет (продовольственная норма)	12-18 лет (продовольственная норма)	02-18 лет (бюджетный вариант)	02-18 лет (продовольственная норма)	02-18 лет (бюджетный вариант)	02-18 лет (продовольственная норма)

Выведено производством



**"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Четверг  
(неделя 2)  
Дата: 2 марта 2023

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>								
28.01	Фрукт порционный/Яблоко	100	100	0.40	0.40	10.0	42.70	
219.41	Тефтели «Детские» тушеные в овощном соусе	90	100	12.31/13.23	19.21/19.23	16.05/16.72	229.59/255.1	
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	29.52/39.56	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) без сметаны	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда				
				Белки	Жиры	Углеводы	ккал	
7.00	Салат «Витаминный», капуста с кукурузой заправленный растительным маслом	60	60	--	1.9	2.5	7.8	81.8
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	7.69/9.80	9.46/11.82	124.6/155.75
436.98	Картофель тушеный с мясными изделиями	230	230	--	11.74	13.60	21.79	594.60
455.22/331.02	Голубцы ленивые «Любительские» под соусом овощным	--	--	180/50	16.5	16.03	49.92	581.39
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	17.47	51
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1.85	0.36	23.94	136.7
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>116,05 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>								
401.21	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150		0.68	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	117.3
<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 (сметана, яблок, напиток)	7-11 лет (фрукты, мясные салаты)	12-18 лет (процент сметаны)	12-18 лет (копченые)	12-18 лет (без сметаны)	7-11 лет	12-18 лет			


Заведующий производством

Руководитель образовательного учреждения



**"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



**АЛЬТЕРНАТИВА**  
ВРЕДЯЩИЕ  
ЗДОРОВЬЮ  
НАСЫЩЕННЫЕ

День недели: Пятница  
(неделя 2)

Дата: 7 марта 2023

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>								
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>87 руб.</b>					
<b>ОБЕД</b>								
Наименование		Обед №1 (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
72.22	Винегрет овощной, заправленный растительным маслом	60	60	—	0,95	3,10	5,17	32,68
0.85	Салат «Молодость», заправленный растительным маслом	—	—	60	0,1/2,5	0,2/3	0,2/0,1	71,4
155.65-155.64	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	7,25/8,44	37,28/43,51	223,44/231,90
267.71	Шницель «Тотоша» запеченный с овощами	—	—	90	18,04	9,67	4,00	220,92
171.23	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	1,53	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>				
<b>ПОЛДНИК</b>								
520.20	Крокеты картофельные	—	50	—	4,3	6,7	22,7	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>								
259.48	Тефтели из рыбы тушеные под овощным соусом	—	90	—	21,12	27,11	35,22	329,3
520.27	Картофельное пюре с маслом сливочным	—	150	—	5,25	9,25	22,02	138,76
275.01	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 (средняя норма потребления)	7-11 лет (рекомендованная норма)	12-18 лет (рекомендованная норма)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (рекомендованная норма)	12-18 лет	

Заведующая производством \_\_\_\_\_  
 Руководитель образовательного учреждения \_\_\_\_\_

