

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Понедельник  
(неделя 1)  
Дата: «29» 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>							
28.01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0.4	0.4	10	42.7
71.21 71.23	Каша с молоком овсяная с маслом сливочным	200	250	8.68	11.38	12.51	31.2 33.6 251.95 253.4
693.08	Какао с молоком	200	200	4.68	5.15	22.58	131.5
5.27 5.39	Хлеб пшеничный	60	80	4.56 6.08	0.64	29.52 39.56	133.2 177.6
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
	<b>Наименование</b>	<b>Обед №1 (7-11 лет) безмолочный</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	60	1.9	2.5	7.8 44.0
102.78 102.02	Суп картофельный с горохом на бульоне и ржаными гречками	200/50	250/10	250/10	4.86.0	3.10.84	19.85/24.81 129.2 161.5
13.23 131.07	Котлета «Аппетитная» под соусом овощным с томатом	80/10	80/10	--	13.89	12.37	1.38 168.07
132.26 132.03	Макаронные изделия с маслом сливочным	150	180	--	5.76.8	3.43/4.11	36.45/43.74 270.31 328.38
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 17.5
519.01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	200	--	0.06	0.02	20.73 78.2
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>							
54.66	Салат «Леди» мясовощной заправленный сметаной	--	50		3.44	5.48	3.19 76.37
693.31	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 86.29
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
267.73	Ромштекс «Школьный», запеченный 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			0.05	15.01 17.5
5.01	Хлеб ржано-пшеничный		50		1.85	0.36	23.94 126.7
<b>Итого стоимость полдника:</b>			<b>83 руб.</b>				

*Групиновочная 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: Вторник  
(неделя 1)  
Дата: «30» мая 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			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
<b>ЗАВТРАК</b>								
3 02, 3 00	Гастрономия /Сыр	15	20	2,32; 4,64	2,95; 5,9	0	36,4; 72,8	
71, 22 401, 28	Каша молочная гречневая с маслом сливочным	220	250	10,6; 11,09	14,58 15,78	42,24; 40,8	327,01 380,2	
403, 23	Кофейный напиток с молоком	200	200	5,0	3,2	24,66	141,38	
0, 13; 5, 19	Хлеб пшеничный	65	80	4,56; 6,08	0,48; 0,64	38,52 39,36	133,2 177,6	
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>87 руб.</b>					
<b>ОБЕД</b>								
	<b>Наименование</b>	<b>Обед №1 (7-11 лет) комплекс</b>	<b>Обед №2 (11-18 лет) комплекс</b>	<b>Энергетическая ценность блюда</b>				
9, 09	Салат из свежей капусты с зеленью и свежим огурцом «Зайчик»	60	60	---	0,77	3,04	2,26	30,97
171, 05	Яйцо отварное со свежим огурцом	--	--	20/10	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
739, 48	Тефтели из рыбы тушеные в овощном соусе	90	90	--	21,12	27,11	35,22	329,3
520, 08 520, 28	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	--	3,25; 3,90	9,25; 11,1	22,02 26,42	138,76 164,11
349, 10	Комлот из смеси сухофруктов С-витаминизированный	200	200	--	0,22	0	19,44	76,75
175, 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	21,94	126,7
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>								
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
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>					
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>								
78, 01	Фрукт порционно/ Яблоко		100		0,90	0,2	8,10	40,0
140, 22	Омлет натуральный с маслом сливочным		150		11,38	8,3	2,89	140,3
351, 01	Кисель фруктовый		200			0,02	18,62	73,23
5, 00	Хлеб ржано-пшеничный		50		2,8	0,4	24,25	117,5
<b>Итого стоимость ужина:</b>			<b>83 руб.</b>					

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством \_\_\_\_\_

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

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Среда  
(неделя 1)  
Дата: «31» 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 11-18 лет			Энергетическая ценность		
				Белки	Жиры	Углеводы			
<b>ЗАВТРАК</b>									
28.01 458.05	Фрукт порционный/ Яблоко	100	150	0,4	0,6	10,0	15,0	42,7/64,05	
375.01	Сырники творожные со сладкой подливкой из сгущенного молока	120/30	120/30	19,3	30,65	61,4		431	
5.37 5.39	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	29,52/39,36	133,2/177,6
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83руб.</b>	<b>87руб.</b>						
<b>ОБЕД</b>									
	<b>Наименование</b>	<b>Обед (7-11 лет) Выход/данный</b>	<b>Обед №1 (11-18 лет) комплекс</b>	<b>Обед №2 комплекс</b>	<b>Энергетическая ценность блюда</b>				
7.06	Салат «Витаминный» капуста и кукуруза заправленный растительным маслом	60	60	--	1,9	2,5	7,80	61	
12.34 20.02	Овощная нарезка/ Огурец/Помидор	--	--	20/20	0,31	0,05	0,75	5,76	
83.22 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	
279.39	Тефтели «Новинка»	90	90	90	16,55	16,03	49,92	381,39	
332.02	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	180	5,7/6,8	3,43/4,11	36,45/43,74	270,31/228,38	
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	
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>	<b>119руб</b>					
<b>ПОЛДНИК</b>									
2003.03	«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	
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>40 руб.</b>	<b>50 руб.</b>						
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>									
1.90	Салат фруктовый с сахарной пудрой		50		0,00	0,15	4,48	21,25	
401.14	Олады «Домашние» с подливой сладкой (молоко сгущенное)		200/30		14,25	4,20	72,21	389,58	
349.10	Компот из смеси сухофруктов		200		0,02/0,01	0	19,44	76,75	
<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 (средняя норма питания)	7-11 лет (рациональная норма)	11-18 лет (средняя норма питания)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет (рациональная норма)	12-18 лет (комплекс)

Заведующая производством \_\_\_\_\_

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

