

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
ЗАКУСКИ
НАПИТКИ

Утверждаю:
Директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

День недели: Понедельник
(неделя 2)
Дата: 08 сентября 2025

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательная ценность 7-11-18 лет				Энергетическая ценность блюда
ЗАВТРАК				Белок	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
51.43	Салат из моркови с яблоками	100	100		0.2	0.3	82.2	
219.2 219.15 621.09	Сырники из творога с фруктовым соусом	120/50	160/50	23.8 31.7	40.9 31.7	39.8 45.3	297.7 385.66	
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	23.3	
0.33 0.08	Хлеб пшеничный	30	40	2.3 3.06	0.2 0.26	14.8 19.73	70.3 93.73	
Итого стоимость комплексного завтрака:		100руб	112руб					
ОБЕД								
Наименование		Обед №1 (7-11 лет)	Обед №2 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда				
41.05	Салат из капусты с морковью	60	60	1	6.1	5.8	81.5	
102.41 102.51	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	250	6.7 8.37	4.6 5.75	16.3 20.37	133.1 166.37	
279.23 33.14 33.12	Тефтели мясные с овощами тушеными	90	100	19.3	16.9	21.3	315.1	
332.29 332.30	Макаронные изделия отварные с маслом	150	180	5.3 6.6	4.9 6.84	32.8 40.92	196.8 251.88	
349.10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0.4	0	21.6	88.1	
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3.3	0.6	19.8	97.8	
Итого стоимость комплексного обеда:		128.65руб	145руб					
ПОЛДНИК								
338.08	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	--	50	0.2	0.2	4.9	22.2	
456.31	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с мясо-овощной начинкой	100	100	11.6	7.9	41.9	284.9	
409.16	Напиток из кураги	200	200	0.2	0.2	6.7	29.1	
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
231.70 291.75	Плов с птицей	200	230	12.8 14.72	15.68 18.03	37.36 42.96	341.76 393.02	
158.02 158.07	Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя»	50	70	7.9 8	4 5.6	53 74.2	279 396.6	
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	23.3	
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3.3	0.6	19.8	97.8	
Итого стоимость полдника:		100руб	112руб					

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
ЗАКУСКИ
НАПИТКИ

Утверждаю:
Директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

День недели: Вторник
(неделя 2)
Дата: 9.09.2025 г.

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательная ценность 7.11.11.18 лет	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК					
50.41	Мучное кулинарное изделие/ Лепешка с сыром	80	80	8.9 12.2 36.4 40.04	213
181.14 181.15	Каша молочная манная с маслом сливочным	200	220	8.9 12.2 36.4 40.04	251.9 277.09
303.33	Кофейный напиток с молоком	200	200	3.9 2.9 11.2	86
0.14 5.01	Хлеб пшеничный	20	50	1.5 3.8 0.2 0.4 9.8 24.6	46.9 117.2
Итого стоимость комплексного завтрака:		100руб	112руб		
ОБЕД					
Наименование	Обед №1 (7-11 лет)	Обед №2 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда		
19.03	Салат из свежих помидор с луком	60	60	0.8 3.1 2.2	39.7
392.44 392.51	Пельмени отварные с бульоном и зеленью	100/100	130/120	17 19.31 15.2 17.27 28.3 32.15	317.6 360.91
268.87 74.24	Котлеты из печени с овощами тушеными	90	100	14.9 16 4.7	222.2 22.2
74.25	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7.8 9.36 7 8.4 33.9 40.68	229.4 275.28
430	Чай с сахаром	200	200	0.4 0.1 5.2	23.3
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3.3 0.6 19.8	97.8
Итого стоимость комплексного обеда:		128.65руб	145руб		
ПОЛДНИК					
338.08	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	--	50	0.2 0.2 4.9	22.2
100.34	Мучное кулинарное изделие / Пицца с сыром	100	100	9.6 6.1 40.7	256.6
430	Чай с сахаром	200	200	0.4 0.1 5.2	23.3
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)					
53.33	Салат из моркови с яблоками	100	100	1 3.2 12.4	82.2
219.2 219.15 621.09	Сырники из творога с фруктовым соусом	120/50	160/50	23.8 31.7 10.8 14.37 26.3 32.3	297.7 385.66
430	Чай с сахаром	200	200	0.23 0.07 15.49	59.69
0.33 5.37	Хлеб пшеничный	30	60	2.3 4.6 0.2 0.4 14.8 29.6	70.3 140.6
Итого стоимость уплотненного полдника:		100руб	112руб		

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

Утверждено:
Директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

2025 г.

АЛЬТЕРНАТИВА
ПРОДУКТОВОГО
ПИТАНИЯ

День недели: Пятница
(неделя 2)

Дата: 12.09

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Полная стоимость 7-11 (1-18)	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК					
901.01	Масло сливочное порционно	10	10	24.1	15.8
37.12	Кондитерское изделие/ Печенье	40	40	3.4	166.3
53.56; 53.58	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	250	7.09; 8.86	31.27; 39.09
430	Чай с сахаром	200	200	0.5	21.1
5.01	Хлеб пшеничный	50	50	3.75	117.25
Итого стоимость комплексного завтрака:		100руб	112руб		
ОБЕД					
	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда	
56.15	Салат «Молодость»	60	60	1.1	2.8
81.88; 81.41	Свекольник «Классический»	200	250	4.6; 5.75	10.9; 13.62
293.81; 33.30	Тефтели из рыбы с овощами тушеными	90	100	19.1	24
520.42; 520.38	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	4.1; 4.92	5.6; 24.2; 29.04
349.03	Напиток из йогурта	200	200	1	20.2
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3.3	19.8
Итого стоимость комплексного обеда:		128.65руб	145руб		97.8
ПОЛДНИК					
338.08	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	--	50	0.2	4.9
23.08	Мучное кондитерское изделие/ Булочка «Сладостен» с вареной ступенкой	100	100	6.8	52.4
349.01	Напиток из кураги	200	200	1	20.2
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб		86.6
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)					
51.33	Салат из моркови с яблоками	100	100	0.4	9.8
672.13; 672.10; 331.44	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметано-томатным	140/30	150/50	7.5; 8.5	12.5; 14.82
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	5.2
5.07; 5.00	Хлеб ржано-пшеничный	30	50	1.98; 3.3	11.88; 19.8
Итого стоимость уплотненного полдника:		100руб	112руб		58.68; 97.8

Группированная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)	
7-11 лет (составное питание)	12-18 лет (составное питание)	7-11 лет (составное питание)	12-18 лет (составное питание)	7-11 лет	12-18 лет		

Заслуживающая подпись

Руководитель образовательного учреждения