


**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

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

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

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательная ценность (7-11 лет)			Энергетическая ценность
				Белок	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
3.01	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	10	2,3	3	0	35,8
132,19/132,20	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	260	9,88/10,27	9,17/9,53	43,51/45,23	286,16/310,08
430	Чай с сахаром	200	200	0,5	0,1	5,4	24,4
0,08/5,39	Хлеб пшеничный	40	80	3/6,1	0,3/0,6	19,7/39,3	93,8/187,46
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				

Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
			Белок	Жиры	Углеводы	
ОБЕД						
20,20	Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,9	1,6	5	37,5
134,41/124,51	Щи из свежей капусты с картофелем	200	4,7/5,9	5,6/7,2	5,7/7,3	92,2/117,6
33,56/33,14/33,12	Шницель с овощной поджаркой	90	20,5/22,1	14,7/19	27/30,4	322,1/361,1
332,29/332,30	Макаронные отварные с маслом сливочным	150	5,3/6,4	4,9/5,9	32,8/39,4	196,8/216,2
349,10	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	25,1	102
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	138 руб.			

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательная ценность (7-11 лет)			Энергетическая ценность
				Белок	Жиры	Углеводы	
ПОЛДНИК							
300,03	Драники с соусом сметанным	--	50/10	2	4,9	11,7	98,7
456,31	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с мясо-овощной начинкой	100	100	11,6	7,9	41,9	284,9
409,16	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,2	6,7	29,1
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
51,33	Салат из моркови с яблоками	100	100	1	3,2	12,4	82,2
219,22/219,15/621,09	Сырники из творога с фруктовым соусом	120/50	160/50	23,9/31,9	10,7/14,3	28,2/34,2	305,6/393,6
450,12	Напиток витаминизированный	200	200	0,23	0,07	15,49	59,69
0,33/0,08	Хлеб пшеничный	30	40	2,3/3	0,2/0,3	14,6/19,7	70,3/93,8
Итого стоимость полдника:		95 руб.	106 руб.				

Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность (7-11 лет)		
			Белок	Жиры	Углеводы
Группировочная ведомость к отчету					
Завтрак	7-11 лет (содержание питания)	12-18 лет (рациональная плата)	7-11 лет (содержание питания)	12-18 лет (рациональная плата)	12-18 лет (вторая смена)
	95 руб.	106 руб.	95 руб.	106 руб.	106 руб.

Звездочка производства _____
 Руководитель образовательного учреждения _____

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

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

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

Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательная ценность (7-11 лет)			Энергетическая ценность
			Белок	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
карное изделие/ кашинья)	75	75	8,55	3,75	66,9	337,93
молочная с маслом сливочным	200	220	7,1/10,2	9,7/12,6	32,3/40,3	245,9/316,4
иток с сахаром	200	200	0,5	0,3	5,6	26,7
ый	25	55	1,87/4,21	0,25/0,36	12,25/21,1	58,62/128,8
Итого стоимость завтрака:		95 руб.	106 руб.			

Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
			Белок	Жиры	Углеводы	
ПОЛДНИК						
но/ или/ Фруктовая нарезка	--	50	0,2	0,2	6,7	29,3
рное изделие / Пицца с сыром	100	100	8,6	6,8	33,4	229,4
на:	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)						
фельные с соусом сметано-томатным	130/50	150/50	9,47/10,12	29,33/33,6	59,8/62,18	550,03/564
рное изделие / фруктовой начинкой	100	100	9,7	6,7	38,9	254,5
енный	20	200	0,4	0,1	5,2	23,3
полдника:	20	50	1,32/3,3	0,24/0,6	7,92/19,8	39,12/97,8
Итого стоимость полдника:		95 руб.	106 руб.			

Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
			Белок	Жиры	Углеводы	
ПОЛДНИК						
но/ или/ Фруктовая нарезка	--	50	0,2	0,2	6,7	29,3
рное изделие / Пицца с сыром	100	100	8,6	6,8	33,4	229,4
на:	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)						
фельные с соусом сметано-томатным	130/50	150/50	9,47/10,12	29,33/33,6	59,8/62,18	550,03/564
рное изделие / фруктовой начинкой	100	100	9,7	6,7	38,9	254,5
енный	20	200	0,4	0,1	5,2	23,3
полдника:	20	50	1,32/3,3	0,24/0,6	7,92/19,8	39,12/97,8
Итого стоимость полдника:		95 руб.	106 руб.			

Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность (7-11 лет)		
			Белок	Жиры	Углеводы
Группировочная ведомость к отчету					
Завтрак	7-11 лет (содержание питания)	12-18 лет (рациональная плата)	7-11 лет (содержание питания)	12-18 лет (рациональная плата)	12-18 лет (вторая смена)
	95 руб.	106 руб.	95 руб.	106 руб.	106 руб.


Звездочка производства _____
 Руководитель образовательного учреждения _____

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

День недели: Среда (неделя 2)
Дата: 12.02 2025 г.

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



№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
28.12	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3	
219,19/219,29/31,13	Вареники с творожной начинкой с молочным сладким соусом	130/30	170/30	16,9/21,6	17,2/1,6	46,8/58,6	416,6/523,9	
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7	
0,34/0,33	Хлеб пшеничный	20	30	1,5/2,3	0,2	9,8/14,8	46,9/70,3	
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.					

№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
ОБЕД								
43,51	Салат из капусты с морковью	60	60	1,01	2,06	3,9	37,92	
102,41/102,51	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	250	7,3/9,1	4,7/5,9	15,7/18,8	131,9/164,8	
291,72	Плов с птицей	250	250	19,1	20,2	48,2	451,1	
349,10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,4	0	25,1	102	
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	138 руб.					

№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
ПОЛДНИК								
338,08	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	50	50	0,2	0,2	6,7	29,3	
784,40	Мучное кулинарное изделие/ Пирожок печеный с начинкой из яйца и зеленого лука	100	100	5,3	3,4	43,4	225,4	
409,16	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,1	6,2	26,4	
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.					

№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
28,09	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	60	0,24	0,24	5,88	26,64	
401,29/401,31/621,06	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой	200/40	250/40	23,37/27,6	130,92/27,6	130,92/217,68	818,97/945,4	
300,03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,5	0,3	5,6	26,7	
Итого стоимость уплотнённого полдника:		95 руб.	106 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (сменная питанье)	12-18 лет (рецептурная плата)	7-11 лет (сменная питанье)	12-18 лет (рецептурная плата)	7-11 лет (сменная питанье)	12-18 лет (рецептурная плата)	


Заведующая производством _____
Руководитель образовательного учреждения _____

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

День недели: Четверг (неделя 2)
Дата: 13.02 2025 г.

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



№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
4,27	Салат из моркови с сахаром	60	60	0,8	0,1	4,1	20,2	
267,87/33,20	Крокеты с кабачком тушеные с овощами	70	70	14,07	15,24	22,2	262,6	
332,29/332,30	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	5,3/7,71	4,8/4,73	32,8/49,36	196,8/271,05	
430,12	Чай витаминизированный	200	200	0,6	0,2	7	32,4	
0,33/0,08	Хлеб пшеничный	30	40	2,3/3	0,2/0,3	14,8/19,7	70,3/93,8	
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.					

№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
ОБЕД								
6607,03	Кондитерское изделие/ Печенье	1 шт	1 шт	0,66	3,03	1,94	38,12	
140,41/140,51	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	5,4/6,7	5,5/6,9	15,5/19,4	133,3/166,7	
267,84/331,19	Котлета из курицы с овощной поджаркой	90	100	16,1/17,8	26,1/29	33/36,6	430,9/467,6	
330,02/250,06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	14,5/17,4	7,7/9,2	33,9/40,7	263/315,6	
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3	
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	4	0,7	23,8	117,4	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	138 руб.					

№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
ПОЛДНИК								
401,22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	10,1	15,3	50,3	379,2	
389,12/407	Сок фруктовый	150	200	0,75/1	0	19,05/25,4	79,2/105,6	
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.					

№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества 7-11/11-18г			Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
28,09/28,01	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	100	0,24/0,91	0,24/0,16	5,88/8,08	26,64/37,83	
267,76	Масной подлив с овощами	50	50	5,71	8,27	2,74	110,26	
13,26	Каша пшеничная гарнирная с маслом сливочным	150	150	4,17	4,99	23,94	157,5	
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3	
5,41/5,00	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	2,64/4	0,46/0,7	15,84/23,8	78,24/117,4	
Итого стоимость уплотненного полдника:		95 руб.	106 руб.					

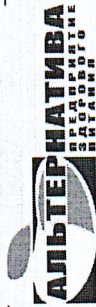
Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (сменная питанье)	12-18 лет (рецептурная плата)	7-11 лет (сменная питанье)	12-18 лет (рецептурная плата)	7-11 лет (сменная питанье)	12-18 лет (рецептурная плата)	

Заведующая производством _____
Руководитель образовательного учреждения _____

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



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

День недели: Пятница
(неделя 2)
2025 г.
Дата: 11.02

№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества				Энергетическая ценность
		7-11 лет	11-18 лет	Жиры	Углеводы	Белки	Энергетическая ценность	
ЗАВТРАК								
26.01	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	100	100	0,91	0,16	8,08	37,83	
219/219/15/621/09	Сырники из творога с фруктовым соусом	120/50	160/50	2,95/31,9	107/143	28,2/34,2	305,6/393,6	
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	0,2	2,3	
0,37/0,08	Хлеб пшеничный	30	40	2,3/3,3	0,2/0,3	148/197	70,3/93,8	
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.					
ОБЕД								
Наименование								
28.09	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	60	0,24	0,24	5,88	26,64	
134,41/134,51	Суп крестьянский с крупой	200	250	7,4/5,8	3,9/4,1	20,1/14,2	145,1/117	
279/33/33/19	Тертели с овощами тушеными	90	100	12,9/13,9	17,3/21,6	15,7/16,7	266,3/325,3	
520,36/520,38	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/4,9	5,3/6	19,75/29,1	139,4/189,8	
301,03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,5	0,3	5,6	26,7	
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	138 руб.					
ПОЛДНИК								
520,20	Крокеты картофельные	---	50	2,2	5,2	11,6	101,8	
695,37	Мучное кулинарное изделие / Вагрушка с фруктовой начинкой	100	100	9,7	6,7	38,9	254,5	
345,95	Компот из яблок и шповника	200	200	0,2	0,1	6,7	28,5	
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
28,12	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	120	120	0,48	0,48	11,76	51,29	
672,86/672,85/234,12	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	6,68	11,1/3,3	34,4/8,4	263,6/321	
480	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	21,7	
5,07/5,00	Хлеб ржано-пшеничный	30	50	1,98/3,3	0,36/0,6	11,88/19,8	58,68/97,8	
Итого стоимость уплотненного полдника:		95 руб.	106 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак	Обед		Подлник	Уплотненный полдник (вторая смена)
	7-11 лет (социальное питание)	12-18 лет (образовательная)		
	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
	(социальное питание)	(образовательная)	(образовательная)	(образовательная)

Заведующая производством
Руководитель образовательного учреждения

