

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

Утверждено: Понедельник
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

Дата: 11 ноября 2024 г

№ рецептуры	Наименование	Выход		Планируемая стоимость (11-18 лет)				Энергетическая ценность блюда
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	ккал/100г	
ЗАВТРАК								
3.01/3	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	20	2,3/4,6	3/5,9	0	35,8/ 71,7	
345,84/345,85	Каша молочная из смеси круп «Дружба» с маслом сливочным	230	260	3,75/6,48	6,25/11,7	37,6/31,3	194,2/ 220,8	
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7	
5,37/5,46	Хлеб пшеничный	60	70	4,6/5,3	0,5/0,6	29,5/34,4	140,6/ 164,1	
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.		100 руб.				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Выход		Планируемая стоимость (11-18 лет)				Энергетическая ценность блюда
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	ккал/100г	
ОБЕД								
43,07	Салат из капусты с морковью	60	60	1,01	2,06	3,9	37,92	
140,11/140,36	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,4/6,7	5,5/6,9	15,5/19,4	133,7/ 166,7	
33,11/33,14/ 33,12	Быточки тушёные с овощами	90	100	18,1/19,7	19,6/	28,6/32	363,4/ 422,4	
7405/74,23	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7,8/9,3	7/8,4	33,9/40,6	275,9/ 323,5	
409,02	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	12,8	54,6	
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.		130 руб.				

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Выход		Планируемая стоимость (11-18 лет)				Энергетическая ценность блюда
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	ккал/100г	
ПОЛДНИК								
338,08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0,2	0,2	4,9	22,5	
695,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	100	100	10,8	5,4	41,9	259,9	
409,16	Напиток из яблок	200	200	0,4	0	29,5	119,6	
Итого стоимость полдника:		48 руб.		58 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
28,01	Фрукт порционно/ или /Фруктовая нарезка	100	100	0,4	0,4	9,8	44,41	
401,20/11,18/ 11,39	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой	200/30	200/50	47,53/ 18,46	16,88/ 17,23	98,19/ 103,15	614,23/ 624,12	
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7	
Итого стоимость полдника:		90 руб.		100 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

Утверждено: Вторник
Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

Дата: «12» 11 2024 г.

№ рецептуры	Наименование	Выход		Планируемая стоимость (11-18 лет)				Энергетическая ценность блюда
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	ккал/100г	
ЗАВТРАК								
28,12	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3	
679,96/ 679,96/ 234,09	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	6,6/8	11,1/13,3	34,4/42,4	263,6/ 321	
303,03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,5	0,3	5,6	26,7	
0,33/5,01	Хлеб пшеничный	30	50	2,3/3,8	0,2/0,4	14,8/24,6	117,2	
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.		100 руб.				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Выход		Планируемая стоимость (11-18 лет)				Энергетическая ценность блюда
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	ккал/100г	
ОБЕД								
62,02	Салат из моркови с сахаром	60	60	0,8	3,2	12,4	82,2	
184,05/ 66,02/ 77,77/ 77,77/ 355/21,10/ 409,02	Борщ со свежей капустой и картофелем Гуляш из говядины с овощным соусом Рис отварной гарнир с маслом сливочным Напиток из яблок и ягод Хлеб ржано-пшеничный	200/ 90/ 150/ 200/ 50	250/ 100/ 180/ 200/ 50	5,2/ 6,4/ 14,9/ 16,5/ 3,5/ 4,2/ 0,2/ 3,3	4,5/ 5,6/ 16/ 22,1/ 5,6/ 5,2/ 0,1/ 0,6	11,7/ 13,6/ 47,8/ 1/ 22,2/ 35,8/ 42,9/ 207,5/ 235/ 93,3	107,8/ 129,8/ 232,2/ 297,8/ 207,5/ 235/ 93,3	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.		130 руб.				

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Выход		Планируемая стоимость (11-18 лет)				Энергетическая ценность блюда
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	ккал/100г	
ПОЛДНИК								
530,20	Крокеты картофельные	--	50	2,2	5,2	11,6	101,8	
738,40	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с начинкой из яйца с зеленым луком	100	100	8,6	6,8	33,4	229,4	
345,95	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,4	0	6,4	27,6	
Итого стоимость полдника:		48 руб.		58 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
43,33/ 43,43/ 202,64/ 331,06/ 409,16/ 5,41/ 5,00	Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой) Макароны с мясными изделиями с соусом сметано-томатным Напиток из яблок Хлеб ржано-пшеничный	60/ 170/30/ 200/ 40	100/ 170/30/ 200/ 50	2,31/ 3,86/ 18,97/ 19,02/ 0,2/ 1,98/ 3,3	4,82/ 6,38/ 27,43/ 29,50/ 0,1/ 0,36/ 0,6	2,35/ 3,92/ 23,82/ 24,66/ 82,4/ 11,88/ 19,8	53,17/ 85,56/ 313,17/ 318,18/ 82,4/ 58,68/ 97,8	
Итого стоимость ужина:		90 руб.		100 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

Утверждено: **Среды**
(неделя 1)
Дата: « **13** / **11** / **2024** г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход		Планируемое количество		Энергетическая ценность
		7-11 лет	11-18 лет	Жир	Углеводы	
ЗАВТРАК						
51,76	Салат из моркови с яблоками	60	60	0,6	1,9	7,4
267,66	Мясная подлива с овощами	50	50	5,71	8,27	2,74
13,24/13,25	Каша пшеничная гарнирная с маслом сливочным	150	180	4,17/5,0	4,99/3,98	23,94/28,72
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2
0,08/5,37	Хлеб пшеничный	40	60	3,8/5,3	0,4/0,6	24,6/34,4
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.			

Наименование	Объём (7-11 лет)	Объём (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда		
			ккал	г	
Салат из свежих овощей с сыром	60	60	5,4	8,9	
Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	4,8/6	7,3/9,2	
Котлеты из печени с овощами тушеными	90	100	10,1/11,2	14,4/16	
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	5,3/6,4	4,9/5,9	
Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,4	0	
Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.		

Наименование	Объём (7-11 лет)	Объём (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда		
			ккал	г	
ПОЛДНИК					
Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	50	50	0,3	0,2	
Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5,3	3,4	
Сок фруктовый	200	200	1	0	
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)					
Котлета под соусом овощным с томатом	60	75	11,4/13,8	13,7/19	
Картофельное пюре с маслом сливочным	120	150	2,48/3,1	4,2/4,5,3	
Мучное кулинарное изделие/ Булочка домашняя с сахаром	75	75	8,1	4,05	
Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	
Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	
Итого стоимость уплотнённого полдника:		90 руб.	100 руб.		

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак (составные блюда)	7-11 лет	12-18 лет	Объём №1 (полдник)	7-11 лет	12-18 лет	Уплотнённый полдник (вторая смена)
Завтрак	90	100	48	58	90	100
Полдник	48	58	90	100		

Руководитель образовательного учреждения

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

Утверждено: **Четверг**
(неделя 1)
Дата: « **14** / **11** / **2024** г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход		Планируемое количество		Энергетическая ценность
		7-11 лет	11-18 лет	Жир	Углеводы	
ЗАВТРАК						
158,07	Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя»	75	75	5,79	2,52	44,59
71,28/71,29	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7,9/8,7	11,6/12,8	33,7/37
303,29	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,9	2,9	11,2
0,92/5,54	Хлеб пшеничный	25	55	1,87/4,21	0,25/0,36	12,29/21
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.			

Наименование	Объём (7-11 лет)	Объём (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда		
			ккал	г	
Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой)	60	60	1,9	2,5	
Рассольник «Домашний»	200	250	5,2/6,5	4,5/5,6	
Тертая с овощами тушеными	90	100	14,1/15,7	18,6/22,9	
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/3,5	5,3/13,6	
Напиток из яблок	200	200	0,1	0,1	
Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.		

Наименование	Объём (7-11 лет)	Объём (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда		
			ккал	г	
ПОЛДНИК					
Драники с соусом сметанным	50	50	2	5,5	
Мучное кулинарное изделие / Слойка с сыром	100	100	9,7	6,7	
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)					
Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	100	100	0,4	0,4	
Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	150/30	150/50	8/8,53	13,8/14,9	
Напиток из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,2	0,1	
Хлеб ржано-пшеничный	20	50	1,32/3,3	0,24/0,6	
Итого стоимость уплотнённого полдника:		90 руб.	100 руб.		

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак (составные блюда)	7-11 лет	12-18 лет	Объём №1 (полдник)	7-11 лет	12-18 лет	Уплотнённый полдник (вторая смена)
Завтрак	90	100	48	58	90	100
Полдник	48	58	90	100		

Руководитель образовательного учреждения

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя 1)

Дата: 15.11 2024 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11 лет / 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28,16/28,01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	80	100	1,29/1,53	0,42/0,53	16,8/ 21	75,6/ 94,53
340,23	Омлет натуральный с маслом сливочным	100	100	8,45	12	2,15	150,35
53,50/53,54	Каша пшеничная с маслом сливочным	70	100	3,46/4,15	2,64/ 2,84	21,96/ 25,95	153,1/ 145,66
430,12	Чай витаминизированный	200	200	0,5	0,1	4,6	21,1
5,01	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				

№ рецептуры	Наименование	Оед (7-11 лет)	Оед №1 (11-18 лет)	Пищевая ценность 7-11 лет / 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ОБЕД							
56,09	Салат «Молодость»	60	60	1,9	2,5	7,8	61
155,75/155,81	Суп картофельный с клецками	200	250	7,4/5,8	3,9/4,1	20,1/14,2	145,1/117
239,73/239,75	Рыбные палочки с овощной поджаркой	90	100	15,3/16,9	10,9/15,2	23,7/27,1	254,5/ 313,5
355/21,10	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,6/4,3	4,8/5,8	36,4/43,7	244,2
409,02	Напиток из яблок и ягод	200	200	0,5	0,1	12,8	54,6
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.				

№ рецептуры	Наименование	Оед (7-11 лет)	Оед №1 (11-18 лет)	Пищевая ценность 7-11 лет / 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ПОЛДНИК							
338,08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	---	50	0,3	0,2	6	26,5
738,68	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с картофелем и луком	100	100	10,1	15,3	50,3	379,2
304	Кисломолоочный напиток/Ряженка	200	200	5,8	5	8,4	101,8
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
30,09/ 50,35	Салат из свеклы с сыром	60	100	4,3/ 7,16	7,5/ 12,5	4,6/ 7,66	102,6/ 171
555,64/ 455,66/351,28	Ленивые голубцы под соусом сметано- томатным	160/30	160/40	16,23/ 16,37	11,85/ 12,35	20,52/ 21,2	253,11/ 261,09
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 уплотненного полдника:		90 руб.	100 руб.				

Гриппированная ведомость к отчету.

7-11 лет (социальное питание)	Завтрак	Обед №1 (полужидкая еда)	12:18 лет (полужидкая еда)	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
				7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством _____
Руководитель образовательного учреждения _____

