

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА

ПРЕДПРИЯТИЕ
ПРОДУКЦИИ

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

День недели: Понедельник
(неделя 3)
Дата: 12 мая 2025 г

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 12-18 лет	Плотность 7-11 лет			Энергетическая ценность блюда
ЗАВТРАК							
901.01	Масло сливочное порционное	10	10	0.1	7.3	9.5	66.1
71.15 71.17	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	250	270	1.6	1.8	19.6	325.5
303.33	Кофейный напиток с молоком	200	200	1.2	1.2	1.2	351.54
0.08 5.46	Хлеб пшеничный	40	70	3.53	0.3 0.6	19.7 34.4	86
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.		106 руб.			
ОБЕД							
Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (12-18 лет)	Энергетическая ценность блюда				
10.08	Овощи натуральные порционно/ Огурец соленый	1порц.	1порц.	0.08	0.01	0.17	1.3
140.41 140.51	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5.4 6.7	5.5 6.9	15.5 19.4	133.3
33.25 33.18 33.19	Котлета мясная с овощами тушеными с томатом	90	100	16.1 17.8	26.1 29	31 36.6	430.9
74.24 74.25	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7.8 9.3	7.8 4	33.9 40.6	229.4
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:		128,65 руб.		138 руб.			
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
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	23.7
Итого стоимость полдника:		51 руб.		61 руб.			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28.07	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	60	0.24	0.24	5.88	26.64
401.29 401.31 621.10	Оладьи «Домашние» со сладкой подливкой	200/40	250/40	23.37 26.75	22.53 27.6	130.92 145.4	818.97
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	23.7
Итого стоимость полдника:		95 руб.		106 руб.			

Группировочная ведомость к меню:

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА

ПРЕДПРИЯТИЕ
ПРОДУКЦИИ

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

День недели: Вторник
(неделя 3)
Дата: 13.05.2025 г

№ рецептура	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 12-18 лет	Безал.	Эт.ал.	Углеводы	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК							
28.09	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	60	0.24	0.24	5.88	26.64
267.66	Мясной подлив с овощами	60	60	6.88	9.92	3.28	132.11
332.29/ 332.30	Макаронные изделия отварные с маслом	150	180	5.3	6.4	32.8	39.4
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	23.7
0.33/5.01	Хлеб пшеничный	30	50	2.3/3.8	0.2/0.4	14.8/24.6	70.3/ 117.2
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
Наименование		Обед (7-11 лет)	Обед (12-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
6607.03	Кондитерское изделие/ Печенье	1 порц.	1 порц.	0.66	3.03	1.94	38.12
184.04/ 66.13	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	5.2/ 7	4.5/ 10	11.7/ 14.2	107.8/ 173.3
291.73	Плов с птицей	230	230	19.1	20.2	48.2	451.1
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	23.7
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3.3	0.6	19.8	97.8
Итого стоимость комплексного обеда:		128,65 руб.	138 руб.				
ПОЛДНИК							
520.20	Крокеты картофельные	--	50	2.2	5.2	11.6	101.8
476.09	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с яблоками	100	100	5.2	4.5	30.1	181.8
407	Сок фруктовый	200	200	1	0.2	20.2	86.6
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
244.05	Овощи натуральные порционно/ Зеленый горошек	1 порц.	1 порц.	0.08	0.01	0.17	1.3
202.64/ 331.35	Макаронник с мясными изделиями с овощами тушеными	170/30	170/30	31.61	45.7	99.7	520.2
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	23.7
541/ 5	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	2.64/ 3.3	0.48/ 0.6	15.86/ 19.8	78.24/ 97.8
Итого стоимость ужина:		95 руб.	106 руб.				

Группировочная ведомость к меню:

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
ЗАКУСКИ И НАПИТКИ

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

День недели: Среда
(неделя 3)
Дата: 16.05 2025 г.

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 12-18 лет	Энергетическая ценность блюда
ЗАВТРАК				
3.01	Гастрономия/ Сыр порционно	10	10	35,8
53,56 53,56	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	250	217,9 345
158,02	Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя»	50	50	150,2
430	Чай с сахаром	200	200	23,7
0,08	Хлеб пшеничный	40	40	93,8
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.	

Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда
Салат из свежих овощей с сыром	60	60	102,5
Птица из свежей капусты с картофелем	200	250	113,9
Котлеты из печени с овощами тушеными	90	100	115,7
Макаронные изделия отварные с маслом	150	180	272 244,3
Компот из смеси сухофруктов	200	200	209,9
Хлеб ржано-пшеничный	50	50	236,2
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	88,1
Итого стоимость комплексного обеда:		128,65 руб.	138 руб.

Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда
Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	50	50	47,3
Мучное кондитерское изделие/ Эчпочмак	100	100	232
Компот из яблок и шиповника	200	200	21,3
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)			
Котлета мясная с овощами тушеными с томатом	60	75	221,77
Каша гречневая с маслом сливочным	120	150	310,7
Мучное кулинарное изделие/ Плов	75	75	12,98
Чай с сахаром	200	200	18,05
Хлеб ржано-пшеничный	50	50	20,19
Итого стоимость уплотненного полдника:		95 руб.	106 руб.

Гуттиризовская ведомость к отчету

7.11.лет (символьное питание)	12.18.лет (проектная норма)	Обед №1 (12-18 лет (комплекс))	Подпись	Уплотненный полдник (вторая смена)

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
ЗАКУСКИ И НАПИТКИ

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

День недели: Четверг
(неделя 3)
Дата: 15.05 2025 г.

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 12-18 лет	Энергетическая ценность блюда
ЗАВТРАК				
3.01	Гастрономия/ Сыр порционно	10	10	35,8
71,85 71,37	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	250	270	322,5
693,13	Какао с молоком	200	200	351,54
0,08 5,46	Хлеб пшеничный	40	70	12,5
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.	

Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда
Салат из капусты	60	60	81,5
Суп крестьянский с крупой	200	250	7,4 5,8
Наггетсы с овощной поджаркой	90	100	20,1 14,2
Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	15,01 16,6
Напиток из яблок	200	200	18,27 20,3
Хлеб ржано-пшеничный	50	50	4,4 4,88
Итого стоимость комплексного обеда:		128,65 руб.	138 руб.

Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда
Драники с соусом сметанным	50/10	2	4,9
Мучное кулинарное изделие / Ватрушка с фруктовой начинкой	100	100	11,7
Чай с сахаром	200	200	10,8
Итого стоимость полдника:		51 руб.	5,2
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)			
Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	100	100	0,4
Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	150/30	150/50	0,4
Чай с сахаром	200	200	8,8 5,3
Хлеб ржано-пшеничный	20	50	13,3 14,9
Итого стоимость уплотненного полдника:		95 руб.	42,4 43,93

Гуттиризовская ведомость к отчету

7.11.лет (символьное питание)	12.18.лет (проектная норма)	Обед №1 (12-18 лет (комплекс))	Подпись	Уплотненный полдник (вторая смена)

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



АЛЬТЕРНАТИВА
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

Наименование

День недели: Пятница
(неделя 3)

Дата: 16.05.2025 г.

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

Выход:
11-18 лет

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Энергетическая ценность 11-18 лет	Энергетическая ценность 11-18 лет
ЗАВТРАК					
28.16.28.01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	80	100	122 1,53	0,42 0,53
340.25	Омлет натуральный с маслом сливочным	100	100	8,45	2,18
53.55.53.59	Каша пшенная с маслом сливочным	70	100	346,415	2,04 2,46
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	5,2
53.01	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.		106 руб.	

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Энергетическая ценность 11-18 лет	Энергетическая ценность 11-18 лет
ОБЕД					
ПОЛДНИК					
66037.03	Кондитерское изделие/ Печенье	1 порц.	1 порц.	0,66	3,03
155.41.155.51	Суп картофельный с клецками	200	250	7,4 9,3	3,9 4,9
293.81.33.20	Тертель из рыбы с овощами тушеными	90	100	20,5 22,1	14,7 19
355.02.355.03	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,5 4,3	5,6 6,7
519.09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6
Итого стоимость комплексного обеда:		128,65 руб.		138 руб.	

ПОЛДНИК						
338,08	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	--	50	0,3	0,2	6
786,68	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с картофелем и луком	100	100	10,1	15,3	50,3
407	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	20,2
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)						
66037,03	Кондитерское изделие/ Печенье	1порц.	1порц.	0,66	3,03	1,94
455,641	Ленивые голубцы под соусом сметано- томатным	160/30	160/40	16,23/ 16,37	11,85/ 12,35	20,52 21,2
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8
Итого стоимость уплотненного полдника:		95 руб.	106 руб.			

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

