

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
НАСТОЯЩЕГО ПИТАНИЯ

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

День недели: Понедельник
(неделя 2)
Дата: 20 октября 2025

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11-18 лет			Энергетическая ценность блюда
ЗАВТРАК							
51.33	Салат из моркови с яблоками	100	100	1	5.2	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	0.4	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 (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
28.09	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	60	0.4	0.4	9.8	45
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
279.93 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
486.33	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с мясо-овощной начинкой	100	100	11.6	7.9	41.9	284.9
349.01	Напиток из кураги	200	200	0.2	0.2	6.7	29.1
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
231.73 291.76	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	279.390 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				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак	Обед №1	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (суммированное питание) (дробная часть платит) (дробная часть платит)	12-18 лет (суммированное питание) (дробная часть платит)	7-11 лет	12-18 лет
Заведующая производством	Заведующая производством	Заведующая производством	Заведующая производством
Руководитель образовательного учреждения	Руководитель образовательного учреждения	Руководитель образовательного учреждения	Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
НАСТОЯЩЕГО ПИТАНИЯ

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

День недели: Вторник
(неделя 2)
Дата: 21.10 2025 г.

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7.11-11.8г			Энергетическая ценность	
ЗАВТРАК								
50.41	Мучное кулинарное изделие/ Лепешка с сыром	80	80	7.7	5.8	32.6	213	
181.14 181.15	Каша молочная манная с маслом сливочным	200	220	8.3 9.13	8.1 8.91	36.4 40.04	251.9 277.09	
303.33	Кофейный напиток с молоком	200	200	3.9	2.9	11.2	86	
0.34 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 (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда				
43.05	Салат из капусты с морковью	60	60	1	6.1	5.8	81.5	
192.21/ 192.22	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
268.86/ 268.87	Котлеты из печени с овощами тушеными	90	100	14.9	16	4.7	222.2	
74.24 74.25	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7.8 9.36	7 8.4	33.9 40.08	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)								
51.33	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					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак	Обед №1	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (суммированное питание) (дробная часть платит) (дробная часть платит)	12-18 лет (суммированное питание) (дробная часть платит)	7-11 лет	12-18 лет
Заведующая производством	Заведующая производством	Заведующая производством	Заведующая производством
Руководитель образовательного учреждения	Руководитель образовательного учреждения	Руководитель образовательного учреждения	Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА

НАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

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

День недели: Среда
(неделя 2)
Дата: 22.10 2025 г.

Выход:
7-11 лет

Выход:
11-18 лет

Энергетическая
ценность

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28.01 28.12	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	100	120	6.2	0.5	11.8	51.3
210.24 621.13 621.15	Запеканка творожная с соусом молочным сладким	130/50	130/60	16.9 21.66	17 21.55	46.8 38.38	416.6 523.86
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	23.3
0.34 0.08	Хлеб пшеничный	20	40	1.5 2.25	0.2 0.3	9.8 14.7	46.9 70.35
Итого стоимость комплексного завтрака:		100руб	112руб				
ОБЕД							
	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
50.38	Салат из свежкы с сыром	60	60	5.4	8.9	4.6	120.5
134.07 134.08	Суп крестьянский с крупой	200	250	5.1 6.38	5.8 7.25	10.8 13.5	115.6 144.5
436.21	Картофель, тушеный с птицей	250	250	23	33.1	28.9	505.8
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:		128.65руб	145руб				
ПОЛДНИК							
338.08	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	--	50	0.2	0.2	4.9	22.2
718.40	Мучное кулинарное изделие/ Пирожок печеный с начинкой из яйца и зеленого лука	100	100	9.7	6.7	38.9	254.5
375.45	Чай с лимоном	200	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28.09	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	60	0.25	0.25	5.9	26.65
401.29 401.31 621.10	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой	200/40	250/40	23.37 29.21	22.53 28.16	130.92 163.65	818.97 1023.71
303.33	Кофейный напиток с молоком	200	200	3.9	2.9	11.2	86
Итого стоимость уплотнённого полдника:		100руб	112руб				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак

7-11 лет (составное питание)

12-18 лет (составное питание)

Обед №1

12-18 лет (комплекс)

Полдник

7-11 лет

12-18 лет

Уплотненный полдник (вторая смена)

Заслуживающая премию

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА

НАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

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

День недели: Четверг
(неделя 2)
Дата: 23.10 2025 г.

Выход:
7-11 лет

Выход:
11-18 лет

Энергетическая
ценность

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
ЗАВТРАК							
3.01	Гастрономия/ Сыр порционно	10	10	Белки 2,3	Жиры 3	Углеводы 0	35,8
132,19 132,24	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	270	8,9/9,60	7,2/7,77	33,4/36,07	234,2 252,93
693,13	Какао с молоком	200	200	4,7	3,5	12,5	106,4
0,08 5,46	Хлеб пшеничный	40	70	3 5,25	0,3 0,525	19,7 34,47	93,8 164,15
Итого стоимость комплексного завтрака:		100руб	112руб				
ОБЕД							
	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
340,12 244,08 20,02	Яйцо отварное/ зеленый горошек/ морковь брусочками	20/20/20	20/20/20	3,2	2	1,8	38,5
140,41 151,76	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,4 7,12	5,5 9	15,5 15,12	133,3 160,87
666,22 666,24	Птица тушеная с овощами	90	100	17,3	20,6	1,1	259,1
330,02 250,06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	14,5 17,4	7,7 9,24	33,9 40,68	263 315,6
349,01	Напиток из кураги	200	200	0,5	0,1	25,3	104,4
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
401,22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	10,1	15,3	50,3	379,2
304,05	Кисломолочная продукция/ Ряженка	150	150	4,4	3,8	6,3	76,4
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28,09 28,01	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	100	0,25 0,4	0,25 0,4	5,9 9,8	26,65 44,4
267,76	Мясной подлив с овощами	50	50	5,71	8,27	2,74	110,26
13,26	Каша пшенная гарнирная с маслом сливочным	150	150	4,17	4,99	23,94	157,5
349,02	Напиток из изюма	200	200	0,2	0,1	20,1	82,4
5,41 5,00	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	2,64 3,3	0,48 0,6	15,84 19,8	78,24 97,8
Итого стоимость уплотненного полдника:		100руб	112руб				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак

7-11 лет (составное питание)

12-18 лет (составное питание)

Обед №1

12-18 лет (комплекс)

Полдник

7-11 лет

12-18 лет

Уплотненный полдник (вторая смена)

Заслуживающая премию

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА

ПРОДУКЦИЯ

ПИТАНИЯ

День недели: Пятница
(неделя 2)

Дата: 24.10 2025 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход		Плановый расход		Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	Варен	Углевода		
ЗАВТРАК							
901.01	Масло сливочное порционно	10	10	2.1	3	0	35.8
37.12	Кондитерское изделие/ Печенье	40	40	3	3.9	29.8	166.3
53.56, 53.58	Каша пшеничная с маслом сливочным	200	250	7.69	8.86	7.18	31.27
430	Чай с сахаром	200	200	0.5	0.1	4.6	21.1
5.01	Хлеб пшеничный	50	50	3.75	0.37	24.62	117.25
Итого стоимость комплексного завтрака:		100руб	112руб				
ОБЕД							
№ рецептуры	Наименование	Выход		Плановый расход		Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	Варен	Углевода		
ПОЛДНИК							
28.09	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	60	0.4	0.4	9.8	45
81.88, 81.41	Свекольник «Классический»	200	250	4.6	5.75	2.7	13.62
293.81, 33.20	Тефтели из рыбы с овощами тушеными	90	100	19.1	11.8	24	278.2
520.36, 520.38	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	4.1	4.92	5.6	24.2
349.02	Напиток из изюма	200	200	1	0.2	20.2	86.6
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3.3	0.6	19.8	97.8
Итого стоимость комплексного обеда:		128.65руб	145руб				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
338.08	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	--	50	0.2	0.2	4.9	22.2
23.08	Мучное кондитерское изделие/ Булочка «Сладостен» с вареной студеной	100	100	6.8	4.3	52.4	276
349.01	Напиток из кураги	200	200	1	0.2	20.2	86.6
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (второй смена)							
51.33	Салат из моркови с яблоками	100	100	0.4	0.4	9.8	44.41
672.13, 672.10, 331.44, 331.54	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	0.1	5.2	23.7
5.07, 5.00	Хлеб ржано-пшеничный	30	50	1.98	3.3	0.36	0.6
Итого стоимость уплотненного полдника:		100руб	112руб				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак	Обед №1	Полдник	Уплотненный полдник (второй смена)
7-11 лет (составное питание)	7-11 лет (составное питание)	7-11 лет	12-18 лет
7.11 лет (составное питание)	7.11 лет (составное питание)	7.11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения