

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
ЗАКЛАДОВАЯ
КОМПАНИЯ

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

День недели: Понедельник
(неделя I)
Дата: 31 марта 2025 г

№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевые вещества / 100 г продукта			Энергетическая ценность блюда
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
301	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	10	2,3	3	0	35,8
345,99 406,00	Каша молочная из смеси круп «Дружба» с маслом сливочным	230	270	5,75 6,25	7,92	27,6 32,4	194,2 227,97
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,4	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:		95 руб.		106 руб.			
ОБЕД							
Наименование		Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
43,05	Салат из капусты с морковью	60	60	1,01	2,06	3,9	37,92
140,41 140,51	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,4 6,7	5,5 6,9	15,5 19,4	133,3 160,9
33,25 33,18 33,19	Котлета мясная с овощами тушеными с томатом	90	100	16,1 17,8	26,1 29	33 36,6	167,6 190,9
74,24 74,25	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7,8 9,3	7 8,4	33,9 40,6	129,4 155,3
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							
338,08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0,2	0,2	4,9	22,5
695,37	Мучное кулинарное изделие / Ватрушка с фруктовой начинкой	100	100	9,7	6,7	38,9	254,5
409,16	Напиток из яблок	200	200	0,4	0	29,5	119,6
Итого стоимость полдника:		51 руб.		61 руб.			
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28,01	Фрукт порционно/ или /Фруктовая нарезка	100	100	0,4	0,4	9,8	44,41
401,29 621,12 621,11	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой	200/30	200/50	47,53 18,46	16,88 10,15	98,19 103,15	614,23 623,12
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
Итого стоимость полдника:		95 руб.		106 руб.			

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак	Обед №1	Подпись	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (составное питание)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет
Заведующая производством			
Руководитель образовательного учреждения			

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
ЗАКЛАДОВАЯ
КОМПАНИЯ

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

День недели: Вторник
(неделя I)
Дата: 01.04.2025 г

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества / 100 г продукта			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28,12	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
672,06 672,06 24,12	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	6,68	11,1	34,4	263,6 321
303,03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,5	0,3	5,6	26,7
6,33/5,01	Хлеб пшеничный	30	50	2,33/8	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 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
600,7/3,03	Кондитерское изделие/ Печенье	1 порц.	1 порц.	0,66	3,03	1,94	38,12
184,04	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	5,2	6,4	11,7	107,8
66,13	Котлеты из печени с овощами тушеными	90	100	10,1	11,2	14,4	129,8
208,87	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,5	4,2	5,6	20,7
355,02	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
430	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	Крокетты 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
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)							
43,56/43,57	Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой)	60	100	2,31	3,86	3,82	53,13
202,64	Макаронник с мясными изделиями с тушеными овощами	170/30	170/30	18,97	19,02	27,43	312,17
33,135	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
430	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	1,98	3,3	0,36	58,68
5,41/5,00	Итого стоимость ужина:	95 руб.		106 руб.			

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак	Обед №1	Подпись	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (составное питание)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет
Заведующая производством			
Руководитель образовательного учреждения			

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
ЗАВТРАКИ
ПИТАНИЕ

День недели: Среда
(целая 1)

Дата: 2025 г.
204

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11/11-18			Энергетическая ценность блюда
ЗАВТРАК							
267.66	Мясной подлив с овощами	60	60	6.85	3.28	132.31	120.5
13.26/13.27	Каша пшенная гарнирная с маслом сливочным	150	180	4.17/5.00	4.99/5.95	25.94/28.72	113.8/115.4
50.20	Лепешка с сыром	50	50	4.8	3.07	26.61	252.4
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	20.7/21
0.08/3.17	Хлеб пшеничный	40	60	3.8/5.3	0.4/0.6	24.6/34.4	196.8/236.2
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
Наименование		Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
50.38	Салат из свеклы с сыром	60	60	5.4	8.9	4.6	120.5
124.21/125.25	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	4.8/6	7.3/9.1	7.3/9.2	113.8/115.4
666.11/666.10	Птица тушеная с овощами	90	100	10.1/11.2	14.4/16	20.7/21	252.4/280.4
332.29/332.30	Макаронные изделия отварные с маслом	150	180	5.3/6.4	4.9/5.9	32.8/39.4	196.8/236.2
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:		128,65 руб.	138 руб.				
ПОЛДНИК							
338.08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0.3	0.2	6	26.5
476.09	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5.3	3.4	43.4	225.4
407	Сок фруктовый	200	200	1	0	25.4	105.6
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
33.23/331.07/331.18	Котлета под соусом овощным с томатом	60	75	11.4/13.8	13.74/20.19	12.95/18.05	221.77/310.27
520.37/520.36	Картофельное пюре с маслом сливочным	120	150	2.48/3.1	4.24/5.3	15.84/19.8	111.52/159.4
760.04	Мучное кулинарное изделие/ Булочка домашняя с сахаром	75	75	8.1	4.05	31.42	194.92
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 уплотнённого полдника:		95 руб.	106 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

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

Заседующая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
ЗАВТРАКИ
ПИТАНИЕ

День недели: Четверг
(целая 1)

Дата: 2025г.
204

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11/11-18 лет			Энергетическая ценность блюда
ЗАВТРАК							
340.25	Омлет натуральный с маслом сливочным	100	100	8,45	12	2,15	150,35
13.26/13.18	Каша пшенная с маслом сливочным	150	200	6,22/8,3	3,52/5,68	29,28/31,9	166,85/291,32
430.12	Чай витаминизированный	200	200	0,5	0,1	4,6	21,1
501	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
28.09	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	60	0,24	0,24	5,88	26,64
96.82/96.83	Рассольник «Домашний»	200	250	5,2/6,5	4,5/5,6	9/11,3	97,3/121,6
267.87/33.14/33.12	Крокеты с кабачком тушеные с овощами	90	100	18,1/19,7	9,6/23,9	28,6/32	363,4
520.36/520.38	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/5	5,3/13,6	19,8/26,1	109,4/247
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							
300.03	Драники с соусом сметанным	--	50/10	2	5,5	11,3	102,2
100.34	Мучное кулинарное изделие / Пшита с сыром	100	100	8,6	6,8	33,4	225,4
430	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	5,2	24,4
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
660.7.03	Кондитерское изделие/ Печенье	1порц.	1порц.	0,66	3,03	1,94	38,12
672.05	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	150/30	150/50	8/8,53	13,3/14,9	42,4/43,93	321/343,6
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
508/500	Хлеб ржано-пшеничный	20	50	1,32/3,3	0,24/0,6	7,92/19,8	30,12/97,8
Итого стоимость уплотненного полдника:		95 руб.	106 руб.				
Группировочная ведомость к отчету							
Завтрак		Обед №1		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)	
7-11 лет (составные питания)		12-18 лет (комплекс)		7-11 лет		12-18 лет	
7-11 лет		12-18 лет		7-11 лет		12-18 лет	

Заседующая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Утверждаю: Директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» А.В. Толмачев
	Завтрак	200	220	Утвержден 7-11-18 лет
7-11 лет	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	270,6
7-11 лет	Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя»	75	75	297,7
303,3	Кофейный напиток с молоком	200	200	225,3
0,92-5,54	Хлеб пшеничный	25	55	86
128,8	Итого стоимость комплексного завтрака:	95 руб.	106 руб.	58,62

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Исходные вещества 7-11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность блюда
ЗАВТРАК								
7-11 лет	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7,9-8,7	11,6-12,8	93,7-97	270,6	297,7
7-11 лет	Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя»	75	75	5,79	2,52	44,59	225,3	
303,3	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,9	2,9	11,2	86	
0,92-5,54	Хлеб пшеничный	25	55	1,87-4,21	0,25-0,36	12,29-21,1	58,62	128,8
Итого стоимость комплексного завтрака:								
		95 руб.	106 руб.					

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Исходные вещества 7-11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность блюда
ОБЕД								
66037,03	Кондитерское изделие/ Печенье	1 порц.	1 порц.	0,66	3,03	1,94	38,12	
155,41-155,51	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	21,7-27,1	254,5	
355,02-355,03	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,6-4,3	4,8-5,8	36,4-43,7	203,5	
519,09	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:								
		128,65 руб.	138 руб.					

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Исходные вещества 7-11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность блюда
ПОЛДНИК								
338,08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0,3	0,2	6	26,5	
738,69	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с картофелем и луком	100	100	10,1	15,3	50,3	379,2	
519,09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	12,8	54,6	
Итого стоимость полдника:								
		51 руб.	61 руб.					

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Исходные вещества 7-11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность блюда
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
66037,03	Кондитерское изделие/ Печенье	1 порц.	1 порц.	0,66	3,03	1,94	38,12	
455,64	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:								
		95 руб.	106 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак	Обед №1	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (сметанное питание)	12-18 лет (разогретое питание (фруктово-ягодная смесь))	7-11 лет 12-18 лет	

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения