

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА

ПРОКАРМЛЕНИЕ

НИТУЛАН

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

День недели: Суббота
(неделя I)

Дата: 1 ноября 2025

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Итоговая стоимость 7-11 и 18 лет	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК					
37.12	Кондитерское изделие/ Печенье	40	40	3	29.8
181.14 181.15	Каша молочная манная с маслом сливочным	200	220	83.9.13	8.1.8.91
303.33	Кофейный напиток с молоком	200	200	3.9	2.9
5.01	Хлеб пшеничный	50	50	3.8	0.4
Итого стоимость комплексного завтрака:		100руб	112руб		
ОБЕД					
Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда		
28.09	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	60	0.4	9.8
102.41 102.51	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	250	6.7.8.37	4.6.5.75
279.93 313.14 331.2	Тефтели мясные с овощами тушеными	90	100	19.3	16.9
332.29 332.30	Макаронные изделия отварные с маслом	150	180	5.3.6.6	4.9.6.84
40.7	Сок фруктовый	200	200	1	0
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3.3	0.6
Итого стоимость комплексного обеда:		128.65руб	145руб		
ПОЛДНИК					
338.08	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	--	50	0.2	0.2
486.31	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с мясо-овощной начинкой	100	100	11.6	7.9
349.01	Напиток из кураги	200	200	0.2	0.2
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)					
231.09 291.80	Плов с птицы	200	230	12.8.14.72	15.68
158.02 158.07	Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя»	50	70	7.9.8	4.5.6
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3.3	0.6
Итого стоимость полдника:		100руб	112руб		
Группировочная ведомость к отчету					
Завтрак		Обед №1	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)	
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет	
Заведующая производством					
Руководитель образовательного учреждения					

Завтрак

Обед №1

Полдник

Уплотненный полдник (вторая смена)

7-11 лет (социальное питание)

7-11 лет (родительская плата)

12-18 лет (родительская плата)

12-18 лет (комплекс)

12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
ПРОДУКЦИОННО-ПЕКАРНИ

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

День недели: Среда
(неделя 2)
Дата: 5 ноября 2025 г.

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность блюда
ЗАВТРАК							
28.01	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	100	100	0,5	0,5	11,8	53,3
219,2 219,15 62,11,3	Сырники из творога с молочным сладким соусом	120/50	160/50	25,9 33,8 13,1	33,8 16,67 13,1	34,5 40,53 36,2	448,17
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,4	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 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
50,09	Салат из свежлы 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
66,766 66,705	Мясной подлин с овощами	90	100	19,1	11,8	24	270,2
74,24 74,25	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7,8 9,36	7,8 4	33,9 40,68	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
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 62,11,3	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой	200/40	250/40	23,17 28,16	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

7-11 лет (составное питание)	Завтрак 7-11 лет (фруктовая нарезка)	Обед №1 12-18 лет (фруктовая нарезка)	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
			7-11 лет	12-18 лет	

Заседующая производством
Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА
ПРОДУКЦИОННО-ПЕКАРНИ

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

День недели: Четверг
(неделя 2)
Дата: 6 ноября 2025 г.

№ рецептура	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
ЗАВТРАК							
301	Гастрономия/ Сыр порционно	10	10	2,3	1	0	38,8
132,19 132,24	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	270	8,9 9,61	7,2 7,27	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	3,8 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 20,10	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	133,3 169,87
267,85 331,18 331,19	Котлета куриная с овощами тушеными с томатом	90	100	19,3	16,9	21,3	315,1
300,02 250,06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	14,5 17,4	7,7 9,24	33,9 40,68	263 315,6
439,01	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
439,02	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	76,24 97,8
Итого стоимость уплотненного полдника:		100руб	112руб				

Группировочная ведомость к отчету

7-11 лет (составное питание)	Завтрак 7-11 лет (фруктовая нарезка)	Обед №1 12-18 лет (фруктовая нарезка)	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
			7-11 лет	12-18 лет	

Заседующая производством
Руководитель образовательного учреждения

МЕНЮ

Дата: « 11 » (неделя 2)

директор
ООО «АЛЪТ

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7/11/18 лет			Энергетическая ценность
ЗАВТРАК							
901.01	Масло сливочное порционно	10	10	2,3	3	0	35,8
37.12	Кондитерское изделие/ Печенье	40	40	3	19,9	29,8	166,3
33.56-33.58	Кашишная молочная с маслом сливочным	200	250	7,09-8,86	7,18-8,98	31,27-39,09	217,2-272,38
4.80	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							
Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед 11-18 лет	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
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	2,7-3,17	10,9-13,62	85,8-107,25
29.31-33.20	Терфел из рыбы с овощами тушеными	90	100	19,1	11,8	24	278,2
520.46-520.38	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	4,1-4,92	5,6	24,2-29,04	158,1-189,72
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:		138,65руб	145руб				
ПОЛДНИК							
338.08	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	--	50	0,2	0,2	4,9	22,2
23.08	Мучное кондитерское изделие/ Булочка «Сластена» с вареной студенькой	100	100	6,8	4,3	52,4	276
349.03	Напиток из кураги	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (второй ужин)							
5.13	Салат из моркови с яблоками	100	100	0,4	0,4	9,8	44,41
62.14-62.10-331.44-331.54	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметано-томатным	140/30	150/50	7,5-8,5	12,5-14,82	30,7-43,9	301,9-343,64
4.30	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	0,46-0,6	11,88-19,8	58,68-97,8
Итого стоимость уплотненного полдника:		100руб	112руб				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак:	Обед №1	Подпись	Уполномоченный подлинник (вторая смена)
7-11 лет (содержимое питания)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет 7-11 лет	

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

 АЛЬТЕРНАТИВА ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ	День недели: <u>Вторник</u> (неделя 1)	Утверждаю: _____ Директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» А.В. Толмачев
	Дата: « <u>11</u> » <u>11</u>	2025 г.

0,33501	Хлеб пшеничный	30	50	2,3 3,83	0,2 0,33	14,8 24,66	70,3 117,16
Итого стоимость комплексного завтрака:		100руб	112руб				
ОБЕД							

5	Хлеб ржано-пшеничный	200	50	200	0,2	0,1	22,8	95,3
Итого стоимость комплексного обеда:				128,65руб	145руб		19,8	97,8

Макаронник с мясными изделиями и тушеными овощами	170/30	200	200	20,16	25,31	331,68
Чай с сахаром	430	200	200	0,4	5,2	23,7
Хлеб ржано-пшеничный	540,5	40	50	2,64 3,3	0,48 0,6	78,24 97,8
Итого стоимость ужина:		100руб	112руб			

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак

содна. вное питание)	(родите. в. скан. плат)	(родите. н
----------------------	-------------------------	------------

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

21

1724709

СР
08
УНБ
6 Я

* * *

08-23-94

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА

ПРОДУКЦИЯ

НАПИТКИ

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

День недели: Среда
(неделя 1)
Дата: 12.11.2025 г.

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
31.3	Салат из моркови с яблоками	100	100	1	3.2	12.4	82.2
219.2, 219.15, 621.13	Сырники из творога с молочным сладким соусом	120/50	160/50	25.9	33.8	13.1	360.2, 448.17
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	23.3
0.31, 0.08	Хлеб пшеничный	30	40	2.3	3.06	0.2	14.8
Итого стоимость комплексного завтрака:		100руб	112руб				
ОБЕД							
	Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда			
20.2	Салат из свеклы с маслом растительным	60	60	0.9	1.6	5	37.5
96.82, 96.83	Рассольник «Домашний»	200	250	4.6	5.75	5.7	116.1
219.00, 31.20, 31.14	Рыбные палочки с овощной поджаркой	90	100	22.4	9.1	38	145.12
520.46, 520.48	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3.5	4.2	4.4	324.1
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:		128,65руб	145руб				
ПОЛДНИК							
338.08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0.2	0.2	4.9	22.2
23.08	Мучное кондитерское изделие/ Булочка «Сластена» с вареной ступенкой	100	100	6.8	4.3	52.4	276
407	Сок фруктовый	200	200	1	0	25.4	105.6
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
231.09, 291.80	Плов с птицей	200	230	12.8	14.72	15.68	341.76
186.02, 186.07	Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя»	50	70	7.9	4.56	42.96	393.02
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:		100руб	112руб				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак	Обед №1	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7.11 лет (составное питание)	7.11 лет (составное питание)	12-18 лет (составное питание)	12-18 лет (составное питание)
12.18 лет (составное питание)	12.18 лет (составное питание)	12.18 лет (составное питание)	12.18 лет (составное питание)

Заслуживающая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА

ПРОДУКЦИЯ

НАПИТКИ

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

День недели: Четверг
(неделя 1)
Дата: 13.11.2025 г.

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность блюда
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
50.41	Мучное кулинарное изделие/ Лепешка с сыром	80	80	7.7	5.8	32.6	213
71.36, 71.38	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7.9	8.69	11.6	270.6, 297.66
303.33	Кофейный напиток с молоком	200	200	3.4	2.6	13.7	91.9
0.34, 5.01	Хлеб пшеничный	20	50	1.5	1.75	0.2	46.9, 98.245, 117.25
Итого стоимость комплексного завтрака:		100руб	112руб				
ОБЕД							
Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед №1 (11-18 лет)	Энергетическая ценность блюда				
56.15	Салат «Молодость»	60	1.1	1.1	2.8	25.1	
124.21, 125.25	Шчи из свежей капусты с картофелем	200	4.8	6	7.3	113.8, 142.25	
666.23, 666.25	Нагетсы с овощной поджаркой	90	13.6	17.7	6.1	237.8	
332.29, 332.30	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.5	6.6	5.7	209.9, 251.88	
430	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	5.2	23.3	
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	3.3	0.6	19.8	97.8	
Итого стоимость комплексного обеда:		128,65руб	145руб				
ПОЛДНИК							
338.08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	0.2	0.2	4.9	22.2	
432.37	Мучное кулинарное изделие / Курник	100	13	12.2	32.2	290	
375.45	Чай с лимоном	200	0.2	0.1	6.6	27.9	
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28.01	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	100	0.4	0.4	9.8	44.4	
672.13, 331.44, 672.16, 331.54	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметано-томатным	140/30	7.5	8.5	12.5	301.9, 343.64	
430	Чай с сахаром	200	0.4	0.1	5.2	23.3	
5.07	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.98	0.36	11.88	58.68	
Итого стоимость уплотненного полдника:		100руб	112руб				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак	Обед №1	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7.11 лет (составное питание)	7.11 лет (составное питание)	12-18 лет (составное питание)	12-18 лет (составное питание)
12.18 лет (составное питание)	12.18 лет (составное питание)	12.18 лет (составное питание)	12.18 лет (составное питание)

Заслуживающая производством

Руководитель образовательного учреждения

МЕНЮ

 АЛЬТЕРНАТИВА ПРЕДПРИЯТИЕ ПРОЕКТИРОВАНИЯ	День недели: <u>Пятница</u> (неделя 1)	Утверждено: _____ Директор: _____ ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» А.В. Толмачев
	Дата: <u>14.11</u> 2025 г.	

№ рецептуры	Наименование	Выход		Питание человека 7-11 лет			Энергетическая ценность 7-11 лет			
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы				
ЗАВТРАК										
28.01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	100	100	1.5	0.5	21	72.5			
340.27 340.26	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	200	14.1	18.8	22.6	30.3	31.1	43.5	163.33
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	0.1	5.2	23.3	117.2	
5.01	Хлеб пшеничный	50	50	3.8	0.4	24.6	117.2			
Итого стоимость комплексного завтрака:		100руб	112руб							
ОБЕД										
№ рецептуры	Наименование	Выход		Питание человека 7-11 лет			Энергетическая ценность 7-11 лет			
		7-11 лет	11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы				
ПОЛДНИК										
338.08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0.2	0.2	4.9	22.2			
718.69	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с картофелем и луком	100	100	6.5	7.1	41	254			
304	Кисломолочная продукция/ Ряженка	200	200	5.8	5	8.4	101.8			
Итого стоимость полдника:		55руб	65руб							
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)										
43.05	Салат из капусты с морковью	60	60	1	6.1	5.8	81.5			
267.76	Мясной подлив с овощами	50	50	5.71	8.27	2.74	110.26			
74.24 74.25	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7.8	9.46	7.84	33.4	40.68	279.4	
430	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	5.2	23.3			
5.01 5.42	Хлеб ржано-пшеничный	40	60	0.48	0.72	15.84	78.24			
Итого стоимость уплотненного полдника:		100руб	112руб							

Группировочная ведомость к отчету

Застрахованный		Обед №1 12-18 лет (домашнее)	Подписки		Удостоверенный подпиской (вторая смета)
7-11 лет (составное питание)	7-11 лет (рациональный план)		7-11 лет (рациональный план)	12-18 лет (рациональный план)	

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения