

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Вторник  
(неделя 3)

Дата: 3 сентября 2024 г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28,11	Фрукт порционно	130	140	2,215	0,7075	27,3/29,4	122,9/132,3
219,2/8,69	Сырники творожные с соусом молочным сладким	120/50	160/50	29,9/39,8	13,4/17,8	32,7/43,6	371,6/493,4
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			0,34	2,05	1,74	28,09	
38,26	Салат из свежих помидор и огурцов с луком	60	60	0,34	2,05	1,74	28,09
140,11/140,36	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,7/7,1	7,2/9	12,1/15,1	135,9/169,9
33,09	Биточки мясные тушёные с овощами	90	90	9,56	12,03	6,17	198,83
74,20/74,21	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7,8/9,3	7/8,4	33,9/40,6	229,4/275,3
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
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>130 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
338,08	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	—	50	0,2	0,2	6,7	29,3
50,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	7,2	40,8	266,2
420,17	Напиток из яблок	200	200	0,4	0	29,5	119,6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>48 руб.</b>	<b>58 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	9,8	45
401,29/11,18	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой	200/30	200/50	10,35	6,21	72,21	389,58
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Среда  
(неделя 3)

Дата: 4 09 2024 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28,12	Фрукт порционно: Яблоко	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
672,06/672,05/254,09	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	70,3/117,2
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			7,5	4,6	102,6	28,09	
50,09	Салат из свеклы с сыром	60	60	7,5	4,6	102,6	28,09
124,4/124,56	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	4,4/5,5	5,3/6,6	6,8/8,5	92,6/115,7
291,63	Плов с говядиной	250	250	16,46	17,59	48,46	414,45
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
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>130 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
338,08	Фруктовая нарезка/ Яблоко	—	50	0,3	0,2	6	26,5
50,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	7,2	40,8	266,2
407	Сок фруктовый	200	200	1	0	25,4	105,6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>48 руб.</b>	<b>58 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
33,23/331,07	Котлета, под соусом овощным с томатом	60	75	8,24	9,48	4,07	134,04
312,28	Картофельное пюре с маслом сливочным	100	150	2,16	6,4	12,59	121
50,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	7,2	40,8	266,2
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	50	3,3	0,6	19,8
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Четверг  
(неделя 3)

Дата: «5» 09 2024г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
50,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	7,2	49,8	266,2
71,13/71,27	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7,9/8,7	11,6/12,8	33,7/37	270,6/297,7
693,11	Какао с молоком	200	200	4,7	3,5	12,5	100,4
0,34/0,33	Хлеб пшеничный	20	30	1,5/2,3	0,2	9,9/14,8	46,9/70,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) биологич	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			1,03	2,99	5,44	54	
38,38	Салат из свежих помидор и огурцов с маслом растительным	60	60	1,03	2,99	5,44	54
81,96/81,21	Свекольник «Классический»	200	250	4,56/5,7	6,24/7,8	9,68/12,1	113,36/141,7
279,2	Картофель, тушеный с мясными рубленными изделиями	230	250	12,04	14,64	33,8	366,8
420,17	Напиток из яблок	200	200	0,4	0	29,5	119,6
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>130 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
3003,03	Драники с соусом сметанным	--	50/10	1,93	5,47	11,28	102,1
738,36	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с зеленым луком и яйцом	100	100	11,6	7,9	41,9	284,9
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>48 руб.</b>	<b>58 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	9,8	45
672,05/234,09	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	150/30	150/50	8	13,3	42,4	321
409,08	Напиток из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	12,8	54,6
5,08	Хлеб ржано-пшеничный	20	50	1,3	0,2	6,8	36,2
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				

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)		7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Пятница  
(неделя 3)

Дата: «6» 09 2024 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28,11	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	2	0,7	27,3	122,9
340,19/340,17	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	200	12,7/16,9	18/24	3,9/4,3	225,5/300,7
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
5,01	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,2
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) биологич	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			0,77	3,04	2,26	30,97	
53,25	Салат из белокачанной капусты «Зайчик»	60	60	0,77	3,04	2,26	30,97
140,11/140,36	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,7/7,1	7,2/9	12,1/15,1	135,9/169,9
239,48	Рыбные палочки с овощной поджаркой	90	90	15,3	10,9	23,7	254,5
355/21,10	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,6/4,2	4,8/5,2	36,4/42,9	203,5/235
409,22	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
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>130 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
401,22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	10,1	15,3	50,3	379,2
304,05/304	Кисломолочный напиток/Ряженка	150	200	4,4/5,8	3,8/5	6,3/8,4	76,4/101,8
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>48 руб.</b>	<b>58 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
20,08	Салат из свеклы с маслом растительным	60	100	0,9	2,5	5,3	46,8
455,18/331,03	Ленивые голубцы под соусом сметано-томатным	160/30	160/40	11,12	11,31	19,56	282,68
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
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				

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)		7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

