

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

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

День недели: Понедельник
(неделя 4)

Дата: 9 сентября 2024



№ рецептуры	Наименование	Выход			Планируемая стоимость			Энергетическая ценность
		7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	
ЗАВТРАК								
20.01.20.12	Фрукт порционно /Яблоко	100	120	150	0,405	0,405	9,811,8	45,53,3
679,34	Блины с молоком ступенным	155/50	155/50	157	15,6	13,7	87,5	555,5
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	0,1	5,2	25,3
0,35	Хлеб пшеничный	30	30	2,3	0,2	1,48	14,8	70,3
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.		100 руб.				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Выход			Планируемая стоимость			Энергетическая ценность
		7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	
ОБЕД								
20.08	Салат из свежлы с маслом растительным	60	60	0,9	2,5	5,3	46,8	
99,79/99,91	Суп овощной «Летний»	200	250	4,7/5,8	5,6/7	5,7/7,1	92,2/115,3	
667,66	Мясной подлив с овощами	90	100	9,56	12,03	6,17	198,83	
332,0/332,28	Макарони отварные с маслом сливочным	150	180	5,3/6,4	4,9/1,5/9	32,8/39,4	196,8/256,2	
349,10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,38	0	25,12	102	
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,5	0,6	19,8	97,8	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.		130 руб.				

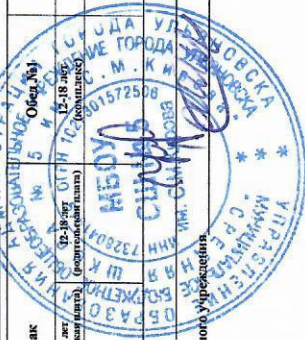
ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Выход			Планируемая стоимость			Энергетическая ценность
		7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	
ПОЛДНИК								
3003,95	Драники с соусом сметанным	---	50/10	1,98	5,47	11,28	102,1	
90,52	Мучное кулинарное изделие / Булочка закусочная с сыром	100	100	12,5	8,7	41,8	295,8	
407	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	20,2	86,6	
Итого стоимость полдника:		48 руб.		58 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
51,01	Салат из моркови с яблоками	100	100	1	3,2	12,4	82,2	
219,1	Сырники творожные со сладкой подливкой	120/50	160/50	52,16/60,08	29,66/33,27	49,16/55,18	675,7/761,47	
430,11	Напиток витаминизированный	200	200	0,23	0,07	15,49	59,69	
6,34/6,08	Хлеб пшеничный	30	40	2,3/3	0,2/0,3	14,8/19,7	70,3/95,8	
Итого стоимость полдника:		90 руб.		100 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

7-11 лет (составляющее питание)	Завтрак	Обед №1	Углотенный полдник (вторая смена)	
			7-11 лет	12-18 лет
7-11 лет	92,18 руб (фруктовый салат)	12-18 лет (комплекс)	74,1 лет	12-18 лет

Заведующая производством
Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

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

День недели: Вторник
(неделя 4)

Дата: 10.09 2024 г.



№ рецептуры	Наименование	Выход			Планируемая стоимость			Энергетическая ценность
		7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	
ЗАВТРАК								
50,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	7,2	40,8	366,2	
53,97/173,36	Каша пшеница молочная с маслом сливочным	200	250	7,1/8,9	9,7/12,2	32,3/46,4	265,3/366,8	
303,16	Кофейный напиток с молоком	200	200	0,5	0,3	5,6	26,7	
0,34	Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	9,8	46,9	
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.		100 руб.				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Выход			Планируемая стоимость			Энергетическая ценность
		7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	
ОБЕД								
53,25	Салат из белокочанной капусты «Зайчик»	60	100	0,77	3,04	2,26	30,97	
81,21/81,84	Свекольник «Классический»	250	300	5,7/6,84	7,8/9,36	12,1/14,52	148,7/170,84	
392,24/331,02	Пельмени мясо-овощные отварные с овощами тушеными с томатом	150/50	150/50	23,7	21,1	49,6	545,5	
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	3,2	23,3	
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.		130 руб.				

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Выход			Планируемая стоимость			Энергетическая ценность
		7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	7-11 лет	11-18 лет	18 лет и старше	
ПОЛДНИК								
338,08	Фруктовая нарезка / Яблоко	---	50	0,2	0,2	6,7	29,3	
432,35	Мучное кулинарное изделие / Эчпочмак	100	100	8,6	6,8	33,4	239,4	
319,01	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,1	0,1	6,4	26,8	
Итого стоимость полдника:		48 руб.		58 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
520,31/331,06	Крокеты картофельные с соусом сметано-томатным	130/50	150/50	9,4/10,12	29,2/33,6	59,8/62,18	380,3/564	
695,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	100	100	10,8	5,4	41,9	239,9	
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3	
5,08/5,09	Хлеб ржано-пшеничный	20	50	1,32/3,3	0,2/0,6	7,2/19,8	31,2/97,8	
Итого стоимость уплотненного полдника:		90 руб.		100 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

7-11 лет (составляющее питание)	Завтрак	Обед №1	Углотенный полдник (вторая смена)	
			7-11 лет	12-18 лет
7-11 лет	92,18 руб (фруктовый салат)	12-18 лет (комплекс)	74,1 лет	12-18 лет

Заведующая производством
Руководитель образовательного учреждения



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



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

Дата: 11.09 2024 г.

День недели: Среда
(неделя 4)

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества (г/100 г)				Энергетическая ценность
				Валей	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ЗАВТРАК								
28.12	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3	
210.19/210.17/33.11	Вареники с творожной начинкой с молочным сладким соусом	130/30	170/30	17,7/22,4	17,4/22	55,6/68	446,8/554,1	
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	9,8/14,8	46,9/70,3	
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.					

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества (г/100 г)				Энергетическая ценность
				Валей	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ОБЕД								
4.1	Салат из капусты с морковью	60	60	1,01	2,06	3,9	37,92	
102.08/102.05	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	250	7,9/1	4,7/5,9	15/18,8	131,9/164,8	
33.22/33.07	Котлета мясная с овощами тушеными с томатом	90	100	17,7/19,7	17/18,9	17,2/19,2	203/235,5	
355.21/10	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	5,3/6,4	4,9/5,9	32,8/39,4	196,8/246,2	
4.9	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:		120,30 руб.	130 руб.					

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества (г/100 г)				Энергетическая ценность
				Валей	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ПОЛДНИК								
120.30	Салат фруктовый с сахарной пудрой	50	50	0,3	0,2	6	26,5	
476.08	Мучное кулинарное изделие/ Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5,3	3,4	43,4	225,4	
409.16	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,1	6,2	26,4	
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
50.32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	7,2	40,8	266,2	
171.37	Гречка по-купечески с мясными рубленными изделиями	180	200	8,69/9,45	11,6/12,88	18,7/20,77	215,26/258,22	
4.9	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	15	62,4	
0.34/4.9	Хлеб пшеничный	20	50	1,5/3,8	0,2/0,4	9,8/24,6	46,9/117,2	
Итого стоимость уплотненного полдника:		90 руб.	100 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

7-11 лет (составные блюда)	Завтрак	Обед №1	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



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

Дата: 09.09 2024 г.

День недели: Четверг
(неделя 4)

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества (г/100 г)				Энергетическая ценность
				Валей	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ЗАВТРАК								
62.02	Салат из моркови с сахаром	50	60	0,8	3,3	12,4	82,2	
279.61/279.58	Тертелли с овощами тушеными	60	90	9,4/12,5	12,4/16,6	13,1/17,4	201,5/268,7	
332.26	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	150	5,3	4,9	32,8	196,8	
430.1	Чай витаминизированный	200	200	0,6	0,2	7	32,4	
0.88/5.37	Хлеб пшеничный	40	60	3,4/6	0,3/0,5	19,7/29,5	93,8/140,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.					

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества (г/100 г)				Энергетическая ценность
				Валей	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ОБЕД								
ЗАВТРАК								
10.11	Салат из свежих овощей «Ассорти»	60	60	0,6	3,1	3,2	38,6	
140.11/140.36	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	5,4/6,7	5,5/6,9	15,5/19,4	153,7/166,7	
34.01	Фрикадельки тушеные с овощами	90	100	10,1	10,2	14,2	215,7	
330.09/250.06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	7,1/9,3	3,7/8,4	31,2/40,6	186,3/275,3	
519.09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	23,3	104,4	
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8	
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	130 руб.					

ПОЛДНИК

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества (г/100 г)				Энергетическая ценность
				Валей	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ПОЛДНИК								
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	4,4/3,8	3,8/5	6,3/8,4	76,4/101,8	
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
28.07	Салат из белокочанной капусты «Зайчик»	60	100	0,24/0,4	0,24/0,4	5,88/9,8	26,64/44,4	
267.66	Мясной подлив с овощами	50	50	3,71	8,27	3,74	110,26	
221.01	Каша пшеничная гарнирная с маслом сливочным	150	150	4,17	4,99	25,94	197,5	
409.16	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,1	30,1	82,4	
5.07/5.00	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	2,64/3,8	0,48/0,4	15,84/24,6	78,24/117,2	
Итого стоимость уплотненного полдника:		90 руб.	100 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

7-11 лет (составные блюда)	Завтрак	Обед №1	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет	7-11 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

День недели: Пятница
(неделя 4)

Дата: 13.09.2024 г.

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



№ рецептуры	Наименование	Выход		Пищевая ценность		Энергетическая ценность	
		7-11 лет	11-18 лет	7-11 лет	11-18 лет	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК							
28.12	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	100	100	1.1	0.2	9.7	45.4
319.22/319.15/621.04	Сырники из творога с фруктовой подливкой	120/50	160/50	31.3	17.8	29.5	405.5
4.90	Чай с сахаром	200	200	0.4	0.1	15	62.4
0.33/0.08	Хлеб пшеничный	30	40	2.3	0.2	0.3	14.8/19.7
Итого стоимость комплексного завтрака:		90 руб.	100 руб.				

№ рецептуры	Наименование	Обед		Энергетическая ценность			
		7-11 лет	11-18 лет	Обед комплекс	блюда		
ОБЕД							
43.33	Салат «Витаминный» с кукурузой	60	60	1	3.7	4.9	56.7
153.75/155.76	Суп картофельный с клецками	200	250	6.8/8.6	6.5/8.1	26.2/32.8	190.7/238.4
259.48	Палочки рыбные с овощной поджаркой	90	100	13.3/16.9	10.9/15.2	23.7/27.1	254.5/313.5
520.27/128.01	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3.1/4.9	5.3/6	19.79/29.1	139.4/189.8
407	Сок фруктовый	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:		120.30 руб.	130 руб.				

№ рецептуры	Наименование	Обед		Энергетическая ценность			
		7-11 лет	11-18 лет	Обед комплекс	блюда		
ПОЛДНИК							
529.20	Крокеты картофельные	---	50	2.2	5.2	11.6	101.8
8.71	Мучное кулинарное изделие / Ватрушка «Венгерская» с яблоками	100	100	12.5	8.7	41.8	295.8
49.01	Чай фруктовый	200	200	0.2	0.1	6.7	28.5
Итого стоимость полдника:		48 руб.	58 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28.01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0.4	0.4	9.8	44.41
672.06/ 234.09	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/50	150/50	11/12.45	18.5/20.67	57.33/ 65.35	439.33/ 496.72
4.90	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	0.56/0.6	11.88/19.8	58.68/ 97.8
Итого стоимость уплотненного полдника:		90 руб.	100 руб.				

Группировочная ведомость к отчету:

Завтрак	Обед №1	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
		7-11 лет	11-18 лет	
7-11 лет (составное питание)	7-11 лет (реальное питание) (фруктовый плато)	7-11 лет	11-18 лет	
50	50	50	50	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____

