

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

|                                                                                     |                                                         |                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
|  |                                                         | Утверждено:<br>Директор<br>ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»<br>А.В. Толмачев |
| День недели: Понедельник<br>(неделя 3)                                              |                                                         | Выход:<br>11-18 лет                                            |
| Дата: 17 марта 2025 г                                                               |                                                         | Выход:<br>11-18 лет                                            |
| Наименование                                                                        |                                                         | Выход:<br>11-18 лет                                            |
| ЗАВТРАК                                                                             |                                                         | Выход:<br>11-18 лет                                            |
| № рецептуры                                                                         | Наименование                                            | Выход:<br>11-18 лет                                            |
| 901.01                                                                              | Масло сливочное порционное                              | 10                                                             |
| 71.15 71.17                                                                         | Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным | 250                                                            |
| 430                                                                                 | Чай с сахаром                                           | 200                                                            |
| 0.08 5.46                                                                           | Хлеб пшеничный                                          | 40                                                             |
| Итого стоимость комплексного завтрака:                                              |                                                         | 95 руб.                                                        |
| Итого стоимость комплексного завтрака:                                              |                                                         | 106 руб.                                                       |

ОБЕД

|                                             |  |                 |                     |                               |         |
|---------------------------------------------|--|-----------------|---------------------|-------------------------------|---------|
| Наименование                                |  | Обед (7-11 лет) | Обед №1 (11-18 лет) | Энергетическая ценность блюда |         |
| Салат из капусты с морковью                 |  | 60              | 60                  | 1.01                          | 2.06    |
| Суп картофельный с вермишелью               |  | 200             | 250                 | 5.4 6.7                       | 5.5 6.9 |
| Котлета мясная с овощами тушеными с томатом |  | 90              | 100                 | 16.1 17.8                     | 26.1 29 |
| Каша гречневая с маслом сливочным           |  | 150             | 180                 | 7.8 9.3                       | 7.8 9.4 |
| Компот из смеси сухофруктов                 |  | 200             | 200                 | 0.4                           | 0       |
| Хлеб ржано-пшеничный                        |  | 50              | 50                  | 3.3                           | 0.6     |
| Итого стоимость комплексного обеда:         |  | 128,65 руб.     | 138 руб.            |                               |         |

ПОЛДНИК

|                           |                                                          |                 |                     |                               |     |
|---------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------|---------------------|-------------------------------|-----|
| № рецептуры               | Наименование                                             | Обед (7-11 лет) | Обед №1 (11-18 лет) | Энергетическая ценность блюда |     |
| 338.08                    | Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка                  | --              | 50                  | 0.2                           | 0.2 |
| 695.31                    | Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой | 100             | 100                 | 10.8                          | 5.4 |
| 430                       | Чай с сахаром                                            | 200             | 200                 | 0.4                           | 0.1 |
| Итого стоимость полдника: |                                                          | 51 руб.         | 61 руб.             |                               |     |

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)

|                           |                                         |                 |                     |                               |       |
|---------------------------|-----------------------------------------|-----------------|---------------------|-------------------------------|-------|
| № рецептуры               | Наименование                            | Обед (7-11 лет) | Обед №1 (11-18 лет) | Энергетическая ценность блюда |       |
| 28.07                     | Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка | 60              | 60                  | 0.24                          | 0.24  |
| 401.29 401.31             | Оладьи «Домашние» со ступенкой          | 200/40          | 250/40              | 23.37                         | 22.53 |
| 621.06                    | Чай с сахаром                           | 200             | 200                 | 0.4                           | 0.1   |
| Итого стоимость полдника: |                                         | 95 руб.         | 106 руб.            |                               |       |

Группировочная ведомость к отчету

|                                          |                            |                             |          |                                    |
|------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------|----------|------------------------------------|
| Завтрак                                  |                            | Обед №1                     | Полдник  | Уплотненный полдник (вторая смена) |
| 7-11 лет (составное питание)             | 7-11 лет (проектная норма) | 12-18 лет (проектная норма) | 7-11 лет | 12-18 лет                          |
| Завсующая производством                  |                            |                             |          |                                    |
| Руководитель образовательного учреждения |                            |                             |          |                                    |

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

|                                                                                    |                                                            |                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
|  |                                                            | Утверждено:<br>Директор<br>ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»<br>А.В. Толмачев |
| День недели: Вторник<br>(неделя 3)                                                 |                                                            | Выход:<br>11-18 лет                                            |
| Дата: 18.03.2025 г                                                                 |                                                            | Выход:<br>11-18 лет                                            |
| Наименование                                                                       |                                                            | Выход:<br>11-18 лет                                            |
| ЗАВТРАК                                                                            |                                                            | Выход:<br>11-18 лет                                            |
| № рецептуры                                                                        | Наименование                                               | Выход:<br>11-18 лет                                            |
| 28.12                                                                              | Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка                    | 120                                                            |
| 672.06                                                                             | Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным | 120/30                                                         |
| 234.12                                                                             | Кофейный напиток с сахаром                                 | 200                                                            |
| 303.03                                                                             | Хлеб пшеничный                                             | 30                                                             |
| Итого стоимость комплексного завтрака:                                             |                                                            | 95 руб.                                                        |
| Итого стоимость комплексного завтрака:                                             |                                                            | 106 руб.                                                       |

ОБЕД

|                                      |  |                 |                     |                               |        |
|--------------------------------------|--|-----------------|---------------------|-------------------------------|--------|
| Наименование                         |  | Обед (7-11 лет) | Обед №1 (11-18 лет) | Энергетическая ценность блюда |        |
| Кондитерское изделие/ Печенье        |  | Ипорц.          | Ипорц.              | 0.66                          | 3.03   |
| Борщ со свежей капустой и картофелем |  | 200             | 250                 | 5.2 7                         | 4.5 10 |
| Картофель, тушенный с птицей         |  | 250             | 250                 | 25.1                          | 23.4   |
| Чай с сахаром                        |  | 200             | 200                 | 0.4                           | 0.1    |
| Хлеб ржано-пшеничный                 |  | 50              | 50                  | 3.3                           | 0.6    |
| Итого стоимость комплексного обеда:  |  | 128,65 руб.     | 138 руб.            |                               |        |

ПОЛДНИК

|                           |                                                         |                 |                     |                               |     |
|---------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------|---------------------|-------------------------------|-----|
| № рецептуры               | Наименование                                            | Обед (7-11 лет) | Обед №1 (11-18 лет) | Энергетическая ценность блюда |     |
| 520.20                    | Крокеты картофельные                                    | --              | 50                  | 2.2                           | 5.2 |
| 476.09                    | Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с яблоками | 100             | 100                 | 5.2                           | 4.5 |
| 407                       | Сок фруктовый                                           | 200             | 200                 | 1                             | 0.2 |
| Итого стоимость полдника: |                                                         | 51 руб.         | 61 руб.             |                               |     |

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)

|                           |                                                  |                 |                     |                               |          |
|---------------------------|--------------------------------------------------|-----------------|---------------------|-------------------------------|----------|
| № рецептуры               | Наименование                                     | Обед (7-11 лет) | Обед №1 (11-18 лет) | Энергетическая ценность блюда |          |
| 41.05 43.55               | Салат из капусты с морковью                      | 60              | 100                 | 1.01                          | 1.68     |
| 202.64                    | Макароник с мясными изделиями с овощами тушеными | 170/30          | 170/30              | 31.61                         | 45.7     |
| 331.35                    | Чай с сахаром                                    | 200             | 200                 | 0.4                           | 0.1      |
| 5.41 5                    | Хлеб ржано-пшеничный                             | 40              | 50                  | 2.64 3.3                      | 0.48 0.6 |
| Итого стоимость полдника: |                                                  | 95 руб.         | 106 руб.            |                               |          |

Группировочная ведомость к отчету

|                                          |                            |                             |          |                                    |
|------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------|----------|------------------------------------|
| Завтрак                                  |                            | Обед №1                     | Полдник  | Уплотненный полдник (вторая смена) |
| 7-11 лет (составное питание)             | 7-11 лет (проектная норма) | 12-18 лет (проектная норма) | 7-11 лет | 12-18 лет                          |
| Завсующая производством                  |                            |                             |          |                                    |
| Руководитель образовательного учреждения |                            |                             |          |                                    |

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА

ПРОДУКЦИЯ

Утверждаю:  
Директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»  
А.В. Толмачев  
2025 г.  
Дата: 19.03

День недели: Среда  
(неделя 3)

Утверждаю:  
Директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»  
А.В. Толмачев  
2025г.  
Дата: 20.03

| № рецептуры                            | Наименование                                  | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Пищевая ценность 7-11-18 лет |           |            | Энергетическая ценность |       |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------|-----------------|------------------------------|-----------|------------|-------------------------|-------|
|                                        |                                               |                |                 | Белки                        | Жиры      | Углеводы   | Общая (7-11 лет)        | блюда |
| ЗАВТРАК                                |                                               |                |                 |                              |           |            |                         |       |
| 3.01                                   | Гастрономия/ Сыр твердый порционно            | 10             | 10              | 2.1                          | 1         | 0          | 35.8                    |       |
| 158.02                                 | Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя» | 50             | 50              | 3.86                         | 1.68      | 29.73      | 150.2                   |       |
| 53.56 53.58                            | Каша пшенная молочная с маслом сливочным      | 200            | 250             | 7.1 12.19                    | 7.2 12.56 | 31.3 46.69 | 217.9 345               |       |
| 430                                    | Чай с сахаром                                 | 200            | 200             | 0.4                          | 0.1       | 5.2        | 23.7                    |       |
| 608                                    | Хлеб пшеничный                                | 40             | 40              | 3                            | 0.3       | 19.7       | 93.8                    |       |
| Итого стоимость комплексного завтрака: |                                               | 95 руб.        | 106 руб.        | ОБЕД                         |           |            |                         |       |

| Наименование                         | Общая (7-11 лет) | Общая (11-18 лет) | Энергетическая ценность блюда |           |
|--------------------------------------|------------------|-------------------|-------------------------------|-----------|
| Салат из свеклы с сыром              | 60               | 60                | 5.4                           | 4.6       |
| Пш из свежей капусты с картофелем    | 200              | 250               | 4.8 5.5                       | 7.3 8.5   |
| Котлеты из печени с овощами тушеными | 90               | 100               | 17 16.1                       | 12.4 13.3 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150              | 180               | 5.5 6.4                       | 5.7 5.9   |
| Компот из смеси сухофруктов          | 200              | 200               | 0.4                           | 0         |
| Хлеб ржано-пшеничный                 | 50               | 50                | 4                             | 0.7       |
| Итого стоимость комплексного обеда:  |                  | 128.65 руб.       | 138 руб.                      |           |

|                                             |     |         |           |             |
|---------------------------------------------|-----|---------|-----------|-------------|
| ПОЛДНИК                                     |     |         |           |             |
| Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка     | --  | 50      | 0.8       | 10.5        |
| Мучное кондитерское изделие/ Эпшчмак        | 100 | 100     | 8.8       | 7           |
| Компот из яблок и шиповника                 | 200 | 200     | 0.2       | 0.1         |
| Итого стоимость полдника:                   |     | 51 руб. | 61 руб.   |             |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)          |     |         |           |             |
| Котлета мясная с овощами тушеными с томатом | 60  | 75      | 11.4 11.8 | 12.96 18.05 |
| Каша гречневая с маслом сливочным           | 120 | 150     | 6.24 7.8  | 5.6 7       |
| Мучное кулинарное изделие/ Пшошка с сахаром | 75  | 75      | 8.1       | 4.05        |
| Чай с сахаром                               | 200 | 200     | 0.4       | 0.1         |
| Хлеб ржано-пшеничный                        | 50  | 50      | 3.3       | 0.6         |
| Итого стоимость уплотнённого полдника:      |     | 95 руб. | 106 руб.  |             |

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОР. РАЙОНА МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

Завтрак

Общая Мб

7-11 лет

12-18 лет

Подпись

Уплотненный полдник (вторая смена)

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

АЛЬТЕРНАТИВА

ПРОДУКЦИЯ

Утверждаю:  
Директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»  
А.В. Толмачев  
2025г.  
Дата: 20.03

День недели: Четверг  
(неделя 3)

Утверждаю:  
Директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»  
А.В. Толмачев  
2025г.  
Дата: 20.03

| № рецептуры                            | Наименование                                            | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет | Пищевая ценность 7-11-18 лет |           |           | Энергетическая ценность |       |
|----------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------|-----------------|------------------------------|-----------|-----------|-------------------------|-------|
|                                        |                                                         |                |                 | Белки                        | Жиры      | Углеводы  | Общая (7-11 лет)        | блюда |
| ЗАВТРАК                                |                                                         |                |                 |                              |           |           |                         |       |
| 3.01                                   | Гастрономия/ Сыр твердый порционно                      | 10             | 10              | 2.1                          | 1         | 0         | 35.8                    |       |
| 7.15 7.17                              | Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным | 250            | 270             | 11.96 12.26                  | 9.3 14.58 | 42.76     | 325.5 351.54            |       |
| 693.11                                 | Какао с молоком                                         | 200            | 200             | 4.7                          | 3.5       | 12.5      | 100.4                   |       |
| 608 5.46                               | Хлеб пшеничный                                          | 40             | 70              | 3.53                         | 0.3 0.6   | 19.7 34.4 | 93.8 164.1              |       |
| Итого стоимость комплексного завтрака: |                                                         | 95 руб.        | 106 руб.        | ОБЕД                         |           |           |                         |       |

| Наименование                                    | Общая (7-11 лет) | Общая (11-18 лет) | Энергетическая ценность блюда |            |
|-------------------------------------------------|------------------|-------------------|-------------------------------|------------|
| Салат «Витаминный» (капуста с зеленым горошком) | 60               | 60                | 1                             | 3.7        |
| Суп крестьянский с крутой                       | 200              | 250               | 7.4 5.8                       | 3.9 4.1    |
| Нагетсы с овощной поджаркой                     | 90               | 100               | 15.01 16.6                    | 18.27 20.3 |
| Гороховое пюре с маслом сливочным               | 150              | 180               | 14.5 17.4                     | 7.7 9.2    |
| Напиток из яблок                                | 200              | 200               | 0.3                           | 0.1        |
| Хлеб ржано- пшеничный                           | 50               | 50                | 3.3                           | 0.6        |
| Итого стоимость комплексного обеда:             |                  | 128.65 руб.       | 138 руб.                      |            |

|                                                            |        |         |          |           |
|------------------------------------------------------------|--------|---------|----------|-----------|
| ПОЛДНИК                                                    |        |         |          |           |
| Драники с соусом сметанным                                 | --     | 50/10   | 2        | 4.9       |
| Мучное кулинарное изделие / Ватрушка с фруктовой начинкой  | 100    | 100     | 10.8     | 0.1       |
| Чай с сахаром                                              | 200    | 200     | 0.5      | 0.1       |
| Итого стоимость полдника:                                  |        | 51 руб. | 61 руб.  |           |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)                         |        |         |          |           |
| Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка                    | 100    | 100     | 0.4      | 0.4       |
| Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным | 150/30 | 150/50  | 8 8.53   | 13.3 14.9 |
| Чай с сахаром                                              | 200    | 200     | 0.4      | 0.1       |
| Хлеб ржано-пшеничный                                       | 20     | 50      | 1.32 3.3 | 0.24 0.6  |
| Итого стоимость уплотнённого полдника:                     |        | 95 руб. | 106 руб. |           |

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОР. РАЙОНА МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

Завтрак

Общая Мб

7-11 лет

12-18 лет

Подпись

Уплотненный полдник (вторая смена)

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

|  |                                                           |                                                              |
|--|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
|  | День недели: Пятница<br>(неделя 3)<br>Дата: 21.03 2025 г. | Утверждаю:<br>Директор<br>ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»<br>А.В. Горюнов |
|--|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|

| № рецептуры                            | Наименование                                              | Выход 7-11 лет | Выход 11-18 лет     | Питательная ценность 7-11-18 лет |             |            | Рационная ценность |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----------------|---------------------|----------------------------------|-------------|------------|--------------------|
|                                        | ЗАВТРАК                                                   |                |                     | Белки                            | Жиры        | Углеводы   |                    |
| 28.16.26.01                            | Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка                  | 80             | 100                 | 1,22 1,53                        | 0,42 0,53   | 16,8 31    | 75,62 94,53        |
| 340.23                                 | Омлет натуральный с маслом сливочным                      | 100            | 100                 | 8,45                             | 12          | 2,15       | 150,35             |
| 53.55.53.59                            | Каша пшеничная с маслом сливочным                         | 70             | 100                 | 3,46 4,15                        | 5,99 7,24   | 21,96      | 125,14 145,66      |
| 480.12                                 | Чай витаминизированный                                    | 200            | 200                 | 0,2                              | 0,1         | 4,6        | 21,1               |
| 5.01                                   | 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    |             |            |                    |
| 72.33                                  | Винегрет овощной                                          | 60             | 60                  | 0,95                             | 3,1         | 5,17       | 52,68              |
| 155.21.153.22                          | Суп картофельный с клецками                               | 200            | 250                 | 7,4 9,3                          | 3,9 4,9     | 20,1 25,1  | 145,1 181,4        |
| 293.81.33.20                           | Тефтели из рыбы с овощами тушеными                        | 90             | 100                 | 20,5 22,1                        | 14,7 19     | 27 30,4    | 322,1 381,1        |
| 355.02.355.03                          | Рис отварной гарнирный с маслом сливочным                 | 150            | 180                 | 3,3 4,3                          | 5,6 6,7     | 35,8 42,9  | 207,5 249          |
| 409.02                                 | 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.            |                                  |             |            |                    |
| ПОЛДНИК                                |                                                           |                |                     |                                  |             |            |                    |
| 338.08                                 | Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка                  | --             | 50                  | 0,3                              | 0,2         | 6          | 26,5               |
| 718.08                                 | Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с картофелем и луком | 100            | 100                 | 10,1                             | 15,3        | 50,3       | 379,2              |
| 407                                    | Сок фруктовый                                             | 200            | 200                 | 1                                | 0,2         | 20,2       | 86,6               |
| Итого стоимость полдника:              |                                                           | 51 руб.        | 61 руб.             |                                  |             |            |                    |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)     |                                                           |                |                     |                                  |             |            |                    |
| 66037.03                               | Кондитерское изделие/ Печенье                             | 1порц.         | 1порц.              | 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.            |                                  |             |            |                    |

Гарантирующая ведомость к отчету

|                      |                      |          |                                    |
|----------------------|----------------------|----------|------------------------------------|
| Завтрак              | Обед №1              | Полдник  | Уплотненный полдник (вторая смена) |
| 7-11 лет (смена 1-я) | 7-11 лет (смена 2-я) | 7-11 лет | 12-18 лет                          |

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения