

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Понедельник  
(неделя 1)  
Дата: 3 февраля 2025 г

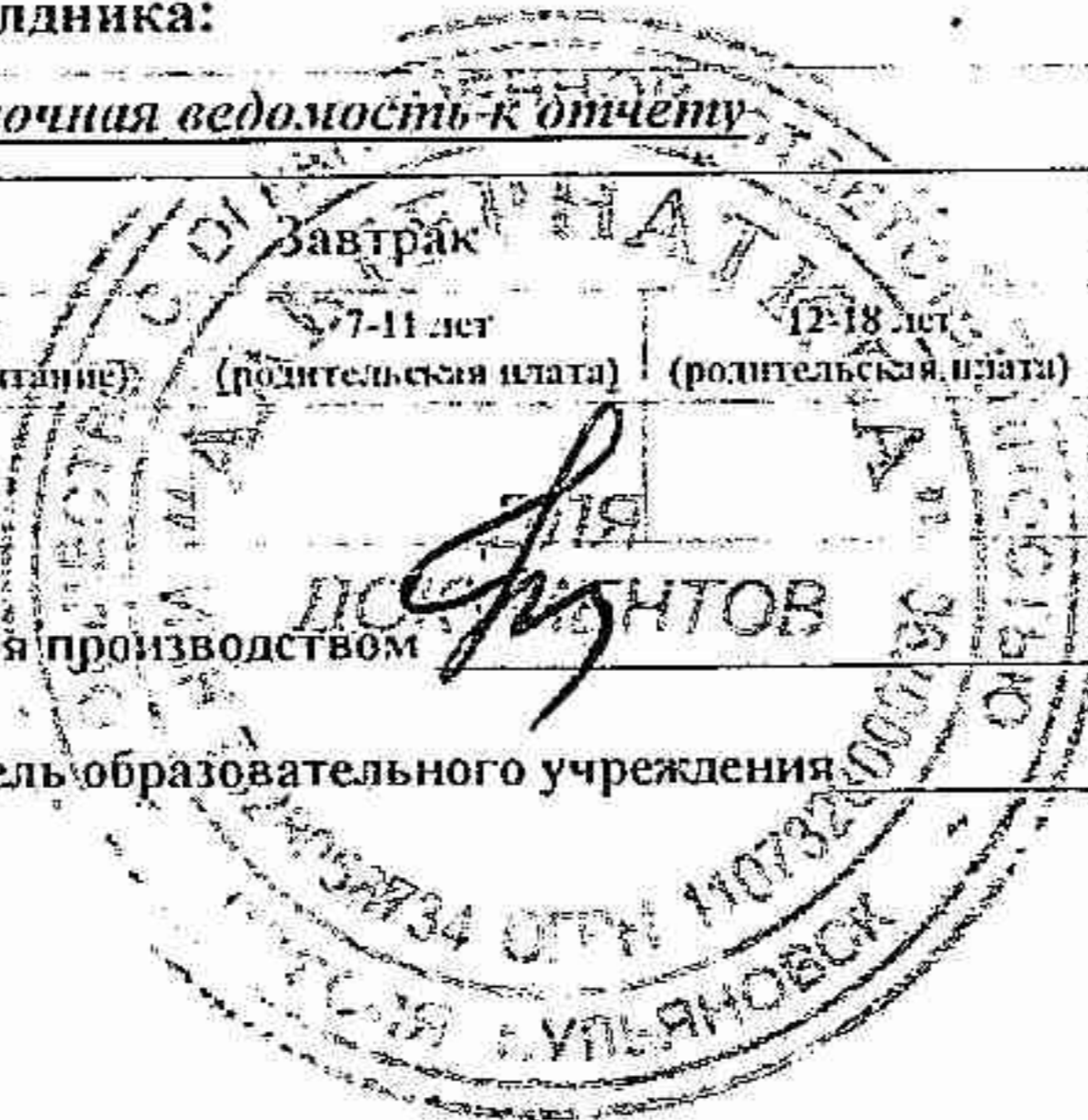
Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»  
А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
3,01	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	10	2,3	3	0	35,8
345,99/ 346,00	Каша молочная из смеси круп «Дружба» с маслом сливочным	230	270	5,75/ 6,75	6,75/ 7,92	27,6/ 32,4	194,2/ 227,97
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	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
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
	<b>Наименование</b>	<b>Обед (7-11 лет) бюджетный</b>	<b>Обед №1 (11-18 лет) комплекс</b>	<b>Энергетическая ценность блюда</b>			
43,51	Салат из капусты с морковью	60	60	1	2,06	3,13	34,96
140,41/ 140,51	Суп картофельный с вермишелью	200	250	3,52/ 6,7	2,76/ 6,9	13,51/ 19,4	93,49/ 166,7
33,25/ 331,18/ 331,19	Котлета мясная с овощами тушеными с томатом	90	100	16,1/ 17,8	26,1/ 29	33/ 36,6	430,9/ 467,6
74,24/ 74,25	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	6,56/ 9,3	3,37/ 8,4	32,31/ 40,6	189,16/ 275,3
430	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,05	15,01	56,85
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>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
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
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
28,01	Фрукт порционно/ или /Фруктовая нарезка	100	100	0,4	0,4	9,8	44,41
401,29/ 621,07/ 621,08	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой	200/30	200/50	47,53/ 18,46	16,88/ 17,21	98,19/ 103,15	614,23/ 623,12
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				

Группировочная ведомость-к отчету

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

Заведующая производством  
Руководитель образовательного учреждения



*Т.В.*

41

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



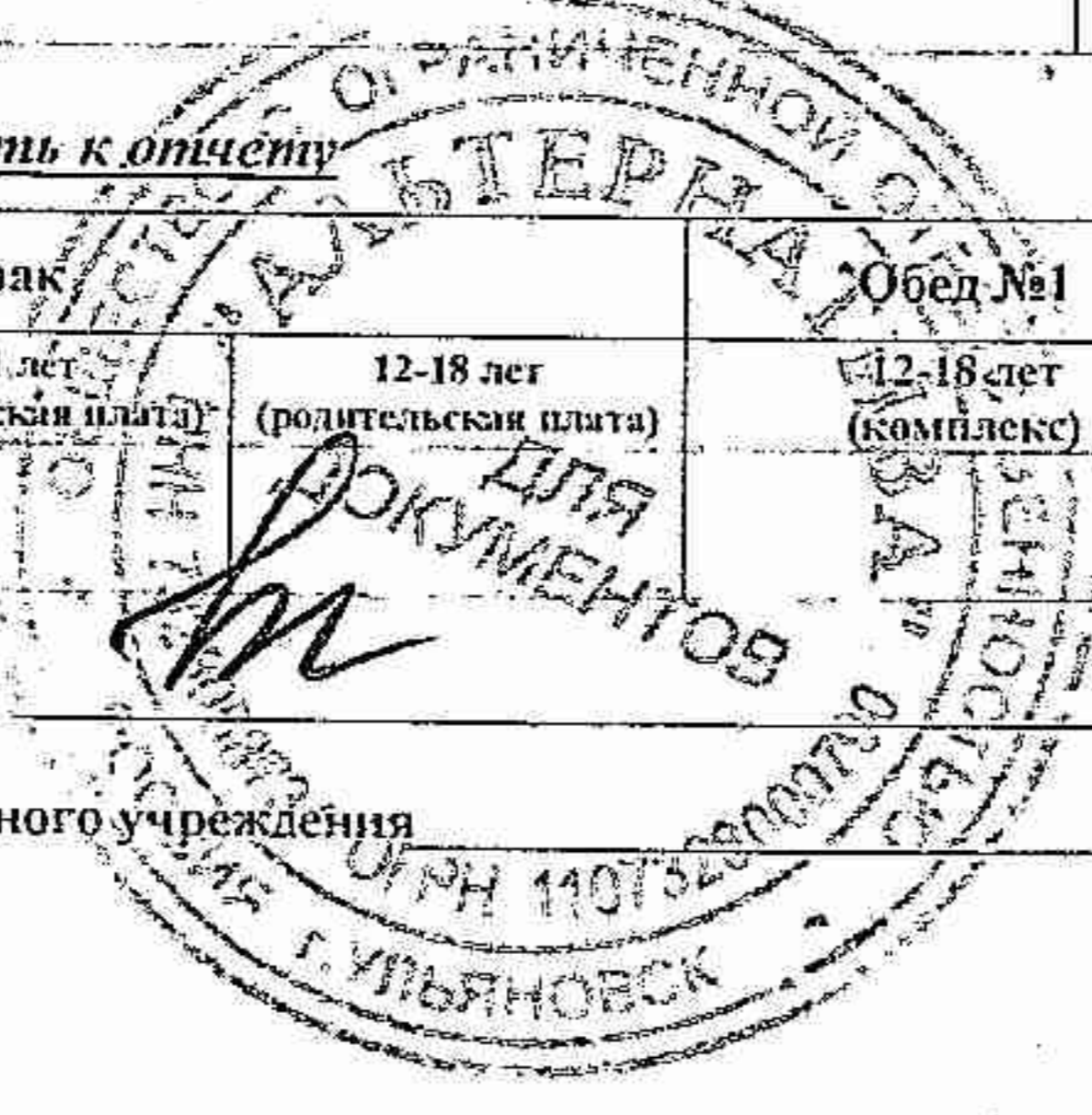
День недели: Вторник  
(неделя 1)  
Дата: 4/11 2025 г.

Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»  
*[Подпись]* А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28,12	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
672,06/ 672,10/ 234,12	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	6,68	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>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
	<b>Наименование</b>	<b>Обед (7-11 лет) бюджетный</b>	<b>Обед № 1 (11-18 лет) комплекс</b>	<b>Энергетическая ценность блюда</b>			
62,30	Салат из моркови с сахаром	60	60	0,78	2,06	5,32	42,17
184,04/ 66,13	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	3,18/ 6,4	3,66/ 5,6	9,81/ 13,6	85,35/ 129,8
666,00/ 666,09	Гуляш из субпродуктов с овощным соусом	90	100	9,56/ 16,5	12,03/ 22,1	6,17/ 8,1	198,83/ 297,8
355,02/ 355,03	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,79/ 4,2	2,19/ 5,2	39,98/ 42,9	193,16/ 235
430	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,05	15,01	56,85
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>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
520,20	Крокеты 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
345,95	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,4	0	6,4	27,6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
43,52/ 43,54	Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой)	60	100	2,31/ 3,86	3,82/ 6,38	2,35/ 3,92	53,13/ 88,56
202,64/ 331,35	Макаронник с мясными изделиями с тушеными овощами	170/30	170/30	18,97/ 19,02	27,43/ 29,50	23,82/ 24,66	312,17/ 318,18
409,16	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,1	20,1	82,4
5,41/ 5,00	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	1,98/ 3,3	0,36/ 0,6	11,88/ 19,8	58,68/ 97,8
<b>Итого стоимость ужина:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак	Обед №1		Уплотненный полдник (вторая смена)
	7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата) / 12-18 лет (родительская плата)	
Заведующая производством			
Руководитель образовательного учреждения			



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Среда  
(неделя 1)

Дата: « 30 / 11 » 2025 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 лет/11-18 лет			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
51,76	Салат из моркови с яблоками	60	60				
267,66	Мясной подлив с овощами	50	50	0,6	1,9	7,4	49,3
13,26/ 13,27	Каша пшенная гарнирная с маслом сливочным	150	180	5,71	8,27	2,74	110,26
430	Чай с сахаром	200	200	4,17/ 5,0	4,99/ 5,98	23,94/ 28,72	157,5/ 189
0,08/ 5,37	Хлеб пшеничный	40	60	0,4	0,1	5,2	23,7
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>	<b>3,8/ 5,3</b>	<b>0,4/ 0,6</b>	<b>24,6/ 34,4</b>	<b>117,2/ 164,1</b>
<b>ОБЕД</b>							
Наименование		Обед №1 (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
50,38	Салат из свеклы с сыром	60	60	1,54	1,94	5,04	43,43
124,21/ 125,25	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	3,05/ 6	2,66/ 9,1	7,26/ 9,2	65,89/ 142,3
666,11/ 666,10	Птица тушеная с овощами	90	100	8,69/ 11,2	7,52/ 16	6,8/ 23	129,7/ 280,4
332,29/ 332,30	Макаронные изделия отварные с маслом	150	180	6,6/ 6,4	2,78/ 5,9	42,3/ 39,4	220,78/ 236,2
349,10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,22	0	16,44	65,38
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>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
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
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
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/ 139,4
769,04	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
<b>Итого стоимость уплотнённого полдника:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак	Обед №1	Уплотнённый полдник
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)
Заведующая производством		
Руководитель образовательного учреждения		



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Четверг  
(неделя 1)

Дата: 09/11 2025г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
769,04	Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя»	75	75	5,79	2,52	44,59	225,3
71,36/ 71,38	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7,9/ 8,7	11,6/ 12,8	33,7/ 37	270,6/ 297,7
303,33	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	12,25/ 27,1	58,62/ 128,8
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование		Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	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	2,92/ 6,5	3,6/ 5,6	12,96/ 11,3	97,26/ 121,6
267,87/ 33,14/ 33,12	Крокеты с кабачком тушеные с овощами	90	100	18,1/ 19,7	19,6/ 23,9	28,6/ 32	363,4/ 422,4
520,36/ 520,38	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,09/ 5	1,71/ 13,6	23,3/ 26,1	125,28/ 247
409,16	Напиток из яблок	200	200	0,05	0,05	14,15	54,67
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>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
3003,03	Драники с соусом сметанным	--	50/10	2	5,5	11,3	102,2
100,34	Мучное кулинарное изделие / Пицца с сыром	100	100	8,6	6,8	33,4	229,4
430	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	5,2	24,4
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
28,01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	100	100	0,4	0,4	9,8	44,41
672,05/ 234,12/ 234,13	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
409,02	Напиток из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,2	0,1	20,1	82,4
5,08/ 5,00	Хлеб ржано-пшеничный	20	50	1,32/ 3,3	0,24/ 0,6	7,92/ 19,8	39,12/ 97,8
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 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)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Пятница  
(неделя 1)

Дата: 09.11 2025 г.

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11лет/11-18л			Энергетическая ценность
				Белок	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28.16/ 28.01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	80	100	1,22/ 1,53	0,42/ 0,53	16,8/ 21	75,62/ 94,53
340.25	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	2,64/ 2,84	21,96/ 25,95	125,14/ 145,66
430.12	Чай витаминизированный	200	200	0,5	0,1	4,6	21,1
5.01	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,2
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование		Обед (7-11 лет) индивидуал	Обед №1 (11-18 лет), комплекс	Энергетическая ценность блюда			
56.15	Салат «Молодость»	60	60	1,9	2,5	7,8	61
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	23,7/ 27,1	254,5/ 313,5
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/ 244,2
430	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	5,2	24,4
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>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
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
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
50.38/ 50.39	Салат из свеклы с сыром	60	100	4,3/ 7,16	7,5/ 12,5	4,6/ 7,66	102,6/ 171
455.64/ 455.60/ 331.28	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
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 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 (социальное)	12-18 лет (социальное)	7-11 лет	12-18 лет		

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

