

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Понедельник  
(неделя 1)

Дата: 14 октября 2024 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>							
3,01/3	Гастрономия/ Сыр твердый порционно						
901,01	Масло сливочное порционно	10	20	2,3/4,6	3/5,9	0	35,8/71,7
345,84/345,85	Каша молочная из смеси круп «Дружба» с маслом сливочным	10	10	0,1	7,3	0,1	66,1
430	Чай с сахаром	220	250	5,5/6,2	6,5/7,4	26,4/30	185,8/211,2
0,1/5,46	Хлеб пшеничный	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>60</b>	<b>70</b>	<b>4,6/5,3</b>	<b>0,5/0,6</b>	<b>29,5/34,4</b>	<b>140,6/164,1</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>			
43,07	Салат из капусты с морковью	60	60	1,01	2,06	3,9	37,92
140,11/140,36	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,4/6,7	5,3/6,9	15,5/19,4	133,3/166,7
33,11/33,14/33,12	Биточки тушёные с овощами	90	100	18,1/19,7	19,6/23,9	28,6/32	363,4/422,4
74,05/74,23	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 порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0,2	0,2	4,9	22,5
695,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	100	100	10,8	5,4	41,9	259,9
409,16	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/ или /Фруктовая нарезка	100	100	0,4	0,4	9,8	44,41
401,29/11,18/401,27	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>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)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет		

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения





Или

# ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

## МЕНЮ



День недели: **Вторник**  
(неделя I)  
Дата: « 15 » / 3 / 2024 г.

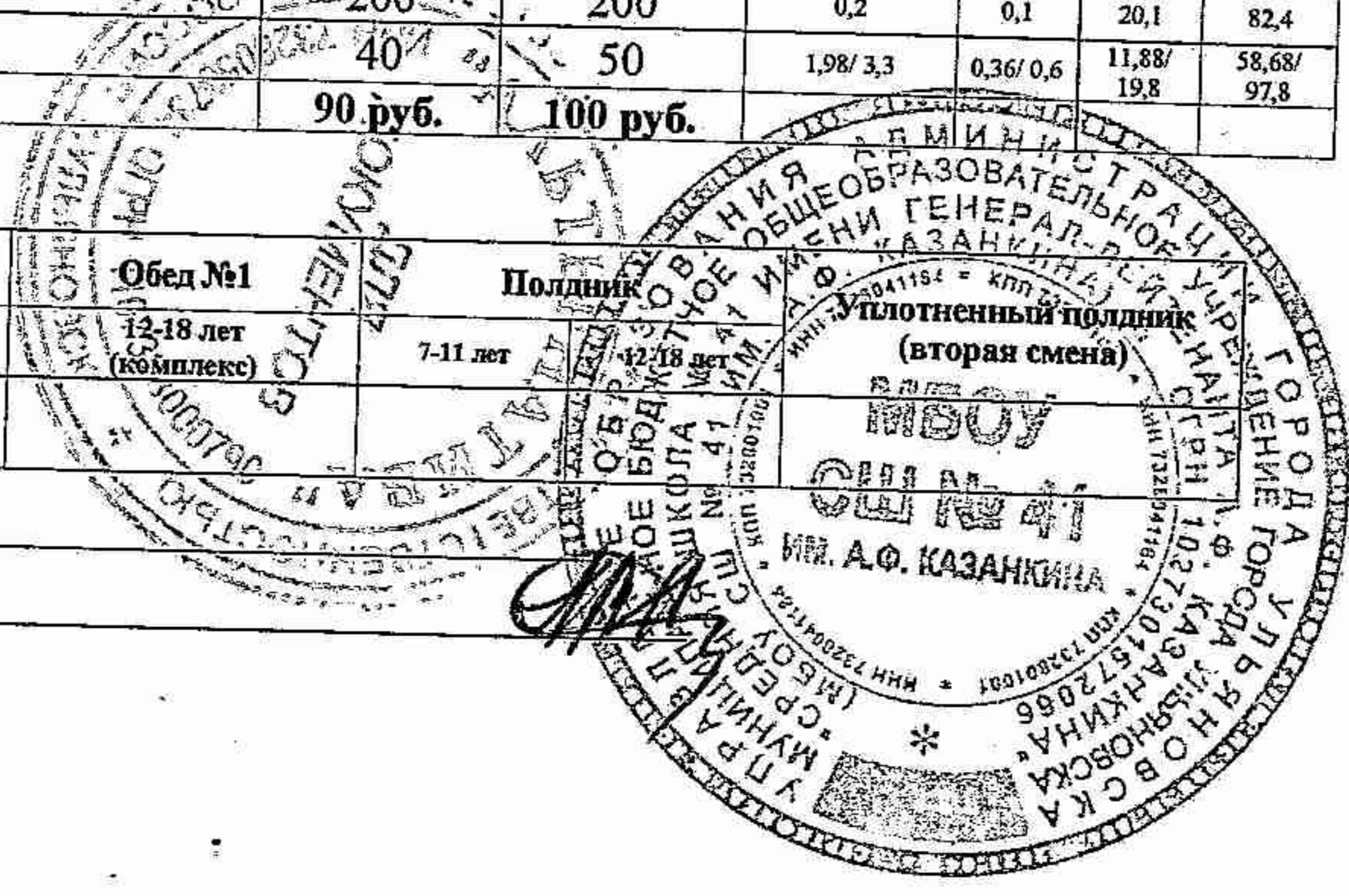
Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»  
А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28,12	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
672,06/ 672,10/ 234,09	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>							
	<b>Наименование</b>	<b>Обед (7-11 лет) бюджетный</b>	<b>Обед №1 (11-18 лет) комплекс</b>	<b>Энергетическая ценность блюда</b>			
62,02	Салат из моркови с сахаром	60	60	0,8	3,2	12,4	82,2
184,05/ 66,02	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	5,2/ 6,4	4,5/ 5,6	11,7/ 13,6	107,8/ 129,8
777,03/ 777,05	Гуляш из говядины с овощным соусом	90	100	14,9/ 16,5	16/ 22,1	4,7/ 8,1	222,2/ 297,8
355/ 21,10	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,5/ 4,2	5,6/ 5,2	35,8/ 42,9	207,5/ 235
409,02	Напиток из яблок и ягод	200	200	0,2	0,1	22,8	93,3
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>							
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	0,1	6,4	27,6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>48 руб.</b>	<b>58 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
43,33/ 43,43	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/ 331,29	Макаронник с мясными изделиями с соусом сметано-томатным	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
5,07/ 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>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 (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством  
Руководитель образовательного учреждения





**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Среда  
(неделя 1)

Дата: « 16/5 » 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>							
51,76	Салат из моркови с яблоками						
267,66	Мясной подлив с овощами	60	60	0,6	1,9	7,4	49,3
74,05/ 74,23	Каша гречневая с маслом сливочным	50	50	5,71	8,27	2,74	110,26
430	Чай с сахаром	150	180	7,8/ 9,3	7/ 8,4	33,9/ 40,6	229,4/ 275,3
0,08/ 5,37	Хлеб пшеничный	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>40</b>	<b>60</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>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование		Обед (7-11 лет) Выходный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
50,09	Салат из свеклы с сыром	60	60	5,4	8,9	4,6	120,5
124,4/ 124,56	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	4,8/ 6	7,3/ 9,1	7,3/ 9,2	113,8/ 142,3
268,86/ 268,87	Котлеты из печени с овощами тушеными	90	100	10,1/ 11,2	14,4/ 16	20,7/ 23	252,4/ 280,4
332,00/ 332,28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	5,3/ 6,4	4,9/ 5,9	32,8/ 39,4	196,8/ 236,2
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>50</b>	<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>19,8</b>	<b>97,8</b>
		<b>120,30 руб.</b>	<b>130 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>48 руб.</b>	<b>58 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
312,28/ 520,24	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>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				

**Группировочная ведомость к отчету**

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





**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Четверг  
(неделя 1)

Дата: « 18/12 » 2024г.

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				
71,28/ 71,29	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным			5,79	2,52	44,59	225,3
303,29	Кофейный напиток с молоком	200	220	7,9/ 8,7	11,6/ 12,8	33,7/ 37	270,6/ 297,7
0,92/ 5,54	Хлеб пшеничный	200	200	3,9	2,9	11,2	86
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>	<b>1,87/ 4,21</b>	<b>0,25/ 0,36</b>	<b>12,25/ 27,1</b>	<b>58,62/ 128,8</b>
<b>ОБЕД</b>							
Наименование		Обед (7-11 лет) Бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
43,33	Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой)	60	60	1,9	2,5	7,8	61
99,74/ 96,75	Рассольник «Домашний»	200	250	5,2/ 6,5	4,5/ 5,6	9/ 11,3	97,3/ 121,6
279,93/ 33,14/ 33,12	Тефтели с овощами тушеными	90	100	14,1/ 15,7	18,6/ 22,9	19,6/ 23	302,3/ 361,3
520,27/ 128,01	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/ 5	5,3/ 13,6	19,8/ 26,1	139,4/ 247
409,16	Напиток из яблок	200	200	0,1	0,1	15,3	62,2
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	2	5,5	11,3	102,2
0,26	Мучное кулинарное изделие / Слойка с сыром	100	100	9,7	6,7	38,9	254,5
430	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	5,2	24,4
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>48 руб.</b>	<b>58 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/ 234,09/ 234,10	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>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				

*Группировочная ведомость к отчету*

Завтрак		Обед №1	
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)

Заведующая производством \_\_\_\_\_  
Руководитель образовательного учреждения \_\_\_\_\_





**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Пятница  
(неделя 1)

Дата: 14/05 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>							
28,16/ 28,01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка						
340,23	Омлет натуральный с маслом сливочным	80	100	1,22/ 1,53	0,42/ 0,53	16,8/ 21	75,62/ 94,53
53,50/ 53,54	Каша пшеничная с маслом сливочным	100	100	8,45	12	2,15	150,35
430,12	Чай витаминизированный	70	100	3,46/ 4,15	2,64/ 2,84	21,96/ 25,95	125,14/ 145,66
5,01	Хлеб пшеничный	200	200	0,5	0,1	4,6	21,1
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>50</b>	<b>50</b>	<b>3,8</b>	<b>0,4</b>	<b>24,6</b>	<b>117,2</b>
<b>ОБЕД</b>							
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) Бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
56,09	Салат «Молодость»			1,9	2,5	7,8	61
155,75/155,82	Суп картофельный с клецками	60	60	7,4/ 5,8	3,9/ 4,1	20,1/ 14,2	145,1/ 117
239,73/ 239,75	Рыбные палочки с овощной поджаркой	200	250	15,3/ 16,9	10,9/ 15,2	23,7/ 27,1	254,5/ 313,5
355/21,10	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	90	100	3,6/ 4,3	4,8/ 5,8	36,4/ 43,7	203,5/ 244,2
409,02	Напиток из яблок и ягод	150	180	0,5	0,1	12,8	54,6
5	Хлеб ржано- пшеничный	200	200	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>50</b>	<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>19,8</b>	<b>97,8</b>
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>130 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
338,08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка						
738,69	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с картофелем и луком	--	50	0,3	0,2	6	26,5
304	Кисломолочный напиток/Ряженка	100	100	10,1	15,3	50,3	379,2
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>200</b>	<b>200</b>	<b>4,4</b>	<b>3,8</b>	<b>6,3</b>	<b>76,4</b>
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>48 руб.</b>	<b>58 руб.</b>				
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)</b>							
50,09/ 50,35	Салат из свеклы с сыром						
455,64/ 455,60/ 331,27	Ленивые голубцы под соусом сметано-томатным	60	100	4,3/ 7,16	7,5/ 12,5	4,6/ 7,66	102,6/ 171
430	Чай с сахаром	160/30	160/40	16,23/ 16,37	11,85/ 12,35	20,52/ 21,2	253,11/ 261,09
5	Хлеб ржано- пшеничный	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>50</b>	<b>50</b>	<b>3,3</b>	<b>0,6</b>	<b>19,8</b>	<b>97,8</b>
<b>Итого стоимость уплотненного полдника:</b>		<b>90 руб.</b>	<b>100 руб.</b>				

*Группировочная ведомость к отчету*

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

