

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 3)

Дата: 17 марта 2025 г

Утверждаю:
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	
ЗАВТРАК							
901,01	Масло сливочное порционно	10	10	0,1	7,3	0,1	66,1
71,35/ 71,37	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	250	270	11,36/ 12,26	13,5/ 14,58	39,6/ 42,76	325,5/ 351,54
- 430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
0,08/ 5,46	Хлеб пшеничный	40	70	3/ 5,3	-0,3/ 0,6	19,7/ 34,4	93,8/ 164,1
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
43,05	Салат из капусты с морковью	60	60	1,01	2,06	3,9	37,92
140,21/ 140,22	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,4/ 6,7	5,5/ 6,9	15,5/ 19,4	133,3/ 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	7,8/ 9,3	7/ 8,4	33,9/ 40,6	229,4/ 275,3
349,10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,4	0	21,6	88,1
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	0,2	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
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
28,07	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	60	60	0,24	0,24	5,88	26,64
401,29/ 401,31/ 621,06	Оладьи «Домашние» со сгущенкой	200/40	250/40	23,37/ 26,73	22,53/ 27,6	130,92/ 247,68	818,97/ 945,4
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
Итого стоимость полдника:		95 руб.	106 руб.				

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: **Вторник**
(неделя 3)
Дата: **08 сентября 2025 г.**

Утверждаю:
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	
ЗАВТРАК							
28.12	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
672,06/ 672,05/ 234,12	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	7,1/8,7	8,8/10,3	39,3/48,5	264,9/ 321,7
303,03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	3,9	2,9	11,2	86
0.33/5.01	Хлеб пшеничный	30	50	2,3/3,8	0,2/0,4	14,8/24,6	70,3/ 117,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
66037,03	Кондитерское изделие/ Печенье	1порц.	1порц.	0,66	3,03	1,94	38,12
184,21/ 66,22	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	5,2/7	4,5/10	11,7/14,2	107,8/ 174,3
436,20	Картофель, тушеный с птицей	250	250	25,1	23,4	21,5	397,4
430	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:		128,65 руб.	138 руб.				
ПОЛДНИК							
520,20	Крокеты картофельные	---	50	2,2	5,2	11,6	101,8
476,09	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с яблоками	100	100	5,2	4,5	30,1	181,8
407	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
43,05/ 43,55	Салат из капусты с морковью	60	100	1,01/ 1,68	2,06/ 3,43	3,9/ 6,5	37,92/ 63,2
202,64/ 331,35	Макаронник с мясными изделиями с овощами тушеными	170/30	170/30	31,61	45,7	39,7	520,2
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
5,41/ 5	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	2,64/ 3,3	0,48/ 0,6	15,84/ 19,8	78,24/ 97,8
Итого стоимость ужина:		95 руб.	106 руб.				

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)	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 3)
Дата: 19/10 2025 г.

Утверждаю:
Директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-14л/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
3.01	Гастрономия/-Сыр твердый порционно	10	10	2,3	3	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 пшеничная 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
0,08	Хлеб пшеничный	40	40	3	0,3	19,7	93,8
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
	Наименование	Обед (7-11 лет) Бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
50,38	Салат из свеклы с сыром	60	60	5,4	8,9	4,6	102,5
124,21/ 124,22	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	4,8/ 5,5	7,3/ 6,6	7,3/ 8,5	113,8/ 115,7
268,86/ 268,87	Котлеты из печени с овощами тушеными	90	100	17/ 10,1	12,4/ 15,3	23,1/ 16,5	272/ 244,3
332,29/ 332,30	Макаронные изделия отварные с маслом	150	180	5,5/ 6,4	5,7/ 5,9	34,1/ 39,4	209,9/ 236,2
349,10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,4	0	21,6	88,1
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	4	0,7	23,8	117,4
Итого стоимость комплексного обеда:		128,65 руб.	138 руб.				
ПОЛДНИК							
338,08	Фрукт порционно/ или/ Фруктовая нарезка		50	0,8	0,3	10,5	47,3
432,35	Мучное кондитерское изделие/ Эчпочмак	100	100	8,8	7	33,6	232
345,95	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,2	0,1	4,9	21,3
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
33,23/ 331,07/ 331,18	Котлета мясная с овощами тушеными с томатом	60	75	11,4/ 13,8	13,74/ 20,19	12,95/ 18,05	221,77/ 310,7
303,28/ 74,24	Каша гречневая с маслом сливочным	120	150	6,24/ 7,8	5,6/ 7	27,12/ 33,9	183,52/ 229,4
158,07	Мучное кулинарное изделие/ Плюшка 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
Итого стоимость уплотненного полдника:		95 руб.	106 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1 12-18 лет (комплекс)	Полдник 7-11 лет	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: Четверг
(неделя 3)
Дата: «20/05» 2025г.

Утверждаю:
Директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательные вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
3.01	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	10	10	2,3	3	0	33,8
71,35/ 71,37	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	250	270	11,36/ 12,26	13,5/ 14,58	39,6/ 42,76	325,5/ 351,54
693.11	Какао с молоком	200	200	4,7	3,5	12,5	100,4
0,08/ 5,46	Хлеб пшеничный	40	70	3/5,3	0,3/ 0,6	19,7/ 34,4	93,8/ 164,1
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
Наименование		Обед (7-11 лет) порционно	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
43,58	Салат «Витаминный» (капуста с зеленым горошком)	60	60	1	3,7	4,9	36,7
134,05/ 134,06	Суп крестьянский с крупой	200	250	7,4/ 5,8	3,9/ 4,1	20,1/ 14,2	145,1/ 117
267,69/ 33,14/ 33,12	Наггетсы с овощной поджаркой	90	100	15,01/ 16,6	18,27/ 20,3	4,4/ 4,88	240,41/ 267,12
330,02/ 250,06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	14,5/ 17,4	7,7/ 9,2	33,9/ 40,7	263/ 315,6
409,16	Напиток из яблок	200	200	0,3	0,1	8,4	35,5
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		128,65 руб.	138 руб.				
ПОЛДНИК							
3003,03	Драники с соусом сметанным		50/10	2	4,9	11,7	98,7
695,37	Мучное кулинарное изделие / Ватрушка с фруктовой начинкой	100	100	10,8	0,1	5,2	23,3
430	Чай с сахаром	200	200	0,5	0,1	5,4	24,4
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
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
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
5,08/ 5	Хлеб ржано-пшеничный	20	50	1,32/ 3,3	0,24/ 0,6	7,92/ 19,8	39,12/ 97,8
Итого стоимость уплотненного полдника:		95 руб.	106 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1 12-18 лет (комплекс)	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: 20/11 2025 г.

Утверждаю:
Директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
[Подпись] А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
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
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
Наименование		Обед (7-11 лет) Индивидуальный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
72,33	Винегрет овощной	60	60	0,95	3,1	5,17	52,68
155,21/ 155,22	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	3,5/ 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
738,68	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/ 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
3	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость уплотненного полдника:		95 руб.	106 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1 12-18 лет (комплекс)	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 *[Подпись]*

Руководитель образовательного учреждения *[Подпись]*



