

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 2)
Дата: « 05 » декабря 2022 г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
1.61	Салат «Фруктовый» с сахарной пудрой	100	100	0,04/0,65	0,18/0,3	5,5/9,20	25,5/42,5
679,20/679,21	Блинчики с молоком сгущенным	155/30	200/30	25,02/26,06	5,48/5,7	82,21/85,67	416,85/521,06
303,16	Кофейный напиток с молоком	200	200	5,00	3,20	24,66	141,28
5,10	Хлеб пшеничный	20	20	1,32	0,24	17,1	90,5
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.				

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование	Обед 7-11 лет (фруктовый)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
					0,06	3,1	2,2	38,6
41,07	Салат «Витаминный» капуста с зеленым горошком, заправленный растительным маслом	60	60	—	0,06	3,1	2,2	38,6
171,02	Салат «Консул», заправленный растительным маслом	—	—	60	0,33	0,06	1,14	6,4
66236,09/ 66236,0	Борщ «Сибирский» с фасолью на бульоне	200	250	250	1,77/2,34	2,65/5,43	12,74/10,95	78,71/74,56
267,72	Шницель «Тотона» запеченный с овощами	90	90	—	18,42	12,2	0,98	220,62
332,26/332,28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	—	5,70/6,84	3,43/7,20	36,43/43,74	190,31/228,38
279,41	Тефтели «Детские», тушенные с овощами	—	—	80/10	33,9	39,23	36,72	355,10
250,06	Гороховое пюре с маслом сливочным	—	—	180	4,18	11,16	45,29	287,00
375,01	Чай черный с лимоном	—	—	200	0,24	0,06	15,22	58,58
407	Сок фруктовый	200	200	—	0,2	0,26	22,20	86,4
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,32	0,24	17,10	17,10
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК

94,53	Салат «Столичный» заправленный сметаной	—	50	3,44	5,48	3,19	76,37
456,31	Мучное кулинарное изделие / Пирожок печеный с мясо-овощной начинкой	100	100	4,18	11,16	45,29	287,00
375,01	Чай черный с лимоном	200	200	0,24	0,06	15,22	58,58
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.				

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)

81	Гастрономия / Сыр порционно	20	4,64	5,9	0	72,00
401,14	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой (молоко сгущенное)	200/30	10,35	4,21	72,21	389,58
519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	0,06	0,02	20,73	78,2
5,00	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,37	0,06	4,88	4,88
Итого стоимость полдника:		83 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (составное питание)	7-11 лет (родительская диета)	12-18 лет (родительская диета)	12-18 лет (инвалиды)	12-18 лет (инвалиды)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 2)
Дата: «10» декабря 2022

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

№ рецептур	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18л			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
3.00	Гастрономия/ Сыр	15	20	2,5	2,3	0,14	31,4	
173.26	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	220	250	18,04/20,04	9,67/10,74	4,0/4,40	220,92/235,48	
693.11	Какао с молоком	200	200	0,2	0,05	15,01	58	
0.08/5.01	Хлеб пшеничный	65	80	3,04/3,80	0,32/0,40	19,68/24,25	88,8/117,5	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.					
ОБЕД								
	Наименование	Обед (7-11 лет) Бюджетная	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
0.09	Салат «Фасолька» заправленный растительным маслом	60	60	---	1,67/2,78	2,35/3,91	9,75/16,25	64,30/107,30
72.22	Винегрет овощной заправленный растительным маслом	---	---	60	0,01		0,38	2,20
124.42/124.89	Суп овощной на бульоне с гренями/ Суп овощной на бульоне	200/50	250	250	1,97/2,50	5,18/13,00	8,97/11,25	88,14/110,12
273.016	Котлеты рыбные паровые запеченные под сметано-луковым соусом	90	90	---	11,93/13,25	9,5/10,55	20,22/22,46	200,86/223,17
291.33	Плов с птицей	---	---	230	16,5	16,03	49,92	381,39
173.28/173.	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	--	3,25/3,90	9,25/11,10	22,02/26,42	138,76/164,11
66012	Кондитерское изделие/ печенье	30	20	--	1,41	1,81/1,07	11,0/6	63,1/57,2
407.0	Сок фруктовый	---	---	200	0,24	0,06	15,22	58,58
349.10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	---	0,22	0	19,44	76,75
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,32	0,24	17,10	17,10
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК								
833.60	Салат овощной «Березка»	---	50		1,93	3,19	1,96	44,28
432.28	Мучное кулинарное изделие /Эчпочмак	100	100		8,04	5,88	35,5	230,25
519.01	Напиток фруктовый	200	200		0,1	0	15,0	56
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
223.15	Пудинг творожно-пшеничный с соусом		170		14,92	14,38	31,51	307,26
408.08	Отвар шиповника		200		0,3	0,14	19,8	85,25
5.00	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,8	0,4	24,25	117,5
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1		Обед №2		Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (составная часть)	7-11 лет (долгительная часть)	11-18 лет (составная часть)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	11-18 лет		

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____

"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Среда
(неделя 2)
Дата: 9 декабря 2022

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

№ рецептур	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Панель ценности 7-11/11-18а			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
3.01	Гастрономия / Сыр порционно	10	10	2,32	2,95	0	36,40	
786.04	Мучное кулинарное изделие / Булочка творожная	60	60	6,69	5,77	29	194,89	
181,14/181,13	Каша молочная манная с маслом сливочным	200	250	0,03/0,9	11,68/14,6	31,06/31,8	257,63/ 322,03	
351.01	Кисель фруктовый	200	200	0,03	0,02	18,62	73,23	
5,37/5,39	Хлеб пшеничный	60	80	2,80/3,30	0,40/0,66	15,22/17,16	50,2/83,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83руб.	87руб.					
ОБЕД								
Наименование		Обед (7-11 лет) индивидуальный	Обед (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
50,08/50	Салат из свежести с сыром заправленный маслом растительным	60	60	--	1,99/1,81	4,53/7,55	4,95/8,25	68,27/ 113,78
67.03	Овощи порционно/ Зеленый горошек	--	--	30	0,33	0,06	1,95	12,0
124,41/124,56	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной / Щи из свежей капусты на бульоне из птицы	200/10	250	250	5,16/3,0	4,16/5,20	19,13/23,87	136,31/70,4
288.51	Птица, порционная запечённая с овощами	90	90	--	13,89/15,43	12,37/13,74	1,38/1,53	168,97/ 187,74
330,02,250,06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	--	17,26/ 20,714	2,85/3,43	38,12/45,74	250,46/ 300,55
392,39	Пельмени отарные под сметано-томатным соусом	--	--	180/50	21,94	23,7	50,16	490,11
375.01	Чай черный с лимоном	200	200	200	0,24	0,06	15,22	58,58
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,32	0,24	17,10	90,5
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119руб				
ПОЛДНИК								
1,90	Салат - коктейль фруктовый с сахарной пудрой	---	50		0	0,15	4,48	21,25
219,01/219,02	Сырники творожные со сгущенным молоком	100/20	120/30		15,1	15,3	42,2	367,7
420.03	Напиток из яблок	200	200		0,1	0	15,7	59,3
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
267,66	Крокеты, с кабачком запеченные под соусом сметано-томатным		90		13,87	10,23	4,9	194,11
171.10	Гарнир пшеничный с маслом сливочным		150		3,7	4,0	38,9	196,2
407	Сок фруктовый		200		0,2	0,26	22,20	86,4
5,00	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,8	0,4	24,25	117,5
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (сметано-сырные пельмени)	7-11 лет (пельмени с мясом и грибами)	12-18 лет (пельмени с мясом и грибами)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством

Руководитель образцового учреждения

Генеральный директор
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»

"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Четверг
(неделя 2)
Дата: 8 декабря 2022

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18л			Энергетическая ценность
				Белка	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28,01	Фрукт порционно/Яблоко	100	100	0,10	0,72	0,14	66,20
279,41	Тефтели «Детские» тушеные в овощном соусе	90	100	12,51	17,31	6,05/6,72	229,59/ 251,10
332/332,10	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	100	100	5,70/6,84	3,43/4,11	36,45/ 43,74	190,31/ 228,38
407	Сок фруктовый	200	200	5,00	3,20	24,66	141,28
5,37/5,39	Хлеб пшеничный	60	80	3,04/3,80	0,32/0,40	19,68/ 24,25	88,8/118
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.				

№ рецептуры	Наименование	Обед №1 (7-11 лет) комплекс	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
					0,06/1	3,15/2	2,2/3,6	18,6/64,3
7,00/7,03	Салат «Витаминный» капуста с кукурузой заправленный растительным маслом	60	60	--	0,06/1	3,15/2	2,2/3,6	18,6/64,3
50,05	Булочка закусочная с сыром	--	--	50	5,18	3,47	30,07	174,06
99,91/99,92	Суп овощной «Летний» на бульоне	200	250	250	4,98/6,22	7,69/9,60	9,46/11,82	124,6/ 155,75
436,98/435,99	Картофель тушеный с мясными изделиями	230	230	--	11,74/13,76	13,60/14,78	31,79/34,5	304,6/ 331,1
331,02	Голубцы ленивые «Любительские» под соусом овощным	--	--	180/50	16,5	16,03	49,92	381,39
519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	200	--	0,06	0,02	20,73	78,2
420,13	Напиток из яблок	--	--	200	0,06	0,06	14,18	55,08
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,32	0,24	17,10	90,5
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК							
401,21	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150	6,68	3,36	46,06	243,7
304,05/304	Кисло-молочный напиток	150	200	5,47,2	5,06,6	21,6	158,8
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.				

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)							
291,33	Плов с птицей		230	16,15	17,02	48,46	407,63
349,10	Компот из смеси сухофруктов		200	0,2	0	19,44	76,8
5,00	Хлеб ржано-пшеничный		50	3,8	0,4	24,25	117,5
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (индивидуальные порции)	7-11 лет (родительская порция)	12-18 лет (родительская порция)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством
Руководитель образовательного учреждения

Handwritten signature

"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя 2)
Дата: «9» декабря 2022

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18 лет			Энергетическая ценность	
				Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
28.02	Фрукт порционно/Яблоко	100	100	0,90	0,2	8,10	40,0	
340.22/340.20	Омлет натуральный с маслом сливочным	150	200	11,4/15,5	8,3/11,06	2,89/3,85	140,3/187,06	
430.06	Чай черный с сахаром	200	200	0,2	0,05	15,01	57,5	
5.375.39	Хлеб пшеничный	60	80	3,80	0,40	24,25	117,5	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.					
ОБЕД								
№ рецептуры	Наименование	Обед 7-11 лет (выход/гид)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
72.22/72.26	Винегрет овощной, заправленный растительным маслом	60	60	—	0,95/1,38	3,10/5,17	5,17/8,61	52,68/87,80
0.05	Салат «Молодость» заправленный растительным маслом	—	—	60	0,1/2,5	0/2,3	0,20/1	31,4
140.10/155.35	Суп картофельный с клецками на бульоне	200	250	250	5,16/3,0	4,16/5,20	19,1/23,87	156,30/170,4
90.02/90.11	Котлета куриная запеченная с овощами	90	90	—	16,55/18,38	16,03/7,81	40,92/45,46	341,59/379,32
171.05/171.07	Гречка отварная с маслом сливочным	150	180	—	7,58/9,09	7,25/8,70	37,28/44,73	223,44/268,12
33.10	Биточки «Детские» тушеные под овощным соусом	—	—	80/10	17,8	18,8	48,7	415,8
171.21	Гарнир пшеничный с маслом сливочным	—	—	180	11,5	3,3	66,5	342
407	Сок фруктовый	200	200	—	0	0,3	22,2	86,4
430	Чай черный с сахаром	—	—	200	0,2	0,05	15,01	58
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,32	0,24	17,10	90,5
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК								
520.20	Крокеты картофельные	—	—	50	4,3	6,7	23,7	175,87
476.09	Мучное кондитерское изделие /Пирожок печеный с фруктовой начинкой (яблоко)	100	100	—	17,8	18,0	48,7	415,8
420.12	Напиток из яблок и лимона	200	200	—	0,1	0,04	13,17	51
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
273.07	Тефтели из рыбы тушеные под овощным соусом	—	90	—	11,93	9,50	20,22	200,86
520.08	Картофельное пюре с маслом сливочным	—	150	—	3,25	9,25	22,02	138,76
375.01	Чай черный с лимоном	—	200	—	0,03	0,02	18,62	73,23
5.00	Хлеб ржано-пшеничный	—	50	—	3,8	0,4	24,25	117,5
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак		Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (символьное питание)	7-11 лет (рецептурная диета)	11-18 лет (рецептурная диета)	11-18 лет (символьное)	7-11 лет	11-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



