

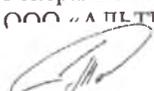
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 1)

Дата: « 12 » декабря 2022 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	
ЗАВТРАК							
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	10	42,7
74,21/ 71,26	Каша с молоком овсяная с маслом сливочным	200	250	8,08/ 11,38	12,51	31,2/ 33,6	251,6/ 251,8
693,08	Какао с молоком	200	200	4,68	5,15	22,58	15,5
0,09	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,36	13,2/ 17,6
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.				

ОБЕД								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
50,09/ 50	Салат из свеклы с сыром заправленный р/м	60	60	--	1,99	4,53	4,95	67,5
43,07	Салат из белокочанной капусты с морковью заправленный маслом растительным	--	--	60	1,9	2,5	7,83	61,4
102,16/ 102,05	Суп картофельный с горохом на бульоне и ржаными гречками	200/50	250/10	250/10	4,8/6,0	3,1/3,84	19,85/24,81	129,2/161,5
267,66	Крокеты, запеченные под сметано-томатным соусом	90	90	--	15,34	24,23	5,12	204,6
332,26/ 332,28	Макаронные изделия с маслом сливочным	150	180	--	5,7/6,8	3,4/4,11	36,45/ 43,74	270,6/ 322,8
267,65	Мясной подлив с овощами	--	--	50/30	12,8	7,6	40,5	280,2
21,10	Рис отварной с маслом сливочным	--	--	180	3,7	4,0	38,9	196,2
430	Чай с сахаром	--	--	200	0,2	0,05	15,01	104,15
519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	200	--	0,06	0,02	20,73	78,2
5,01	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	124,7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
54,53	Салат «Леди» мясовощной заправленный сметаной	--	--	50	3,44	5,48	3,19	26,77
695,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с твороженной начинкой	100	100	100	12,8	7,6	40,5	280,5
407,0	Сок фруктовый	200	200	200	0,2	0,26	22,2	30,2
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.	50 руб.				

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
267,73	Ромштекс «Школьный», запеченный под овощами	--	--	75/15	17,6	13,12	1,49	238,6
171,10	Пшеничный гарнир с маслом сливочным	--	--	150	3,7	4,0	38,9	196,2
430	Чай с сахаром	--	--	200	0,2	0,05	15,01	104,15
5,01	Хлеб ржано-пшеничный	--	--	50	3,80	0,40	24,25	112,4
Итого стоимость полдника:				83 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	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 1)

Дата: «13» декабря 2022

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	
ЗАВТРАК							
3,02/ 3,00	Гастрономия /Сыр	15	20	2,32/ 4,64	2,95/ 5,9	0	36,9/ 72,8
71,22/ 4001,28	Каша молочная гречневая с маслом сливочным	220	250	10,6/11,09	14,38/ 15,78	42,24/40,8	327,01/ 350,2
303,23	Кофейный напиток с молоком	200	200	5,0	3,2	24,66	141,38
65,13/ 5,39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,36	133,0/ 177,6
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.				

ОБЕД								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11/11-18л			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
0,09	Салат «Фасолька» заправленный растительным маслом	60	60	---	1,67	2,35	9,75	41,5
171,19	Яйцо отварное с зеленым горошком	--	--	20/20	2,38	0,12	2,02	28,3
124,41/ 124,56	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной/ Щи из свежей капусты на бульоне	200/10	250	250	1,4/ 1,76	3,96/ 4,95	16,3/ 17,9	30,0/ 31,1
436,98	Картофель тушеный с мясом рубленый	--	--	230	3,25	9,25	22,02	138,70
239,48/ 239,50	Тефтели из рыбы тушеные в овощном соусе	90	90	--	21,12	27,11	35,22	339,2
520,24/ 520,25	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	--	3,25/ 3,90	9,25/ 11,1	22,02/ 26,42	138,70/ 164,11
349,10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	--	0,22	0	19,44	76,75
375,01	Чай с черным с лимоном	--	--	200	0,24	0,06	15,22	58,58
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	106,7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119руб	119 руб.				

ПОЛДНИК								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11/11-18л			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
520,20	Крокеты картофельные	--		50	4,3	6,7	23,7	175,87
432,28	Мучное кулинарное изделие/Эчпочмак	100		100	8,04	5,88	35,5	210,28
409,07	Компот из яблок и ягод	200		200	1,00	0,00	20,20	80,70
Итого стоимость полдника:		40 руб.		50 руб.				

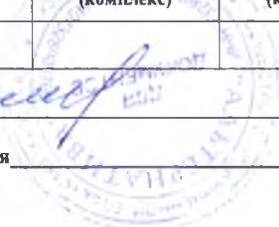
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11/11-18л			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
28,02	Фрукт порционно/ Яблоко		100		0,90	0,2	8,10	36,01
340,22	Омлет натуральный с маслом сливочным		150		11,38	8,3	2,89	190,3
351,01	Кисель фруктовый		200		0,03	0,02	18,62	75,25
5,01	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,8	0,4	24,25	117,5
Итого стоимость ужина:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

	День недели: Среда (неделя 1) Дата: «14» декабря 2022	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		
ЗАВТРАК								
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	10,0	42,7	
223,62/ 223,52	Пудинг творожно-пшеничный с молоком сгущённым	150/30	170/30	14,9/17,5	14,38/16,91	31,5/37,05	302,3/361	
375,01	Чай черный с лимоном	200	200	0,24	0,06	15,22	58,58	
5,37/ 5,39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,36	137,2/ 177,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83руб.	87руб.					
ОБЕД								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
7,00	Салат «Витаминный» капуста и кукуруза заправленный растительным маслом	60	60	--	1,9	2,5	7,80	42,7
315,48	Закуска из рыбы/ Хлебц рыбный нарезанный с овощами	--	--	50	5,06	5,98	9,61	107,21
83,03/ 1184,02	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	250	1,37/2,34	2,12/2,65	8,76/10,95	36,9/45,16
267,68	Нагетсы «Детские» запеченные	--	--	90	12,52	16,2	43,0	49,76
332,28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	--	--	180	5,70	3,43	36,45	15,21
291,53/ 291,54	Плов с птицей	230	230	--	16,15	17,02	48,46	107,6
407	Сок фруктовый	200	200	--	0,2	0,26	22,2	86,4
430	Чай с сахаром	--	--	200	15,1	15,3	42,2	357,7
5,38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	116,7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119руб.				
ПОЛДНИК								
3003,03	«Драники» с соусом сметанным	---	50/10		1,79	5,38	12,92	128,54
476,08	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с фруктовой начинкой (яблоко)	100	100		15,1	15,3	42,2	207,7
420,12	Напиток из яблок и лимона	200	200		0,06	0,04	13,17	51,3
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
1,90	Салат фруктовый с сахарной пудрой		50		0,00	0,15	4,48	21,9
401,14	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой (молоко сгущённое)		200/30		10,35	6,21	72,21	319,57
349,10	Компот из смеси сухофруктов		200		0,22	0	19,44	207,3
Итого стоимость уплотнённого полдника:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Четверг
(неделя 1)

Дата: «15» декабря 2022

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	
ЗАВТРАК							
12,01/ 12,02	Салат «Петрушка», заправленный растительным маслом	60	100	4,03/ 6,71	7,45/ 12,42	2,89/ 4,82	94,8 / 158,0
478,28	Картофельная запеканка с рубленными мясными изделиями под соусом сметанным	200	200	12,52	13,57	37,12	321,12
407	Сок фруктовый	200	200	0,2	0,26	22,2	86,0
5,37/ 5,39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,36	133,9 / 177,6
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.				

ОБЕД								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) Бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
72,22/ 72,26	Винегрет овощной, заправленный растительным маслом	60	60	--	0,95	3,10	5,17	59,68
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко	--	--	100	0,4	0,4	10,0	15,26
99,91/ 124,85	Суп овощной «Летний» на бульоне	200	250	250	2,0/ 7,25	5,2/ 7,0	9,0/ 42,0	250,0
33,10/ 33,09	Биточки «Детские» тушеные под овощным соусом	90	90	--	13,79	15,01	14,92	250,85
330,01/ 250,06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	--	17,26/ 20,71	2,85/ 3,43	38,12/ 45,74	250,0 / 300,85
267,66	Крокеты запечённые с кабачком под соусом сметано-томатным	--	--	90	13,87	10,23	4,9	194,1
354,13	Картофель, запечённый дольками	--	--	180	8,85	6,44	43,51	271,0
375,01	Чай с лимоном	--	--	200	0,24	0,06	15,22	58,58
66037,10	Кондитерское изделие /Печенье	30	20	--	1,7	2,26	13,8	157,10
519,01	Компот из смеси сухофруктов	200	200	--	0,22	0	19,44	76,75
5,00	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	177,6
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) Бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
202,36	Макаронник с мясными изделиями	--	100	--	9,99	9,54	23,1	50,0
738,36	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с зеленым луком и яйцом	100	50	--	9,29/ 4,6	5,71/ 2,88	38,0/ 19,0	242,0
409,07	Напиток фруктовый из ягодной смеси	200	200	--	0,05	0,01	14,97	56,43
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) Бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11л/11-18л			Энергетическая ценность блюда
					Белки	Жиры	Углеводы	
288,48	Птица, порционная с овощами	--	90	--	13,89	12,37	1,38	58,58
171,15	Гречка отварная с маслом сливочным	--	150	--	7,58	7,25	37,28	223,41
408,08	Отвар шиповника	--	200	--	0,34	0,14	19,8	85,55
5,01	Хлеб ржано-пшеничный	--	50	--	3,8	0,40	24,25	117,6
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед №2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя 1)

Дата: 16 декабря 2022

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		
ЗАВТРАК								
28,01	Фрукт порционно/ Яблоко	100	100	0,4	0,4	10	42,7	
340,02/ 213	Омлет, запечённый с картофелем и маслом сливочным	150	200	10,7/ 14,2	36,0/ 47,97	15,81/ 21,08	349,9/ 466,5	
693,08	Какао с молоком	200	200	4,68	5,15	22,58	151,5	
5,37/ 5,39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/ 6,08	0,48/ 0,64	29,52/ 39,36	133,2/ 177,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87руб					
ОБЕД								
Наименование		Обед (7-11 лет) Бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
20,08/ 52,21	Салат из свеклы с растительным маслом	60	60	--	0,86	1,56	5,13	37,13
171,18	Яйцо отварное с зеленым горошком	--	--	20/10	0,03	0,1	1,1	6,9
392,32	Пельмени с бульоном и зеленью	100/100	100/100	--	12,93	11,41	29,29	254,1
489,51	Рагу из птицы «По-домашнему» с овощами	250	250	--	15,73	14,66	28,92	236,4
392,30	Суп картофельный с вермишелью на бульоне	--	--	250	19,1	21,3	43,5	431,8
288,51	Птица, запечённая с овощами	--	--	90	13,89	12,37	1,38	168,07
171,07	Каша гречневая с маслом сливочным	--	--	180	3,9	11,10	26,42	177,5
409,07	Напиток фруктовый	--	--	200	0,2	0,1	15	56,5
407	Сок фруктовый	200	200	--	0,2	0,3	22,2	86,4
5,37	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	112,7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК								
401,22	Оладьи «Домашние» с маслом сливочным	150	150		6,68	3,36	46,06	243,0
304,05/ 304	Кисломолочный напиток/Ряженка	150	200		5,4/ 7,2	5,0/ 6,66	21,6	158,0
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
279,41	Тефтели «Детские» тушеные в овощном соусе		90		12,51	17,31	6,05	257,9
332,26	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		150		5,70	3,43	36,45	190,3
303,03	Кофейный напиток с сахаром		200		0	0	19,96	74,9
5,01	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,80	0,40	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 (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет	

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



22.12.22
16:31