

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Понедельник
(неделя 2)

Дата: « 16 » января 2023 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							
120.2	Салат «Фруктовый» с сахарной пудрой	100	100	0.65	0.3	9.20	42.5
679.23 679.24	Блинчики с молоком густым	155/30	200/30	25.02 26.06	5.48-5.7	82.25 85.7	416.85 521.06
301.23	Кофейный напиток с молоком	200	200	5.00	3.20	24.66	141.28
0.33	Хлеб пшеничный	20	20	1.52	0.16	9.17	47.0
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.				

ОБЕД								
№ рецептуры	Наименование	Обед			Энергетическая ценность блюда			
		№1 (7-11 лет) индивидуаль	№1 (11-18 лет) комплекс	№2 комплекс	Белки	Жиры	Углеводы	
41.07	Салат «Витаминный» капуста с зеленым горошком, заправленный растительным маслом	60	60	---	0.72	5.41	6.32	77.73
171.22	Салат «Консул», заправленный растительным маслом	---	---	60	0.33	0.06	1.14	6.42
66236.09 66236.0	Борщ «Сибирский» с фасолью на бульоне	200	250	250	1.77 2.34	2.65 3.45	12.74 10.95	108.71 74.56
33.10 33.09	Биточки «Детские» тушеные под овощным соусом	90	90	---	13.79	15.01	14.92	250.85
332.26 332.28	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	---	5.70 6.84	3.43 7.20	36.45 43.74	290.31 328.38
279.41	Тефтели «Детские», тушеные с овощами	---	---	80/10	13.79	39.23	36.72	355.10
250.06	Гороховое пюре с маслом сливочным	---	---	180	20.71	3.43	45.74	300.55
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
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1.85	0.36	23.94	126.7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК								
54.53	Салат «Столичный» заправленный сметаной	---	50		3.44	5.48	3.19	76.37
456.11	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)								
3.00	Гастрономия / Сыр порционно		20		4.64	5.9	0	72.00
401.14	Оладьи «Домашние» с подливой сладкой (молоко густое)		200/30		10.35	6.21	72.21	389.58
519.01	Компот из фруктовой ягодной смеси		200				20.7	78.2
5.08	Хлеб ржано-пшеничный		20				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 (социальное питание)	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)	12-18 лет (комплекс)	11-18 лет (комплекс)	11-18 лет (комплекс)	7-11 лет (комплекс)	7-11 лет (комплекс)	7-11 лет (комплекс)	7-11 лет (комплекс)

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Вторник
(неделя 2)
Дата: «17» января 2023

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 лет/18 лет			Энергетическая ценность	
				Белка	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК								
3.02/3.00	Гастрономия/ Сыр	15	20	2,9/4,64	3,8/5,90	0	45,4/72,8	
2.78/173.26	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	220	250	7,43/8,88	8,65/11,35	46,9/49,30	258,0/284,75	
693.10	Какао с молоком	200	200	4,7	5,15	22,58	151	
0.13/5.39	Хлеб пшеничный	65	80	4,56/6,8	0,48/0,64	29,52/39,36	133,2/177,6	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.					
ОБЕД								
№ рецептуры	Наименование	Обед 7-11 лет (индивидуально)	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Пищевые вещества 7-11 лет/18 лет			Энергетическая ценность
					Белка	Жиры	Углеводы	
0.09	Салат «Фасолька» заправленный растительным маслом	60	60	---	1,67	2,35	9,75	64,39
72.22	Винегрет овощной заправленный растительным маслом	---	---	60	0,95	3,10	5,17	82,88
124.82/124.89	Суп овощной на бульоне с гренами/ Суп овощной на бульоне	200/50	250	250	5,80/6,22	5,60/9,60	33,60/11,82	203,30/155,75
239.48/239.50	Тефтели из рыбы тушеные в овощном соусе	90	90	---	21,12	27,11	35,22	529,3
291.53	Плов с птицы	---	---	230	16,5	17,02	48,46	407,63
520.24/520.25	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	---	5,25/5,90	9,25/11,10	22,02/26,42	138,76/164,11
66037.10/66037.03	Кондитерское изделие/ печенье	30	20	---	1,73,3	2,26/1,87	13,8/12,5	78,89/69,1
407.0	Сок фруктовый	---	---	200	0,2	0,36	22,20	86
349.10	Компот из смеси сухофруктов	200	200	---	0,22	0	19,44	76,75
5.38	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				
ПОЛДНИК								
47.12	Салат овощной «Березка»	---	50	---	1,93	3,19	1,96	44,28
402.28	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)								
225.69	Пудинг творожно-пшеничный с соусом	---	170	---	14,92	14,38	31,51	357,26
408.03	Отвар шиповника	---	200	---	0,34	0,14	19,8	85,25
5.01	Хлеб 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 (сбалансированное питание)	7-11 лет (родительская диета)	12-18 лет (родительская диета)	12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____



ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Среда
(неделя 2)
Дата: «18» января 2023

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							
3,81	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	7,12 / 8,9	11,68 / 14,6	31,06 / 38,8	257,63 / 322,63
351,01	Кисель фруктовый	200	200	0,03	0,02	18,62	73,23
5,37 / 5,39	Хлеб пшеничный	60	80	5,6 / 8	0,5 / 0,64	29,5 / 39,36	133,2 / 177,6
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.				

ОБЕД								
Наименование	Обед (7-11 лет) комплексный	Обед (11-18 лет) комплексный	Обед № 2 комплексный	Энергетическая ценность блюда				
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
50,09	Салат из свежесыра с сыром заправленный маслом растительным	60	60	--	1,99	4,53	4,95	68,27
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	1,4 / 1,76	9,96 / 14,95	9,3 / 7,90	71,80 / 89,70
288,51	Птица, порционная запеченная с овощами	90	90	--	13,89	12,37	1,38	168,97
370,02 / 250,06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	--	17,26 / 20,71	2,85 / 3,43	38,12 / 45,74	250,46 / 300,55
392,39	Пельмени отарные под овощным 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	1,85	0,36	23,94	126,7
Итого стоимость комплексного обеда:		116,05 руб.	119 руб.	119 руб.				

ПОЛДНИК								
1,98	Салат - коктейль фруктовый с сахарной пудрой	---	50		0	0,15	4,48	21,25
219,81 / 219,82	Сырники творожные со сгущенным молоком	100/20	120/30		15,1	15,3	42,2	367,7
420,13	Напиток из яблок	200	200		0,1	0	15,7	59,2
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					

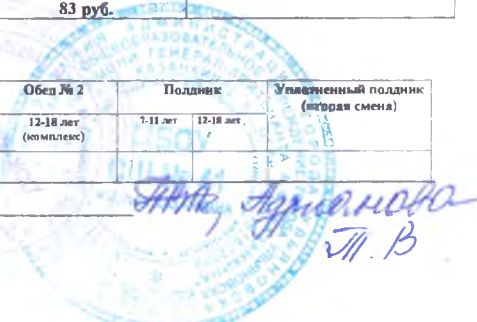
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
267,66	Крокеты, с кабачком запеченные под соусом сметано-томатным		90		13,87	10,23	4,9	194,11
171,10	Гарнир пшеничный с маслом сливочным		150		3,7	4,0	38,9	196,2
467	Сок фруктовый		200		0,2	0,26	22,20	86
5,80	Хлеб ржано-пшеничный		50		3,8	0,4	24,25	117,5
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.					

Группировочная ведомость к отчету

Завтрак			Обед №1	Обед № 2	Полдник		Уплотненный полдник (вторая смена)
7-11 лет (содержательное питание)	7-11 лет (родительская кухня)	12-18 лет (родительская кухня)	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 2)
Дата: «19» января 2023

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								
28.01	Фрукт порционно/Яблоко	100	100	0,40	0,40	10,0	42,70	
279.41	Тефтели «Детские» тушеные в овощном соусе	90	100	12,51/33,23	19,31/39,23	16,05/36,72	229,59/255,1	
332.27	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	100	100	3,86	2,11	24,69	133,26	
407	Сок фруктовый	200	200	0,2	0,26	22,20	86	
5.37/5.39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/6,08	0,48/0,64	29,52/39,36	133,2/177,60	
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.					
ОБЕД								
Наименование	Обед №1 (7-11 лет) комплексный	Обед №1 (11-18 лет) комплексный	Обед №2 комплексный	Энергетическая ценность блюда				
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
7.08	Салат «Витаминный» капуста с кукурузой заправленный растительным маслом	60	60	--	1,9	2,5	7,8	41,0
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	Картофель тушеный с мясными изделиями	230	230	--	11,74	13,60	31,79	394,60
453.22 331.02	Голубцы ленивые «Любительские» под соусом овощным	--	--	180/50	16,3	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	0,01	0,04	13,17	51
5.28	Хлеб ржано-пшеничный	70	70	70	1,85	0,36	23,94	126,7
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
344.05 304	Кисломолочный напиток	150	200		5,47,2	5,0/6,6	21,6/22,3	158,0
Итого стоимость полдника:		40 руб.	50 руб.					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК (вторая смена)								
391.53	Плов с птицей		230		16,15	17,02	48,46	407,63
349.10	Компот из смеси сухофруктов		200		0,22	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 (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	
					250		

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



И.В. Толмачев

ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Пятница
(неделя 2)
Дата: «20» января 2023

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11/11-18			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28.01	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	Чай черный с сахаром	200	200	0,2	0,05	15,01	59
5.37/5.39	Хлеб пшеничный	60	80	4,56/6,08	0,48/0,64	29,52/39,56	133,2/177,60
Итого стоимость комплексного завтрака:		83 руб.	87 руб.				

Наименование	Обед (7-11 лет) Индивидуальный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Обед №2 комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Винегрет овощной, заправленный растительным маслом	60	60	—	0,95	3,10	5,17	52,68
Салат «Молодость» заправленный растительным маслом	—	—	60	0,12,5	0,2,3	0,2,0,1	31,4
Суп картофельный с клецками на бульоне	200	250	250	5,1/6,30	4,16/5,20	19,1/23,87	156,30/170,4
Котлета куриная запеченная с овощами	90	90	—	16,55	16,03	49,92	381,39
Гречка отварная с маслом сливочным	150	180	—	7,58/8,85	7,25/6,44	17,26/43,51	223,44/271,90
Шницель «Тотоша» запеченный с овощами	—	—	90	18,04	9,67	4,00	220,92
Гарнир пшеничный с маслом сливочным	—	—	180	20,71	3,43	45,74	300,55
Сок фруктовый	200	200	—	0,2	0,26	22,20	86
Чай черный с сахаром	—	—	200	0,2	0,05	15,01	59
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
476.08	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)							
239.48	Тефтели из рыбы тушеные под овощным соусом	—	90	21,12	27,11	35,22	329,3
520.27	Картофельное пюре с маслом сливочным	—	150	3,25	9,25	22,02	138,76
375.01	Чай черный с лимоном	—	200	0,24	0,06	15,22	58,58
5.00	Хлеб ржано-пшеничный	—	50	3,8	0,4	24,25	117,5
Итого стоимость уплотненного полдника:			83 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

7-11 лет (сменная норма питания)	Завтрак		12-18 лет (комплекс)	12-18 лет (комплекс)	Полдник	Уплотненный полдник (вторая смена)
	7-11 лет (родительская плата)	12-18 лет (родительская плата)				

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

