

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Понедельник  
(неделя 4)

Дата: 27 января 2025г

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

Питательная ценность  
7-11 и 11-18 лет

Энергетическая ценность

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательная ценность			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
901.01	Масло сливочное порционно	10	10	0,1	7,3	0,1	66,1
132.19 / 132.20	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	260	9,88 / 10,27	9,17 / 9,53	43,51 / 45,25	298,16 / 310,08
430	Чай с сахаром	200	200	0,5	0,1	5,4	24,4
0,08 / 5,39	Хлеб пшеничный	40	80	3,05 / 6,1	0,3 / 0,6	19,6 / 39,3	93,73 / 187,46
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) биологичный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
20.20	Салат из свеклы с маслом растительным	60	60	1,5	2,6	8,33	62,5
99.41 / 99.51	Суп овощной «Летний»	200	250	4,7 / 5,8	5,6 / 7	5,7 / 7,1	92,2 / 115,3
666.11 / 666.10	Гуляш из птицы	90	100	10,1 / 11,7	17,8 / 22,1	12,4 / 15,8	250,7 / 309,7
332.29 / 332.30	Макаронные изделия отварные с маслом	150	180	5,8 / 6,9	7 / 8,4	35,4 / 42,5	227,7 / 273,3
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>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
3003.03	Драники с соусом сметанным	--	50/10	2	4,8	11,7	97,5
50.32	Мучное кулинарное изделие / Булочка закусочная с сыром	100	100	12,5	8,7	41,8	295,8
407	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	20,2	86,6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



И.О.

*Заритдинов*  
*Заритдинов*  
*Заритдинов*

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ



День недели: Вторник  
(неделя 4)

Дата: 28.01 2025г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Питательная ценность			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
50.32	Булочка закусочная с сыром	100	100	11	7,7	41,8	280,1
53.56 / 53.58	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	250	7,1 / 11,6	7,2 / 14,4	31,3 / 45,9	217,9 / 353,6
303.03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	3,9	2,9	11,2	86
0.34	Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	9,8	46,9
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) биологичный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
28.09 / 28.01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	60	100	0,24 / 0,91	0,24 / 0,16	5,88 / 8,08	26,64 / 37,83
81.41 / 81.51		Свеклольник «Классический»	250	300	5,7 / 6,8	7,8 / 9,4	12,1 / 14,6
392.43 / 331.02	Пельмени мясо-овощные, отварные с овощами тушеными с томатом	150/50	150/50	19,6	23,9	49,5	492,4
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 комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
338.08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0,3	0,2	6	26,5
432.35	Мучное кулинарное изделие / Эчпочмак	100	100	8,8	7	33,6	232
519.09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	12,8	54,6
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения



*Заритдинов*  
*Заритдинов*  
*Заритдинов*

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**

День недели: Среда (неделя 4)  
Дата: 29.01. 2025г

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

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**

День недели: Четверг (неделя 4)  
Дата: 30.01. 2025г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 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
219,19 / 219,26 / 331,33	Вареники с творожной начинкой с молочным сладким соусом	130/30	170/30	16,9 / 21,5	17 / 20,9	46,8 / 59,9	416,6 / 513,7
693.13	Какао с молоком	200	200	3,4	2,6	11	81
0,34 / 0,33	Хлеб пшеничный	20	30	1,5 / 2,3	0,2	9,8 / 14,8	46,9 / 70,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) выделенная	Обед (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
43.51	60	60	1	6,1	5,8	81,5	
102,41 / 102,51	200	250	7,3 / 9,1	4,7 / 5,9	15 / 18,8	131,9 / 164,8	
279,93 / 33,14 / 33,12	90	100	14,1 / 15,7	18,6 / 22,9	19,6 / 23	302,3 / 361,3	
355,02 / 355,03	150	180	3,5 / 4,3	5,6 / 6,7	35,8 / 42,9	207,5 / 249	
430	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7	
5	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8	
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
338,08	--	50	0,3	0,2	6	26,5	
476,09	100	100	5,3	3,4	43,4	225,4	
409,16	200	200	0,2	0,1	6,2	26,4	
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
4.27	Салат из моркови с сахаром	60	60	0,8	0,1	4,1	20,2
267,70 / 33,20 / 267,69 / 33,14	Наггетсы с овощной поджаркой	60	90	9,4 / 14,1	12,4 / 18,6	13,1 / 19,6	201,5 / 302,3
332,29	Макаронные изделия отварные с маслом	150	150	5,8	7	35,4	227,7
430	Чай с сахаром	200	200	0,5	0,1	5,4	24,4
0,08 / 5,37	Хлеб пшеничный	40	60	3 / 4,6	0,3 / 0,5	19,7 / 29,5	93,8 / 140,6
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование	Обед (7-11 лет) выделенная	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
28,09	60	60	0,24	0,24	5,88	26,64	
140,41 / 140,51	200	250	5,4 / 6,7	5,5 / 6,9	15,5 / 19,4	133,3 / 166,7	
267,85 / 331,18 / 331,19	90	100	16,1 / 17,8	26,1 / 29	33 / 36,6	430,9 / 467,6	
330,02 / 250,06	150	180	14,5 / 15,8	7,7 / 5,3	33,9 / 36,8	263 / 257,8	
519,09	200	200	0,5	0,1	25,3	104,4	
5	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8	
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>120,30 руб.</b>	<b>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
401,22	150	150	10,1	15,3	50,3	379,2	
389,12 / 407	150	200	0,75 / 1	0	19,05 / 25,4	79,2 / 105,6	
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

*Группировочная ведомость к отчету*

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

Заведующая производством  
Руководитель образовательного учреждения



*Заритина И.И.*  
*Заритина И.И.*

*Группировочная ведомость к отчету*

Завтрак	Обед №1	Полдник					
			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



*Заритина И.И.*  
*Заритина И.И.*

*И.О.*

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Пятница  
(неделя 4)

Дата: 31.01.2025

Утверждено:  
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>							
28.01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	100	100	0,91	0,16	8,08	37,83
219,20 219,15/ 621,08	Сырники из творога с соусом молочным сладким	120/50	160/50	23,9/ 31,9	10,7/ 14,3	28,2/ 34,2	305,6/ 393,6
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
0,33/ 0,08	Хлеб пшеничный	30	40	2,3/ 3	0,2/ 0,3	14,8/ 19,7	70,3/ 93,8
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>95 руб.</b>	<b>106 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
№ рецептуры	Наименование	Обед (7-11 лет) болюс/млн	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
43,52	Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой)	60	60	1	3,7	4,9	56,7
155,41/ 155,51	Суп картофельный с клецками	200	250	6,8/ 8,6	6,5/ 8,1	26,2/ 32,8	190,7/ 238,4
239,73/ 239,75	Палочки рыбные с овощной поджаркой	90	100	15,3/ 16,9	10,9/ 15,2	23,7/ 27,1	254,5/ 313,5
520,36/ 520,38	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/ 4,9	5,3/ 6	19,75/ 29,1	139,4/ 189,8
407	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	20,2	86,6
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>138 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
520,20	Крокеты картофельные	---	50	2,2	5,2	11,6	101,8
695,37	Мучное кулинарное изделие / Ватрушка с фруктовой начинкой	100	100	9,7	6,7	38,9	254,5
430,01	Чай фруктовый	200	200	0,2	0,1	6,7	28,5
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>51 руб.</b>	<b>61 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

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



Заведующая производством Зарит  
 Руководитель образовательного учреждения Заритчина Эвсеевна Ш.И.