

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

День недели: Понедельник  
(неделя 1)  
  
Дата: 28 апреля 2025

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

| №<br>рецептуры                         | Наименование                                              | Выход<br>7-11 лет                  | Выход<br>11-18 лет                 | Пищевые вещества<br>7-11/11-18г  |            |            | Энергетическая<br>ценность |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|------------|------------|----------------------------|
| ЗАВТРАК                                |                                                           |                                    |                                    | Белки                            | Жиры       | Углеводы   |                            |
| 3,01                                   | Гастрономия/ Сыр твердый порционно                        | 10                                 | 10                                 | 2,3                              | 3          | 0          | 35,8                       |
| 345,99/ 346,00                         | Каша молочная из смеси круп «Дружба» с маслом сливочным   | 230                                | 270                                | 5,75/ 6,75                       | 6,75/ 7,92 | 27,6/ 32,4 | 194,2/ 227,97              |
| 430                                    | Чай с сахаром                                             | 200                                | 200                                | 0,4                              | 0,1        | 5,2        | 23,7                       |
| 5,37/ 5,46                             | Хлеб пшеничный                                            | 60                                 | 70                                 | 4,6/ 5,3                         | 0,5/ 0,6   | 29,5/ 34,4 | 140,6/ 164,1               |
| Итого стоимость комплексного завтрака: |                                                           | 95 руб.                            | 106 руб.                           |                                  |            |            |                            |
| ОБЕД                                   |                                                           |                                    |                                    |                                  |            |            |                            |
| Наименование                           |                                                           | Обед №1<br>(7-11 лет)<br>бюджетный | Обед №1<br>(11-18 лет)<br>комплекс | Энергетическая ценность<br>блюда |            |            |                            |
| 10,28                                  | Салат из капусты                                          | 60                                 | 60                                 | 1,01                             | 2,06       | 3,9        | 37,92                      |
| 140,41/ 140,51                         | 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               |
| 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                                |                                                           |                                    |                                    |                                  |            |            |                            |
| 338,08                                 | Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка                  | --                                 | 50                                 | 0,2                              | 0,2        | 4,9        | 22,5                       |
| 695,37                                 | Мучное кулинарное изделие / Ватрушка с фруктовой начинкой | 100                                | 100                                | 9,7                              | 6,7        | 38,9       | 254,5                      |
| 409,16                                 | Напиток из яблок                                          | 200                                | 200                                | 0,4                              | 0          | 29,5       | 119,6                      |
| Итого стоимость полдника:              |                                                           | 51 руб.                            | 61 руб.                            |                                  |            |            |                            |

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"

МЕНЮ

День недели: Вторник  
(неделя 1)  
  
Дата: 29.04.2025г

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

| №<br>рецептуры                         | Наименование                                  | Выход<br>7-11 лет               | Выход<br>11-18 лет                 | Пищевые вещества<br>7-11/11-18г  |            |            | Энергетическая<br>ценность |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|------------|------------|----------------------------|
| ЗАВТРАК                                |                                               |                                 |                                    | Белки                            | Жиры       | Углеводы   |                            |
| 28.01                                  | Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка      | 100                             | 100                                | 0,91                             | 0,16       | 8,08       | 37,83                      |
| 219,20/<br>219,15/<br>621,09           | Сырники из творога с соусом фруктовым сладким | 120/50                          | 160/50                             | 23,9/ 31,9                       | 10,7/ 14,3 | 28,2/ 34,2 | 305,6/<br>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                 |
| Итого стоимость комплексного завтрака: |                                               | 95 руб.                         | 106 руб.                           |                                  |            |            |                            |
| ОБЕД                                   |                                               |                                 |                                    |                                  |            |            |                            |
| Наименование                           |                                               | Обед<br>(7-11 лет)<br>бюджетный | Обед №1<br>(11-18 лет)<br>комплекс | Энергетическая ценность<br>блюда |            |            |                            |
| 66037,03                               | Кондитерское изделие/ Печенье                 | 1 порц.                         | 1 порц.                            | 0,66                             | 3,03       | 1,94       | 38,12                      |
| 184,04/<br>66,13                       | Борщ со свежей капустой и картофелем          | 200                             | 250                                | 5,2/ 6,4                         | 4,5/ 5,6   | 11,7/ 13,6 | 107,8/<br>129,8            |
| 268,86/<br>268,87                      | Котлеты из печени с овощами тушеными          | 90                              | 100                                | 10,1/ 11,2                       | 14,4/ 16   | 20,7/ 23   | 252,4/<br>280,4            |
| 355,02/<br>355,03                      | Рис отварной гарнирный с маслом сливочным     | 150                             | 180                                | 3,5/ 4,2                         | 5,6/ 5,2   | 35,8/ 42,9 | 207,5/ 235                 |
| 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                      |
| 100,34                                 | Мучное кулинарное изделие / Пицца с сыром     | 100                             | 100                                | 8,6                              | 6,8        | 33,4       | 229,4                      |
| 430                                    | Чай с сахаром                                 | 200                             | 200                                | 0,4                              | 0,1        | 5,2        | 23,7                       |
| Итого стоимость полдника:              |                                               | 51 руб.                         | 61 руб.                            |                                  |            |            |                            |

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

**ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ**

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

**АЛЬТЕРНАТИВА**  
ПРЕДПРИЯТИЕ  
ЗДОРОВОГО  
ПИТАНИЯ

(неделя 1)

Дата: 30.04. 2025г

Директор

ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»

А.В. Толмачев

| № рецептуры                                   | Наименование                                              | Выход 7-11 лет          | Выход 11-18 лет              | Целевые вещества 7-11/11-18 лет |            |              | Энергетическая ценность |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------------------|------------|--------------|-------------------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                                |                                                           |                         |                              | Белки                           | Жиры       | Углеводы     |                         |
| 267,66                                        | Мясной подлив с овощами                                   | 60                      | 60                           | 6,85                            | 9,92       | 3,28         | 132,31                  |
| 13,26/ 13,27                                  | Каша пшенная гарнирная с маслом сливочным                 | 150                     | 180                          | 4,17/ 5,0                       | 4,99/ 5,98 | 23,94/ 28,72 | 157,5/ 189              |
| 50,20                                         | Лепешка с сыром                                           | 50                      | 50                           | 4,8                             | 3,07       | 26,61        | 155,36                  |
| 430                                           | Чай с сахаром                                             | 200                     | 200                          | 0,4                             | 0,1        | 5,2          | 23,7                    |
| 0,08/ 5,37                                    | Хлеб пшеничный                                            | 40                      | 60                           | 3,8/ 5,3                        | 0,4/ 0,6   | 24,6/ 34,4   | 117,2/ 164,1            |
| <b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b> |                                                           | <b>95 руб.</b>          | <b>106 руб.</b>              |                                 |            |              |                         |
| <b>ОБЕД</b>                                   |                                                           |                         |                              |                                 |            |              |                         |
| Наименование                                  |                                                           | Обед (7-11 лет) базовый | Обед №1 (11-18 лет) комплекс | Энергетическая ценность блюда   |            |              |                         |
| 50,38                                         | Салат из свеклы с сыром                                   | 60                      | 60                           | 5,4                             | 8,9        | 4,6          | 120,5                   |
| 124,21/ 125,25                                | Щи из свежей капусты с картофелем                         | 200                     | 250                          | 4,8/ 6                          | 7,3/ 9,1   | 7,3/ 9,2     | 113,8/ 142,3            |
| 666,15/ 666,16                                | Птица тушеная с овощами                                   | 90                      | 100                          | 10,1/ 11,2                      | 14,4/ 16   | 20,7/ 23     | 252,4/ 280,4            |
| 332,29/ 332,30                                | Макаронные изделия отварные с маслом                      | 150                     | 180                          | 5,3/ 6,4                        | 4,9/ 5,9   | 32,8/ 39,4   | 196,8/ 236,3            |
| 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>128,65 руб.</b>      | <b>138 руб.</b>              |                                 |            |              |                         |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                |                                                           |                         |                              |                                 |            |              |                         |
| 338,08                                        | Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка                  | --                      | 50                           | 0,3                             | 0,2        | 6            | 26,5                    |
| 476,09                                        | Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с фруктовой начинкой | 100                     | 100                          | 5,3                             | 3,4        | 43,4         | 225,4                   |
| 407                                           | Сок фруктовый                                             | 200                     | 200                          | 1                               | 0          | 25,4         | 105,6                   |
| <b>Итого стоимость полдника:</b>              |                                                           | <b>51 руб.</b>          | <b>61 руб.</b>               |                                 |            |              |                         |

Группировочная ведомость к отчету

| Завтрак                          |                                  |                                   | Обед №1                 | Подлинк  |           |
|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|-------------------------|----------|-----------|
| 7-11 лет<br>(социальное питание) | 7-11 лет<br>(родительская плата) | 12-18 лет<br>(родительская плата) | 12-18 лет<br>(комплекс) | 7-11 лет | 12-18 лет |

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

Замѣтки  
Алекс- Яковлев Т. А.