

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

День недели: Понедельник
(неделя 1)

Дата: 3 марта 2025

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

АЛЬТЕРНАТИВА
ПРЕДПРИЯТИЕ
ЗДОРОВОГО
ПИТАНИЯ

для
ДОКУМЕНТОВ

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
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 (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
43.05	Салат из капусты с морковью	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/ 33.118/ 33.119	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:		120,30 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 яблоч	200	200	0.4	0	29.5	119.6
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством Зарин

Руководитель образовательного учреждения А. Толмачев



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

День недели: Вторник
(неделя 1)

Дата: 04.03 2025г

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

АЛЬТЕРНАТИВА
ПРЕДПРИЯТИЕ
ЗДОРОВОГО
ПИТАНИЯ

для
ДОКУМЕНТОВ

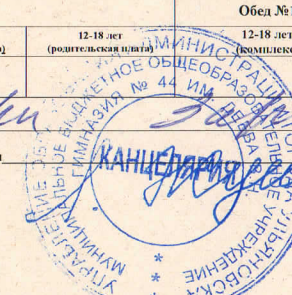
№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
28.12	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	120	120	0.5	0.5	11.8	53.3
672.06/ 672.10/ 234.12	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	6.6/ 8	11.1/ 13.3	34.4/ 42.4	263.6/ 321
303.03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0.5	0.3	5.6	26.7
0.33/ 5.01	Хлеб пшеничный	30	50	2.3/ 3.8	0.2/ 0.4	14.8/ 24.6	70.3/ 117.2
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
43.58	Салат «Витаминный» (капуста с зеленым горошком)	60	60	1	3.7	4.9	56.7
184.04/ 66.13	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	5.2/ 6.4	4.5/ 5.6	11.7/ 13.6	107.8/ 129.8
268.86/ 268.87	Котлеты из печени с овощами тушеными	90	100	10.1/ 11.2	14.4/ 16	20.7/ 23	252.4/ 280.4
355.02/ 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:		120,30 руб.	138 руб.				
ПОЛДНИК							
520.20	Крокеты картофельные	--	50	2.2	5.2	11.6	101.8
738.40	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с начинкой из яйца с зеленым луком	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

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

Заведующая производством Зарин

Руководитель образовательного учреждения А. Толмачев



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Среда
(неделя 1)
Дата: 5.03 2025г

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



№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
267.66	Мясной подлив с овощами	60	60	6.85	9.92	3.28	132.31
13.26/ 13.27	Каша пшеничная 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
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
Наименование	Обед №1 (7-11 лет) Выходный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
50.38	Салат из свеклы с сыром	60	60	5.4	8.9	4.6	120.5
124.21/ 125.25	Пци из свежей капусты с картофелем	200	250	4.8/ 6	7.3/ 9.1	7.3/ 9.2	113.8/ 142.3
666.11/ 666.10	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/ 236.2
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
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	138 руб.				
ПОЛДНИК							
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
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				

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	12-18 лет

Заведующая производством Зарин
Руководитель образовательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ



День недели: Четверг
(неделя 1)
Дата: 6.03 2025

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



№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества 7-11 и 11-18			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК							
769.04	Мучное кулинарное изделие/ Булочка «Домашняя»	75	75	5.79	2.52	44.59	225.3
71.36/ 71.38	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7.9/ 8.7	11.6/ 12.8	33.7/ 37	270.6/ 297.7
303.33	Кофейный напиток с молоком	200	200	3.9	2.9	11.2	86
0.92/ 5.54	Хлеб пшеничный	25	55	1.87/ 4.21	0.25/ 0.36	12.25/ 27.1	58.62/ 128.8
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
Наименование	Обед (7-11 лет) Выходный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
28.09	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	60	60	0.24	0.24	5.88	26.64
96.82/ 96.83	Рассольник «Домашний»	200	250	5.2/ 6.5	4.5/ 5.6	9/ 11.3	97.3/ 121.6
267.87/ 33.14/ 33.12	Крокеты с кабачком тушеные с овощами	90	100	18.1/ 19.7	19.6/ 23.9	28.6/ 32	363.4/ 422.4
520.36/ 520.38	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3.1/ 5	5.3/ 13.6	19.8/ 26.1	139.4/ 247
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:		120,30 руб.	138 руб.				
ПОЛДНИК							
3003.03	Драники с соусом сметанным	--	50/10	2	5.5	11.3	102.2
100.34	Мучное кулинарное изделие / Пицца с сыром	100	100	8.6	6.8	33.4	229.4
430	Чай с сахаром	200	200	0.2	0.1	5.2	24.4
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				

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	12-18 лет


Заведующая производством Зарин
Руководитель образовательного учреждения _____



**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

МЕНЮ

для ДОКУМЕНТОВ



День недели: Пятница
(неделя 1)

Дата: 2.03.2025

Утверждено
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							
28,16/ 28,01	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	80	100	1,22/ 1,53	0,42/ 0,53	16,8/ 21	75,62/ 94,53
340,25	Омлет натуральный с маслом сливочным	100	100	8,45	12	2,15	150,35
53,55/ 53,59	Каша пшенная с маслом сливочным	70	100	3,46/ 4,15	2,64/ 2,84	21,96/ 25,95	125,14/ 145,66
430,12	Чай витаминизированный	200	200	0,5	0,1	4,6	21,1
5,01	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Итого стоимость комплексного завтрака:		95 руб.	106 руб.				
ОБЕД							
Наименование		Обед №1 (7-11 лет) ввозрастной	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
56,17	Салат «Молодость»	60	60	1,9	2,5	7,8	61
155,41/ 155,51	Суп картофельный с клецками	200	250	7,4/ 5,8	3,9/ 4,1	20,1/ 14,2	145,1/ 117
239,73/ 239,75	Рыбные палочки с овощной поджаркой	90	100	15,3/ 16,9	10,9/ 15,2	23,7/ 27,1	254,5/ 313,5
355,02/ 355,03	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,6/ 4,3	4,8/ 5,8	36,4/ 43,7	203,5/ 244,2
519,09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	12,8	54,6
5	Хлеб ржано- пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
Итого стоимость комплексного обеда:		120,30 руб.	138 руб.				
ПОЛДНИК							
338,08	Фрукт порционно/ или / Фруктовая нарезка	--	50	0,3	0,2	6	26,5
738,69	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок с картофелем и луком	100	100	10,1	15,3	50,3	379,2
519,09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	12,8	54,6
Итого стоимость полдника:		51 руб.	61 руб.				

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)	12-18 лет

Заведующая производством *Зарина*

Руководитель образовательного учреждения *Зарина*

