

# ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "АЛЬТЕРНАТИВА"

## МЕНЮ



День недели: Понедельник  
(неделя 1)

Дата: 04 марта 2024

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	
<b>ЗАВТРАК</b>							
3,01/3	Гастрономия/ Сыр твердый порционно	20	20	2,3/4,6	3/5,9	0	35,8/71,1
901,01	Масло сливочное порционно	-	10	0,1	7,3	0,1	66,1
345,80/345,81	Каша молочная из смеси круп «Дружба»	220	250	6,38/6,86	6,52/6,63	36,33/39,81	227,19/244,03
693,11	Какао с молоком	200	200	3,16	3,46	20,09	120,55
0,1/5,46	Хлеб пшеничный	60	70	4,6/5,3	0,5/0,6	29,5/34,4	140,6/164,1
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				
<b>ОБЕД</b>							
Наименование		Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
1,37	Салат фруктовый	60	60	0,37	0,19	5,46	25,75
140,11/140,36	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,4/7,1	5,5/9	15,5/15,1	133,30/169,9
33,09	Биточки тушеные с соусом овощным	90	90	13,65	15,01	13,99	246,61
74,20/74,21	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	5,31/5,82	3,86/5,64	26,11/28,61	163,14/191,5
519,09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,04	0,01	13,51	52,28
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>							
338,08	Фрукт свежий порционно/ Яблоко	--	50	0,2	0,2	6,7	29,3
695,31	Мучное кулинарное изделие/ Ватрушка с творожной начинкой	100	100	10,8	5,4	41,9	259,
420,17	Напиток из яблок	200	200	0,4	0	29,5	119,
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				

Группировочная ведомость к отчету

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

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

*[Подписи]*  
Т.С. Шарипова  
Н.И. Демченко

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: **Вторник**  
(неделя 1)

Дата: **5.03 2024г**

Утверждаю:  
Генеральный директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»  
*[Подпись]* А.В. Толмачев

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11/11-18г			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
28,12	Фрукт порционно: Яблоко	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
672,04/ 672,04/ 234,69	Вареники с овощной начинкой (картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	6,68	11,7/3,3	34,4/2,4	263,6/ 321
303,16	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,9	2,9	11,2	86
0,33/5,01	Хлеб пшеничный	30	50	2,30,8	0,2/0,4	14,8/24,6	70,3/ 117,2
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				

**ОБЕД**

№	Наименование	Обед (7-11 лет) бюджетный	Обед №1 (11-18 лет) комплекс	Энергетическая ценность блюда			
				Белки	Жиры	Углеводы	ккал
46,15	Салат «Степной»	60	60	1,83	2,99	5,44	54
184,05/ 66,02	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	250	5,1/4,4	4,5/5,6	10,8/13,6	103,9/ 129,8
777	Гуляш из говядины	90	90	16,95	10,99	38,33	436,02
355/21,10	Рис отварной с маслом сливочным	150	180	5,3/4,4	4,9/5,9	32,8/39,4	156,8/ 236,2
499,22	Компот из фруктов	200	200	0,05	0,02	13,88	53,77
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				

**ПОЛДНИК**

№	Наименование	7-11 лет	11-18 лет	Энергетическая ценность	
				7-11 лет	11-18 лет
320,3	Крокеты картофельные	—	50	2,19	5,16
432,28	Мучное кондитерское изделие/ Эчпочмак	100	100	3,8	6,8
345,78	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,4	0
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>		

**Гигиеническая ведомость к меню**

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (среднее значение)	7-11 лет (разница сред. значений)	11-18 лет (среднее значение)	11-18 лет (разница сред. значений)	7-11 лет	11-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

*[Подписи]*  
Т.С. Макарова  
И.И. Петрова

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Среда  
(неделя 1)

Дата: 6.03 2024г

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
137	Салат фруктовый	60	60	0,37	0,19	5,46	25,75
478,28	Картофельная запеканка с мясными рубленными изделиями под соусом сметанным	180/20	200/20	14,57/ 16,05	15,89/ 17,22	37,75/ 41,12	362/ 394,31
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
0,00/5,37	Хлеб пшеничный	50	70	3,0/4,6	0,0/0,5	24,0/29,5	117,2/ 140,6
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				

**ОБЕД**

Наименование	Обед (7-11 лет)	Обед № (11-18 лет) комплекс.	Энергетическая ценность блюда			
			ккал	кДж	ккал	кДж
50,09	60	60	4,3	7,5	4,6	102,6
124,0/124,56	200	250	4,0/5,5	5,3/6,6	6,0/8,5	92,0/115,7
308,72	90	90	14,06	,21	11,04	202,27
332,26/332,28	150	180	5,3/6,4	4,9/5,9	32,0/39,4	106,0/ 236,2
349,10	200	200	0,4	0	25,1	102
5	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,06 руб.</b>	<b>119 руб.</b>			

**ПОЛДНИК**

338,08	Фруктовая нарезка/ Яблоко	—	50	0,3	0,2	6	26,5
476,08	Мучное кондитерское изделие/ Пирожок печеный с яблоками	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>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				

**Группировочная ведомость к отчету**

Завтрак			Обед № (комплекс)	Полдник	
7-11 лет (составные изделия)	7-11 лет (продукты-сыры изделия)	11-18 лет (продукты-сыры изделия)		7-11 лет	11-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

*С.С. Макарова*  
*И.И. Мельникова*

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
"АЛЬТЕРНАТИВА"**

**МЕНЮ**



День недели: Четверг  
(неделя 1)

Дата: 7.03 2024

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

№ рецептуры	Наименование	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Пищевая ценность 7-11/11-18л			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>							
50,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	9,6	7,2	40,8	266,2
71,13/71,20	Каша геркулесовая (овсяная) молочная с маслом сливочным	200	220	7,9/8,7	11,6/12,8	33,7/37	270,6/297,7
303,03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	0,5	0,3	5,6	26,7
0,34/0,33	Хлеб пшеничный	20	30	1,5/2,3	0,2	8,9/14,3	46,9/70,3
<b>Итого стоимость комплексного завтрака:</b>		<b>83 руб.</b>	<b>90 руб.</b>				

**ОБЕД**

Наименование	Обед 7-11 лет (разрешен)	Обед №1 (11-18 лет) комплексное	Энергетическая ценность блюда				
			Белки	Жиры	Углеводы	ккал	
43,33	Салат «Витаминный» (капуста с кукурузой)	60	60	1,86	1,99	7,84	36,78
99,79/99,91	Суп овощной «Летний»	200	250	5,2/6,5	4,5/5,6	9/11,3	97,3/121,6
279,58	Тефтели с овощами тушеными	90	90	14,1	18,6	19,6	302,3
520,24/128,01	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/4,3	5,3/13,1	19,8/25,1	139,4/235,4
420,12	Напиток из яблок и лимона	200	200	0,1	0,1	15,3	62,2
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
<b>Итого стоимость комплексного обеда:</b>		<b>114,86 руб.</b>	<b>119 руб.</b>				

**ПОЛДНИК**

3003,03	Драники с соусом сметанным	—	50/10	1,93	5,47	11,28	102,1
456,31	Мучное кулинарное изделие / Пирожок мясо-капустный	100	100	12,21	10,41	49,15	342,37
375,01	Чай с лимоном	200	200	0,2	0,1	6,6	27,9
<b>Итого стоимость полдника:</b>		<b>42 руб.</b>	<b>52 руб.</b>				

*Группировочная ведомость к отчету*

Завтрак		Обед №1		Полдник	
7-11 лет (разрешенное питание)	7-11 лет (разрешенное питание)	12-18 лет (разрешенное питание)	12-18 лет (разрешенное питание)	7-11 лет	12-18 лет

Заведующая производством

Руководитель образовательного учреждения

*А.В. Толмачев*  
*Н.И. Дельбачева*