

МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Масса 1-4 класс	Масса 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.ценно
		грамм	грамм	грамм	грамм	грамм	ккал
	Понедельник, 2 неделя						
	Завтрак						
51,01	Салат из моркови с яблоками	60	100	0,5/0,6	1,6/1,9	6,2/7,4	41,1/49,3
375,01	Чай с лимоном	200	200	0,6	0,2	7	32,4/ 32,4
679,34	Блины со сгущенным молоком	200	200	15,6	13,7	87,5	535,5/ 535,5
Пром.	Хлеб пшеничный	40	50	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	500	550	16,9/ 19,3	14,2/ 14,5	106,5/ 123,6	621,3/ 701,9
	Обед						
20,08	Салат из свеклы с маслом растительным	60	100	0,9/1,3	2,5/3,7	5,3/6,2	46,8/49,8
124,41	Щи из свежей капусты со сметаной	200	250	4,7/ 5,8	5,6/ 7	5,7/ 7,1	92,2/ 115,3
332,26	Макароны отварные	150	180	5,3/ 6,4	4,9/ 5,9	32,8/ 39,4	196,8/ 236,2
267,76	Крокеты ,запеченные с овощами	90	100	19,3/ 21,5	16,9/ 18,8	21,3/ 23,7	315,1/ 350,1
349,1	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,4	0	21,6	88,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	60	3,3/ 4	0,6/ 0,7	19,8/ 23,8	97,8/ 117,4
	Итого за Обед	750	890	33,9/ 39,3	30,5/ 34	106,5/ 125,8	836,8/966,5
	Полдник						
3003	Драники с соусом		60	1,7/0,3	4/1,5	10,9/ 0,4	86,2/ 16
420,13	Компот из яблок	200	200	0,2	0,2	6,7	29,1
53,27	Пирожок печёный мясо-овощной	100	100	11,6	7,9	41,9	284,9
	Итого за Полдник	300	360	11,8/ 13,8	8,1/ 13,6	48,6/ 59,9	314/ 416,2
	Итого за день	1550	1800	62,6/ 72,4	52,8/ 62,1	261,6/309,3	1772,1/2085

Группировочная ведомость к отчету

ЗАВТРАК 7-11 лет	ЗАВТРАК 11 +лет	ОБЕД 7-11 лет Б/П	ОБЕД 11+лет	ОБЕД 11+лет Б/П	ПОЛДНИК 7-11 лет	ПОЛДНИК 11+ лет	Дегустация

Зав.Производством _____ / _____

Руководитель образовательного учреждения _____ / _____



День недели: <u>Вторник</u> (неделя 2)	Утверждаю: Генеральный директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» _____ А.В. Толмачев
Дата: «__» _____ 2024г	

МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.ценность
		1-4 класс	5-11 класс				
		грамм	грамм	грамм	грамм	грамм	ккал
	Вторник, 2 неделя						
	Завтрак						
53,27	Каша пшённая молочная с маслом сливочным	200	250	7,1/ 8,9	9,7/12,2	32,3/40,4	245,5/ 306,8
303,03	Кофейный напиток	200	200	0,5	0,3	5,6	26,7
50,23	Лепешка с сыром	100	100	9,6	7,2	40,8	266,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Завтрак	520	570	17,1/ 18,9	14,7/17,2	84,8/ 92,9	539,9/ 601,2
	Обед						
117	Салат «Овощной»	60	100	0,6/ 1	0,5/1,2	2/3,1	11,6/14,2
81,21	Свекольник	250	300	5,7/ 6,8	7,8/ 9,4	12,1/14,6	141,7/ 170
268,75	Котлета из печени с овощами тушеными	90	100	8,5/9,6	11/12,7	13,1/15,2	185,3/191,8
74,05	Каша гречневая рассыпчатая	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	23,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	60	3,3/ 4	0,6/ 0,7	19,8/ 23,8	97,8/ 117,4
	Итого за Обед	800	940	35,4/ 37,4	35,6/ 37,4	87,7/ 94,9	814,1/ 865,9
	Полдник						
519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	200	0,1	0,1	6,4	26,8
432,28	Эчпочмак	100	100	8,6	6,8	33,4	229,4
338,08	Фруктовая нарезка		50	0,2	0,2	6,7	29,3
	Итого за Полдник	300	350	8,7/ 8,9	6,9/ 7,1	39,8/46,5	256,2/ 285,5
	Итого за день	1620	1860	61,2/65,2	57,2/ 61,7	212,3/ 234,3	1610,2/1753

Группировочная ведомость к отчету

ЗАВТРАК 7-11 лет	ЗАВТРАК 11 +лет	ОБЕД 7-11 лет Б/П	ОБЕД 11+лет	ОБЕД 11+лет Б/П	ПОЛДНИК 7-11 лет	ПОЛДНИК 11+ лет	Дегустация

Зав. Производством _____ / _____

Руководитель образовательного учреждения _____ / _____



День недели: Среда
(неделя 2)

Дата: « » _____ 2024г

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

МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Масса 1-4 класс	Масса 5-11 класс	Белки	Жиры	Углевод ы	Энер.цен ность
		грамм	грамм				
Среда, 2 неделя							
Завтрак							
Пром.	Яблоко	100	100	0,5	0,5	11,8	53,3
219,19	Вареники с творогом	130	170	15,5/20,2	14,8/19,4	38,3/50,1	348,6/455,9
331,1	Соус молочный сладкий	30	30	2,2	2,6	16,7	98,2
5693,11	Какао с молоком	200	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Хлеб пшеничный	20	30	1,5/ 2,3	0,2/ 0,2	9,8/ 14,8	46,9/ 70,3
Итого за Завтрак		520	550	24,4/29,9	21,6/26,2	89,1/105,9	647,4/778,1
Обед							
43,1	Салат из свеж капусты с маслом растительным	60	100	1,01/1,98	2,06/2,93	3,9/4,5	37,92/41,2
102,08	Суп картофельный с горохом	200	250	7,3/9,1	4,7/ 5,9	15/ 18,8	131,9/ 164,8
604	Гуляш из субпродуктов	90	100	15,3/17,7	10,9/12,8	23,7/25,3	254,5/263
332,26	Макароны отварные	150	180	5,3/ 6,4	4,9/ 5,9	32,8/ 39,4	196,8/ 236,2
375,01	Чай черный с лимоном	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	60	3,3/ 4	0,6/ 0,7	19,8/ 23,8	97,8/ 117,4
Итого за Обед		760	860	32,4/37,5	29,1/33,4	84,7/99,7	731,4/850
Полдник							
420,12	Компот из яблок и лимона	200	200	0,2	0,1	6,2	26,4
476,08	Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5,3	3,4	43,4	225,4
102,2	Фруктовая нарезка		50	0,3	0,2	6	26,5
Итого за Полдник		300	350	5,5/5,8	3,5/3,7	49,6/55,6	251,8/278,3
Итого за день		1580	1760	62,3/73,2	54,2/63,3	223,4/261,2	1630,6/1906

Группировочная ведомость к отчету

ЗАВТРАК 7-11 лет	ЗАВТРАК 11 +лет	ОБЕД 7-11 лет Б/П	ОБЕД 11+лет	ОБЕД 11+лет Б/П	ПОЛДНИК 7-11 лет	ПОЛДНИК 11+ лет	Дегустация

Зав. Производством _____ / _____

Руководитель образовательного учреждения _____ / _____



День недели: Четверг
(неделя 2)
Дата: « 18 » января 2024г

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

МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Масса 1-4 класс	Масса 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.ценность
		грамм	грамм	грамм	грамм	грамм	ккал
Четверг, 2 неделя							
Завтрак							
219,2	Сырники творожные	120	160	23,7/29,7	10,7/13,4	18,1/22,6	263,9/329,9
621,01	Соус ягодный сладкий	50	50	0,2	0	10,1	41,7
430,0	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	15	62,4
Пром.	Хлеб пшеничный	30	40	2,3/ 3	0,2/ 0,3	14,8/ 19,7	70,3/ 93,8
Пром.	Фрукт свежий	120	120	1,1	0,2	9,7	45,4
Итого за Завтрак		520	570	27,7/35,1	11,2/14,4	67,7/82,8	483,7/602,1
Обед							
72,22	Винегрет овощной	60	100	0,95/ 1,2	3,1/3,9	5,17/5,92	52,68/54,21
140,11	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	5,4/6,7	5,5/ 6,9	15,5/ 19,4	133,3/ 166,7
307	Мясной подлив с овощами тушеными	90	100	8,5/9,6	11/12,7	13,1/15,2	185,3/191,8
330,02	Гороховое пюре	150	180	7,1/ 9,3	3,7/ 8,4	31,2/ 40,6	186,3/ 275,3
519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	25,3	104,4
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	60	3,3/ 4	0,6/ 0,7	19,8/ 23,8	97,8/ 117,4
Итого за Обед		750	890	28,8/ 34,2	25,1/ 32,3	106,1/123,5	765,8/ 921,9
Полдник							
401,22	Оладьи "Домашние" с маслом сливочным	150	150	10,1	15,3	50,3	379,2
Пром.	Кисломолочный продукт	150	200	4,4/ 5,8	3,8/ 5	6,3/ 8,4	76,4/ 101,8
Итого за Полдник		300	350	14,5/ 15,9	19,1/20,3	56,6/ 58,7	455,6/ 481
Итого за день		1580	1810	62/73,9	62/ 74,9	233,4/ 273	1739/2062

Группировочная ведомость к отчету

ЗАВТРАК 7-11 лет	ЗАВТРАК 11 +лет	ОБЕД 7-11 лет Б/П	ОБЕД 11+лет	ОБЕД 11+лет Б/П	ПОЛДНИК 7-11 лет	ПОЛДНИК 11+ лет	Дегустация

Зав. Производством _____ / _____

Руководитель образовательного учреждения _____ / _____



День недели: <u>Пятница</u> (неделя 2)	Утверждаю: Генеральный директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» _____ А.В. Толмачев
Дата: «_19_» января 2024г	

МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Масса 1-4 класс	Масса 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.ценност
		грамм	грамм	грамм	грамм	грамм	ккал
	Пятница, 2 неделя						
	Завтрак						
118,06	Морковь в нарезке	50	60	0,7/0,8	0,1/0,1	3,5/4,1	16,9/20,2
332,26	Макароны отварные	150	150	5,3	4,9	32,8	196,8
279,28	Тефтели с овощами тушёными	90	100	9,4/12,5	12,4/16,6	13,1/17,4	201,5/268,7
430,1	Чай витаминизированный	200	200	0,3	0,1	1,6	8,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	60	3/ 4,6	0,3/ 0,5	19,7/ 29,5	93,8 /140,6
	Итого за Завтрак	530	570	18,7/ 23,8	17,8/22,3	70,7/ 90,8	517,6/ 658,7
	Обед						
43,33	Салат «Витаминный»из свеж капусты с зеленым горошком	60	100	1,5/2,1	2,35/3,41	3,91/4,15	35,14/36,84
155,75	Суп картофельный с клецками	200	250	7,4/ 5,8	3,9/4,1	20,1/14,2	145,1/117
87,21	Рис отварной	150	180	3,6/4,2	4,8/5,2	36,4/42,9	203,5/235
604	Гуляш из говядины с соусом овощным	90	100	15,3/17,7	10,9/12,8	23,7/25,3	254,5/263
349,1	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,4	0	21,6	88,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	60	3,3/ 4	0,6/ 0,7	19,8/ 23,8	97,8/ 117,4
	Итого за Обед	750	890	28,5/29,7	27/30,3	100,7/105,4	760,1/812,9
	Полдник						
345,78	Компот из яблок и шиповника	200	200	0,2	0,1	6,7	28,5
53,27	Пирожок печёный мясо-овощной	100	100	11,6	7,9	41,9	284,9
520,2	Крокеты картофельные		50	2,2	5,2	11,6	101,8
	Итого за Полдник	300	350	9,9	6,8	45,6	283
	Итого за день	1570	1810	66,1/77,3	45/56,8	214/ 249,3	1526,8/ 1819

Группировочная ведомость к отчету

ЗАВТРАК 7-11 лет	ЗАВТРАК 11+лет	ОБЕД 7-11 лет Б/П	ОБЕД 11+лет	ОБЕД 11+лет Б/П	ПОЛДНИК 7-11 лет	ПОЛДНИК 11+ лет	Дегустация

Зав. Производством _____ / _____

Руководитель образовательного учреждения _____ / _____

День недели: Суббота
(неделя 2)

Дата: « » _____ 2024г

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

Меню

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.ценность
		1-4 класс	5-11 класс				
	Суббота, 2 неделя						
	Завтрак						
51,76	Салат из моркови с яблоками	60	60	0,6	1,9	7,4	49,3
315,45	Пудинг из творога с рисом	150	180	24/28,8	10,7/12,8	15,8/19	255,4/306,4
315,45	Соус молочный сладкий	50	60	1,8/2,1	2,9/3,5	9,7/11,6	72/86,4
693,11	Какао с молоком	200	200	4,7	3,5	12,5	100,4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого за Завтрак	510	550	34,9/40	19,4/ 22,1	70/ 75,1	594,3/ 659,7
	Обед						
33	Салат "Дальневосточный"	60	100	0,8/1	2,1/2,5	13,6/16,3	75,9/91,1
99,21	Суп овощной "Летний"	200	250	5,2/6,5	4,5/5,6	9/11,3	97,3/121,6
332,26	Макароны отварные	150	180	5,3/ 6,4	4,9/ 5,9	32,8/ 39,4	196,8/ 236,2
239,48	Тефтели из рыбы под соусом овощным	90	100	19,2/21,3	11,5/12,8	24/26,6	276,3/307
15519,01	Компот из фруктовой ягодной смеси	200	200	0,1	0,1	6,5	26,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	60	3,3/ 4	0,6/ 0,7	19,8/ 23,8	97,8/ 117,4
	Итого за Обед	750	890	33,8/38,1	23,7/26,8	106,2/122,6	771,8/882,5
	Полдник						

Группировочная ведомость к отчету

ЗАВТРАК 7-11 лет	ЗАВТРАК 11 +лет	ОБЕД 7-11 лет Б/П	ОБЕД 11+лет	ОБЕД 11+лет Б/П	ПОЛДНИК 7-11 лет	ПОЛДНИК 11+ лет	Дегустация

Зав. Производством _____ / _____

Руководитель образовательного учреждения _____ / _____