

## МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Масса 1-4 класс	Масса 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.ценно
		грамм	грамм	грамм	грамм	грамм	ккал
	<b>Понедельник, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
102,20	Салат-коктейль фруктовый	100	120	0,7/0,8	0,3/0,4	12/ 14,3	53,4/ 63,7
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		30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>550</b>	<b>16,9/ 19,3</b>	<b>14,2/ 14,5</b>	<b>106,5/ 123,6</b>	<b>621,3/ 701,9</b>
	<b>Обед</b>						
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 "Детские" с соусом овощным	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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>750</b>	<b>890</b>	<b>33,9/ 39,3</b>	<b>30,5/ 34</b>	<b>106,5/ 125,8</b>	<b>836,8/966,5</b>
	<b>Полдник</b>						
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
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>360</b>	<b>11,8/ 13,8</b>	<b>8,1/ 13,6</b>	<b>48,6/ 59,9</b>	<b>314/ 416,2</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1550</b>	<b>1800</b>	<b>62,6/ 72,4</b>	<b>52,8/ 62,1</b>	<b>261,6/309,3</b>	<b>1772,1/2085</b>

### 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: Вторник  
(неделя 2)

Дата: «    »    2023

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				
	<b>Вторник, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>520</b>	<b>570</b>	<b>17,1/ 18,9</b>	<b>14,7/17,2</b>	<b>84,8/ 92,9</b>	<b>539,9/ 601,2</b>
	<b>Обед</b>						
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>800</b>	<b>940</b>	<b>35,4/ 37,4</b>	<b>35,6/ 37,4</b>	<b>87,7/ 94,9</b>	<b>814,1/ 865,9</b>
	<b>Полдник</b>						
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
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>350</b>	<b>8,7/ 8,9</b>	<b>6,9/ 7,1</b>	<b>39,8/46,5</b>	<b>256,2/ 285,5</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1620</b>	<b>1860</b>	<b>61,2/65,2</b>	<b>57,2/ 61,7</b>	<b>212,3/ 234,3</b>	<b>1610,2/1753</b>

### 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 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_



азовательного  
/ \_\_\_\_\_

День недели: Среда  
(неделя 2)  
Дата: «\_\_» \_\_\_\_\_ 2023

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				
	<b>Среда, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
Пром.	Яблоко	100	100	0,5	0,5	11,8	53,3
71,12	Каша вязкая молочная овсяная	200	220	7,9/8,7	11,6/12,8	33,7/37	270,6/297,7
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>520</b>	<b>550</b>	<b>24,4/29,9</b>	<b>21,6/26,2</b>	<b>89,1/105,9</b>	<b>647,4/778,1</b>
	<b>Обед</b>						
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
666,01	Жаркое по домашнему	250	250	3,2/ 3,8	5,7/ 6,8	26/ 31,2	167,8/201,4
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>760</b>	<b>860</b>	<b>32,4/37,5</b>	<b>29,1/33,4</b>	<b>84,7/99,7</b>	<b>731,4/850</b>
	<b>Полдник</b>						
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
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>350</b>	<b>5,5/5,8</b>	<b>3,5/3,7</b>	<b>49,6/55,6</b>	<b>251,8/278,3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1580</b>	<b>1760</b>	<b>62,3/73,2</b>	<b>54,2/63,3</b>	<b>223,4/261,2</b>	<b>1630,6/1906</b>

### 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 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

## МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Масса 1-4 класс	Масса 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.ценность
		грамм	грамм	грамм	грамм	грамм	ккал
	<b>Четверг, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
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	Макаронны отварные	150	150	5,3	4,9	32,8	196,8
279,28	Тефтели "Детские" 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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>570</b>	<b>18,7/ 23,8</b>	<b>17,8/22,3</b>	<b>70,7/ 90,8</b>	<b>517,6/ 658,7</b>
	<b>Обед</b>						
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
34,01	Фрикадельки "Детские" тушеные с соусом овощным	90	100	10,1/11,9	13,2/15,2	14,2/16,7	215,7/227,1
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>750</b>	<b>890</b>	<b>28,8/ 34,2</b>	<b>25,1/ 32,3</b>	<b>106,1/123,5</b>	<b>765,8/ 921,9</b>
	<b>Полдник</b>						
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
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>350</b>	<b>14,5/ 15,9</b>	<b>19,1/20,3</b>	<b>56,6/ 58,7</b>	<b>455,6/ 481</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1580</b>	<b>1810</b>	<b>62/73,9</b>	<b>62/ 74,9</b>	<b>233,4/ 273</b>	<b>1739/2062</b>

### 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: «__» _____ 2023	

### МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Масса 1-4 класс	Масса 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.ценность
		грамм	грамм	грамм	грамм	грамм	ккал
<b>Пятница, 2 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>570</b>	<b>27,7/35,1</b>	<b>11,2/14,4</b>	<b>67,7/82,8</b>	<b>483,7/602,1</b>
<b>Обед</b>							
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
518,02	Картофель отварной	150	180	4,1/4,9	5/6	24,2/29,1	158,1/ 189,8
279,39	Тефтели «Новинка» с овощами тушеными	90	100	12,3/13,6	17,3/19,3	15,3/17	266,3/295,9
Пром.	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	60	3,3/ 4	0,6/ 0,7	19,8/ 23,8	97,8/ 117,4
<b>Итого за Обед</b>		<b>750</b>	<b>890</b>	<b>28,5/29,7</b>	<b>27/30,3</b>	<b>100,7/105,4</b>	<b>760,1/812,9</b>
<b>Полдник</b>							
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>350</b>	<b>9,9</b>	<b>6,8</b>	<b>45,6</b>	<b>283</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1570</b>	<b>1810</b>	<b>66,1/77,3</b>	<b>45/56,8</b>	<b>214/ 249,3</b>	<b>1526,8/ 1819</b>

#### 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: «  » \_\_\_\_\_ 2023

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				
	<b>Суббота, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>550</b>	<b>34,9/40</b>	<b>19,4/ 22,1</b>	<b>70/ 75,1</b>	<b>594,3/ 659,7</b>
	<b>Обед</b>						
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>750</b>	<b>890</b>	<b>33,8/38,1</b>	<b>23,7/26,8</b>	<b>106,2/122,6</b>	<b>771,8/882,5</b>
	<b>Полдник</b>						

### 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 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_