

День недели: Понедельник
(неделя 1)

Дата: « 04 » марта 2024

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

МЕНЮ

| № рецептуры | Название блюда | Масса | Масса | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|------------------------------|--|-------------|-------------|------------------|------------------|--------------------|-------------------------|
| | | 1-4 класс | 5-11 класс | | | | |
| | | грамм | грамм | грамм | грамм | грамм | ккал |
| Понедельник, 1 неделя | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 3,01 | Сыр порционный | 10 | 20 | 2,3/4,6 | 3/5,9 | 0 | 35,8/71,7 |
| 901,01 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 |
| 345,65 | Каша "Дружба" молочная | 220 | 250 | 5,5/6,2 | 6,5/7,4 | 26,4/30 | 185,8/211,2 |
| 693,11 | Какао с молоком | 200 | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 60 | 70 | 4,6/5,3 | 0,5/0,6 | 29,5/34,4 | 140,6/164,1 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 550 | 17,2/20,9 | 20,8/24,7 | 68,5/77 | 528,7/613,5 |
| Обед | | | | | | | |
| 117 | Салат «Овощной» с кваш капустой | 60 | 100 | 0,6/1 | 0,5/1,2 | 2/3,1 | 11,6/14,2 |
| 140,11 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 250 | 5,7/7,1 | 7,2/9 | 12,1/15,1 | 135,9/169,9 |
| 33,09 | Биточки "Селянские" тушеные с соусом овощным | 90 | 100 | 16,6/18,3 | 16,6/19,1 | 21,8/23,2 | 303,4/306,5 |
| 74,05 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 180 | 7,8/9,3 | 7/8,4 | 33,9/40,6 | 229,4/275,3 |
| 519,01 | Компот из фруктовой ягодной смеси | 200 | 200 | 0,5 | 0,1 | 12,8 | 54,6 |
| 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 | 34,2/39,2 | 31,5/36,9 | 101,4/110,2 | 826,9/899,3 |
| Полдник | | | | | | | |
| 338,08 | Фруктовая нарезка | | 50 | 0,2 | 0,2 | 6,7 | 29,3 |
| 420,13 | Компот из яблок | 200 | 200 | 0,4 | 0 | 29,5 | 119,6 |
| 695,31 | Ватрушка с творогом | 100 | 100 | 10,8 | 5,4 | 41,9 | 259,9 |
| Итого за Полдник | | 300 | 350 | 11,2/11,4 | 5,4/5,6 | 71,4/78,1 | 379,5/408,8 |
| Итого за день | | 1550 | 1790 | 62,6/71,5 | 57,7/67,2 | 241,3/265,3 | 1735,1/1922 |

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 1) Дата: « <u>05</u> » марта 2024 | Утверждаю: Генеральный директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» _____ А.В. Толмачев |
|---|---|

МЕНЮ

| № рецептуры | Название блюда | Масса 1-4 класс | Масса 5-11 класс | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|--------------------------|--|-----------------|------------------|------------------|------------------|--------------------|-------------------------|
| | | грамм | грамм | грамм | грамм | грамм | ккал |
| Вторник, 1 неделя | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 672,06 | Вареники с картофелем с соусом сметанным | 120/30 | 150/30 | 6,6/8 | 11,1/13,3 | 34,4/42,4 | 263,6/321 |
| 303,16 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 200 | 3,9 | 2,9 | 11,2 | 86 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 50 | 2,3/3,8 | 0,2/0,4 | 14,8/24,6 | 70,3/117,7 |
| Пром. | Яблоко свежее | 120 | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 53,3 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 550 | 13,3/16,2 | 14,7/17,1 | 72,2/90 | 473,2/577,5 |
| Обед | | | | | | | |
| 46,15 | Салат «Степной» овощной с раст маслом | 60 | 100 | 0,7/1,1 | 0,6/1,1 | 2,2/3,1 | 8,4/10,5 |
| 184,05 | Борщ со свежей капустой и картофелем | 200 | 250 | 5,1/6,4 | 4,5/5,4 | 10,8/13,6 | 103,9/129,8 |
| 604 | Гуляш из говядины | 90 | 100 | 17,1/19 | 23,1/25,7 | 22,6/25,1 | 366,8/407,7 |
| 355 | Рис отварной | 150 | 180 | 3,5/4,2 | 4,3/5,2 | 35,8/42,9 | 195,8/235 |
| 409,02 | Компот из яблок и ягод | 200 | 200 | 0,2 | 0,1 | 20,1 | 82,4 |
| 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 | 29,6/34,1 | 32,6/37,3 | 110,2/112,9 | 852,9/922,8 |
| Полдник | | | | | | | |
| 520,2 | Крокеты картофельные | | 50 | 2,2 | 5,2 | 11,6 | 101,8 |
| 345,78 | Компот из яблок и шиповника | 200 | 200 | 0,4 | 0 | 6,4 | 27,6 |
| 432,28 | Эчпочмак | 100 | 100 | 8,6 | 6,8 | 33,4 | 229,4 |
| Итого за Полдник | | 300 | 350 | 9/11,2 | 6,8/12 | 39,8/51,4 | 257/358,8 |
| Итого за день | | 1550 | 1790 | 51,9/61,5 | 54,1/66,4 | 222,2/254,3 | 1583,1/1859,1 |

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 1)

Дата: « 06 » марта 2024

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

МЕНЮ

| № рецептуры | Название блюда | Масса 1-4 класс | Масса 5-11 класс | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
|-------------------------|---|-----------------|------------------|-----------------------|-----------------------|--------------------|---------------------------|
| | | грамм | грамм | | | | |
| Среда, 1 неделя | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 51,01 | Салат фруктовый | 50 | 60 | 0,5/0,6 | 1,6/1,9 | 6,2/7,4 | 41,1/49,3 |
| 478,28 | Запеканка картофельная с мясным фаршем под соусом сметанным | 180/20 | 200/20 | 35,2 | 19,6 | 32,5 | 447,4 |
| 375,01 | Чай черный с лимоном | 200 | 200 | 0,4 | 0,1 | 5,2 | 23,7 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 70 | 3,8/4,6 | 0,4/0,5 | 24,6/29,5 | 117,2/ 140,6 |
| Итого за Завтрак | | 500 | 550 | 36/41,2 | 19,9/23 | 65,5/75,9 | 585,5/ 675,8 |
| Обед | | | | | | | |
| 50,09 | Салат из свеклы с сыром | 60 | 100 | 0,9/1,3 | 2,5/3,7 | 5,3/6,2 | 46,8/49,8 |
| 124,4 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 250 | 4,4/5,5 | 5,3/6,6 | 6,8/8,5 | 92,6/115,7 |
| 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 |
| 332,26 | Макароны отварные | 150 | 180 | 5,3/6,4 | 4,9/5,9 | 32,8/39,4 | 196,8/ /236,2 |
| 349,1 | Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 0,4 | 0 | 25,1 | 102 |
| 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 | 26,2/ 30,2 | 29,3/ 33,4 | 102,2/113,1 | 777,1/ 851,8 |
| Полдник | | | | | | | |
| 476,08 | Пирожок с фруктовой начинкой | 100 | 100 | 5,3 | 3,4 | 43,4 | 225,4 |
| Пром. | Сок натуральный | 200 | 200 | 1 | 0 | 25,4 | 105,6 |
| 120,2 | Фруктовая нарезка | | 50 | 0,3 | 0,2 | 6 | 26,5 |
| Итого за Полдник | | 300 | 350 | 6,3/6,6 | 3,4/3,8 | 68,8/69,6 | 331/338,5 |
| Итого за день | | 1550 | 1790 | 68,5/ 78 | 52,6/ 60,2 | 236,5/258,6 | 1693,6/ 1866,1 |

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 1)

Дата: « 07_» __марта 2024

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 | | | | |
| | | грамм | грамм | грамм | грамм | грамм | ккал |
| | Четверг, 1 неделя | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 71,12 | Каша вязкая молочная овсяная | 200 | 220 | 7,9/8,7 | 11,6/12,8 | 33,7/37 | 270,6/297,7 |
| 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 | 30 | 1,5/2,3 | 0,2/0,2 | 9,8/14,8 | 46,9/70,3 |
| | Итого за Завтрак | 520 | 550 | 19,5/ 21,1 | 19,3/20,5 | 89,9/ 98,2 | 610,4/ 660,9 |
| | Обед | | | | | | |
| 43,33 | Салат «Витаминный» из кваш капусты с кукурузой | 60 | 100 | 1,5/2,1 | 2,35/3,41 | 3,91/4,15 | 35,14/36,84 |
| 99,79 | Суп овощной | 200 | 250 | 5,2/6,5 | 4,5/5,6 | 9/11,3 | 97,3/121,6 |
| 279,51 | Тефтели мясные с овощами тушёными | 90 | 100 | 14,1/ 15,6 | 18,6/20,7 | 19,6/ 21,8 | 302,3/335,9 |
| 520,24 | Картофельное пюре | 150 | 180 | 3,1/4,3 | 5,3/13,1 | 19,8/25,1 | 139,4/ 235,4 |
| 15 | Компот из яблок и лимона | 200 | 200 | 0,1 | 0,1 | 15,3 | 62,2 |
| 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 | 26,4/ 31,3 | 29,2/40,3 | 86,6/ 93,5 | 714,7/861,5 |
| | Полдник | | | | | | |
| 3003 | Драники с соусом | | 50/10 | 2 | 5,5 | 11,3 | 102,2 |
| 375,01 | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 |
| 738,36 | Пирожок мясо-капустный | 100 | 100 | 9,7 | 6,7 | 38,9 | 254,5 |
| | Итого за Полдник | 300 | 360 | 9,9/12,2 | 6,8/12,3 | 45,5/55,6 | 282,4/ 381,1 |
| | Итого за день | 1570 | 1800 | 55,8/ 64,6 | 55,3/ 73,1 | 222/ 247,3 | 1607,5/ 1903,5 |

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 _____/_____