

День недели: Понедельник
(неделя 4)

Дата: 19 мая 2025

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

МЕНЮ

центуры	Название блюда	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Белки грамм	Жиры грамм	Углеводы грамм	Энер.ценность ккал
Завтрак							
901,01	Масло сливочное порционное	10	10	0,4/0,5	0,4/0,5	9,8/11,8	42,7/53,3
2,19/132,2	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	250	260	16	14	89,7	548,9
430	Чай с сахаром	200	200	0,5	0,1	5,4	24,4
0,08/5,39	Хлеб пшеничный	40	80	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого стоимость комплексного завтрака	95 руб	106 руб				
Обед							
20,2	Салат из свеклы с маслом растительным	60	100	0,34/0,65	2,05/2,91	1,74/2,09	28,09/29,7
124,21/125,25	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	4,785,9	5,6/7,2	5,7/7,3	92,2/117,6
291,73	Плов с птицей	250	250	19,1	18,4	48,2	435,3
349,1	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,4	0	21,6	88,1
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
	Итого стоимость комплексного обеда	120,30руб	138 руб				
Полдник							
3003,03	Драники с соусом сметанным		50/10	1,7/0,3	4/0,8	10,9/0,8	86,2/11,3
50/32	Мучное кулинарное изделие / Булочка закусочная с сыром	100	100	12,5	8,7	41,8	295,8
407	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	20,2	86,6
	Итого стоимость комплексного полдника	51 руб	61 руб				

Зав.Производством

Руководитель образовательного учреждения

Магун / *Саушаня*



День недели: Вторник
(неделя 4)

Дата: 20 мая 2025

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

МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Белки грамм	Жиры грамм	Углеводы грамм	Энергетическая ценность ккал
Завтрак							
769,04	Мучное кулинарное изделие в ассортименте/ Булочка Домашняя	75	75	9,6	7,2	40,8	266,2
53,56/53,58	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	250	7,1/11,6	7,2/14,4	31,3/45,9	217,9/359,6
303,03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	3,4	2,6	13,7	91,9
0,92/5,54	Хлеб пшеничный	25	55	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого стоимость комплексного завтрака	95 руб	106 руб				
Обед							
66037,03	Кондитерское изделие/ Печенье	1 порц.	1 порц.	1,7	2,26	13,8	82,8
81,41/81,51	Свекольник "Классический"	250	300	5,7/6,8	7,8/9,4	12,1/14,6	141,7/170
392,43/331,02	Пельмени мясо-капустные отварные	150	150	18,6	21,2	43,8	440,6
31,02	Соус овощной с томатом	50	50	1	2,7	5,7	51,8
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,3
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
	Итого стоимость комплексного обеда	120,30руб	138 руб				
Полдник							
338,08	Фрукт порционно/Фруктовая нарезка		50	0,3	0,2	6	26,5
432,35	Мучное кулинарное изделие / Эчпочмак	100	100	8,8	7	33,6	232
519,09	Компот из ягод	200	200	0,5	0,1	12,8	54,6
	Итого стоимость комплексного полдника	51 руб	61 руб				

Зав.Производством _____

Руководитель образовательного учреждения _____

Смирнов *Смирнов*



День недели: Среда
(неделя 4)

Дата: 21 мая 2025

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

МЕНЮ

коп.п/п	Название блюда	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Белки грамм	Жиры грамм	Углеводы грамм	Энергетическая ценность ккал
Завтрак							
3,01	Гастрономия: Сыр	10	10	2,3	3	0	35,8
71,35/71,37	Каша молочная овсяная с маслом сливочным	250	270	9/10	10,8/11,9	31,8/34,9	260,5/286,5
693,13	Какао с молоком	200	200	3,4	2,6	11	81
0,08/5,46	Хлеб пшеничный	40	70	1,5/2,3	0,2/0,2	9,8/14,8	46,9/70,3
	Итого стоимость комплексного завтрака	95 руб	106 руб				
Обед							
43,05/43,55	Салат из капусты с морковью	60	100	4,3/5,89	7,5/8,43	4,6/5,3	102,6/138,4
2,41/ 102,51	Суп картофельный с горохом	200	250	7,3/9,1	4,7/5,9	15/18,8	131,9/164,8
,85/331,18	Котлета куриная с овощной поджаркой	90	100	13,4/22,7	13,1/19,5	12,5/21,9	221,6/314,2
331,19	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	180	5,3/6,4	4,9/5,9	32,8/39,4	196,8/236,2
2,29/332,30	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
430	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
	Итого стоимость комплексного обеда	120,30руб	138 руб				
Полдник							
338,08	Фрукты порционно/Фруктовая нарезка		50	0,3	0,2	6	26,5
476,09	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5,3	3,4	43,4	225,4
409,16	Напиток из яблок	200	200	0,2	0,1	6,2	26,4
	Итого стоимость комплексного полдника	51 руб	61 руб				

Зав.Производством

Руководитель образовательного учреждения

День недели: Четверг
(неделя 4)

Дата: 22 мая 2025

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

МЕНЮ

рецептуры	Название блюда	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Белки грамм	Жиры грамм	Углеводы грамм	Энер.ценность ккал
Завтрак							
67,69/33,14	Наггетсы с овощной поджаркой	90	90	14,1	18,6	19,6	302,3
32,30/32,33	Макароны отварные с маслом сливочным	180	200	5,3/6,1	4,9/5,7	32,8/33,9	196,8/200,1
430	Чай с сахаром	200	200	0,5	0,1	4,6	21,2
0,08/5,37	Хлеб пшеничный	40	60	3/4,6	0,3/0,5	19,7/29,5	93,8/140,6
	Итого стоимость комплексного завтрака	95 руб	106 руб				
Обед							
10,13	Овощи натуральные порционн/огурец солёный	1 порц.	1 порц.	1	2,06	3,13	34,96
0,41/140/51	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,4/6,7	5,5/6,9	15,5/19,4	133,3/166,7
9,93/ 33,14/ 33,12	Тефтели с овощами тушеными	90	100	15,9/16,8	24,9/26,1	31,8/33,2	414,7/427
0,02/250,06	Гороховое пюре с маслом сливочным	150	180	14,5/15,8	7,7/9,2	33,9/36,8	263/315,6
519,09	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	25,3	104,4
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
	Итого стоимость комплексного обеда	120,30руб	138 руб				
Полдник							
401,22	Оладьи "Домашние" с маслом сливочным	150	150	10,1	15,3	50,3	379,2
389,12/407	Сок фруктовый	150	200	4,4/5,8	3,8/5	6,3/8,4	76,4/101,8
	Итого стоимость комплексного полдника	51 руб	61 руб				

Зав.Производством

Руководитель образовательного учреждения

День недели: Пятница
(неделя 4)

Дата 23 мая 2025

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

МЕНЮ

рецептуры	Название блюда	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Белки грамм	Жиры грамм	Углеводы грамм	Энер.ценность ккал
Завтрак							
28,01	Фрукт порционно /фруктовая нарезка	100	100	0,91	0,16	8,08	37,83
219,20/219,15	Сырники из творога	120	160	23,7/31,7	10,7/14,3	18,1/24,1	263,9/351,8
621,09	Соус фруктовый сладкий	50	50	0,2	0	10,1	41,7
430,0	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	15	62,4
0,33/0,08	Хлеб пшеничный	30	40	2,3/3	0,2/0,3	14,8/19,7	70,3/93,8
	Итого стоимость комплексного завтрака	95 руб	106 руб				
Обед							
3,02	Гастрономия: Сыр	1 порц.	1 порц	4,6	5,9	0	71,7
155,41/155,51	Суп картофельный с клецками	200	250	6,8/8,6	6,5/8,1	26,2/32,8	190,7/238,8
331,18 331,19	Котлета куриная с овощной поджаркой	90	100	13,4/22,7	13,1/19,5	12,5/21,9	221,6/314,8
520,36/520,38	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/4,9	5,3/6	19,75/29,1	139,4/158,1/1
519,09	Компот из ягод	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	120,30руб	138 руб				
Полдник							
520,20	Крокеты картофельные		50	2,2	5,2	11,6	101,8
695,37	Мучное кулинарное изделие / Ватрушка с фруктовой начинкой	100	100	12,5	8,7	41,8	295,8
430,01	Чай фруктовый	200	200	0,2	0,1	6,7	28,5
	Итого стоимость комплексного полдника	51 руб	61 руб				

Зав.Производством

Руководитель образовательного учреждения