



День недели: Четверг  
(неделя 1)

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

Дата: « 2 » мая 2024

## МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.ценность
		1-4 класс	5-11 класс				
	<b>Четверг, 1 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
279,28	Тефтели с овощами тушёными	90	100	9,4/12,5	12,4/16,6	13,1/17,4	201,5/268,7
76,29	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	5,3/ 6,4	4,9/ 5,9	32,8/ 39,4	196,8/ 236,2
430,0	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	15	62,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	70	1,5/2,3	0,2/0,2	9,8/14,8	46,9/70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>550</b>	<b>19,5/ 21,1</b>	<b>19,3/20,5</b>	<b>89,9/ 98,2</b>	<b>610,4/ 660,9</b>
	<b>Обед</b>						
Пром.	Яблоко	100	100	0,7	0,7	12	54,7
99,79	Суп овощной	200	250	5,2/6,5	4,5/5,6	9/11,3	97,3/121,6
667,66	Мясной подлив с овощами	90	100	19,3/ 21,5	16,9/ 18,8	21,3/ 23,7	315,1/ 350,1
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>790</b>	<b>890</b>	<b>26,4/ 31,3</b>	<b>29,2/40,3</b>	<b>86,6/ 93,5</b>	<b>714,7/861,5</b>
	<b>Полдник</b>						
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 с зелёным луком и яйцом	100	100	9,7	6,7	38,9	254,5
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>360</b>	<b>9,9/12,2</b>	<b>6,8/12,3</b>	<b>45,5/55,6</b>	<b>282,4/ 381,1</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1560</b>	<b>1770</b>	<b>55,8/ 64,6</b>	<b>55,3/ 73,1</b>	<b>222/ 247,3</b>	<b>1607,5/ 1903,5</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: Пятница  
(неделя 1)

Дата: <\_3\_> мая\_2024

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

### МЕНЮ

рецептуры	Название блюда	Масса 1-4	Масса 5-	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.ценность
		класс	11 класс				
		грамм	грамм	грамм	грамм	грамм	ккал
<b>Пятница, 1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
340,19	Омлет натуральный	150	200	12,7/ 16,9	18/24	3,2/4,3	225,5/300,7
430,1	Чай витаминизированный	200	200	0,5	0,1	4,6	21,1
Пром.	Яблоко свежее	100	100	2	0,7	27,3	122,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	50	3,8	0,4	24,6	117,2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>550</b>	<b>19/23,2</b>	<b>19,2/ 25,2</b>	<b>59,7/60,8</b>	<b>486,7/561,9</b>
<b>Обед</b>							
72,22	Винегрет овощной	60	100	0,95/ 1,2	3,1/3,9	5,1/5,92	52,68/54,21
155,75	Суп картофельный с клецками	200	250	18/22,5	18,7/ 23,4	30,9/38,7	364,3/455,4
288,57	Рыбные палочки запечен. с овощами	90	100	15,3/17,7	10,9/12,8	23,7/25,3	254,5/263
87,21	Рис отварной	150	180	3,6/4,2	4,8/5,2	36,4/42,9	203,5/235
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>41,1/ 49,3</b>	<b>35,1/ 42,2</b>	<b>124,7/ 144,6</b>	<b>980,9/1131,5</b>
<b>Полдник</b>							
401,22	Оладьи "Домашние" с маслом сливочным	150	150	10,1	15,3	50,3	379,2
Пром.	Сок фруктовый	150	200	0,9/1	0,1/0,2	19,5/20,2	83,4/86,6
<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>1550</b>	<b>1790</b>	<b>74,6/ 88,4</b>	<b>73,4/87,7</b>	<b>241/264,1</b>	<b>1923,2/2175</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 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_