

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						
Пром.	Яблоко	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
	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 тушеные 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
	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: Вторник
(неделя 2)
Дата: « 12 » марта 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				
		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» с кваш капустой	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
392,24	Пельмени отварные	150	150	24,1	22,8	46,2	486,5
331,02	Соус сметано-томатный	50	50	1,6	4,3	3,4	59
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	760	860	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	1580	1780	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 _____ / _____

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	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
219,19/331,1	Вареники с творогом с соусом молочным сладким	130/30	170/30	17,7/22,4	17,4/22	55/66,8	446,8/554,1
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	500	550	24,4/29,9	21,6/26,2	89,1/105,9	647,4/778,1
	Обед						
46,15	Салат «Степной» овощной с раст маслом	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 говядины	90	100	15,3/17,7	10,9/12,8	23,7/25,3	254,5/263
332,26	Рис отварной	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 _____ / _____

МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Масса 1-4 класс	Масса 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
		грамм	грамм	грамм	грамм	грамм	ккал
	Четверг, 2 неделя						
	Завтрак						
51,01	Салат фруктовый	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 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						
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 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
	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: Пятница
(неделя 2)
Дата: « 15 » марта 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
Пятница, 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							
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
155,75	Суп овощной	200	250	7,4/ 5,8	3,9/4,1	20,1/14,2	145,1/117
518,02	Картофель отварной с маслом сливочным	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
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 _____ / _____