



День недели: Понедельник
(неделя 4)

Дата: 24 февраля 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							
901,01	Масло сливочное порционное	10	10	0,4/0,5	0,4/0,5	9,8/11,8	42,7/53,3
132,19/132,2	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
279,93/ 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
332,29/332,3	Макароны отварные с маслом сливочным	150	180	5,8/6,9	7/8,4	35,4/42,5	196,8/273,3
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 _____ / _____



День недели: Вторник
(неделя 4)

Дата: 25 февраля 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.ценн ккал
Завтрак							
50,32	Мучное кулинарное изделие с сыром в ассортименте	100	100	11	7,7	41,8	280,1
53,56/53,58	Каша пшённая молочная с маслом сливочным	200	250	7,1/11,6	7,2/14,4	31,3/45,9	217,9/35
303,03	Кофейный напиток с сахаром	200	200	3,4	2,6	13,7	91,9
0,34	Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого стоимость комплексного завтрака	95 руб	106 руб				
Обед							
56,15	Салат из свежей капусты «Молодость»	60	100	0,7/1,28	3,04/5,06	2,26/3,76	30,97/51
81,41/81,51	Свекольник "Классический"	250	300	5,7/6,8	7,8/9,4	12,1/14,6	141,7/1
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 _____ / _____



День недели: Среда
(неделя 4)

Дата: «26»_февраля 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							
28,12	Фрукт порционно	120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
219,19/ 219,26	Вареники с творожной начинкой	130	170	15,5/20,2	14,8/19,4	38,3/50,1	348,6/455,9
331,33	Соус молочный сладкий	30	30	1,4	2,2	8,5	68
693,13	Какао с молоком	200	200	3,4	2,6	11	81
0,34/0,33	Хлеб пшеничный	20	30	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							
43,51	Салат из капусты с морковью	60	100	4,3/5,89	7,5/8,43	4,6/5,3	102,6/138,4
102,41/ 102,51	Суп картофельный с горохом	200	250	7,3/9,1	4,7/5,9	15/18,8	131,9/164,8
666,11/666,10	Гуляш из птицы	90	100	10,1/11,7	17,8/22,1	12,4/15,8	227,7/309,7
355,02/ 355,03	Рис отварной с маслом сливочным	150	180	3,5/4,3	5,6/6,7	35,8/42,9	207,5/249
430	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
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
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: 27 февраля 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							
4,27	Салат из моркови с сахаром	50	60	0,7/0,8	0,1/0,1	3,5/4,1	16,9/20,2
267,70/33,2 267,69/33,14	Наггетсы с овощной поджаркой	60	90	9,4/14,1	12,4/18,6	13,1/19,6	201,5/302,3
332,29	Макароны отварные с маслом сливочным	150	150	5,8	7	35,4	227,7
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							
28,09	Фрукт порционный/или/фруктовая нарезка	60	100	0,7/0,9	5,4/6,9	4/4,8	67,1/69,1
140,41/140/51	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,4/6,7	5,5/6,9	15,5/19,4	133,3/166,7
267,85/331,18 331,19	Котлета куриная с овощной поджаркой	90	100	13,4/22,7	13,1/19,5	12,5/21,9	221,6/314,2
330,02/250,06	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 28 февраля 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
Завтрак							
28,01	Фрукт порционно	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	263,9/351,9
621,08	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							
43,44/43,45	Салат «Витаминный» (капуста с зеленым горошком)	60	100	0,34/1,2	2,05/2,87	1,74/2,4	28,09/29,3
155,41/155,51	Суп картофельный с клецками	200	250	6,8/8,6	6,5/8,1	26,2/32,8	190,7/238,4
239,73/239,75	Палочки рыбные с овощной поджаркой	90	100	15,3/16,9	10,9/15,2	23,7/27,1	254,5/313,5
520,36/520,38	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/4,9	5,3/6	19,75/29,1	139,4/158,1/18
407	Сок фруктовый	200	200	1	0,2	20,2	86,6
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 _____ / _____