



День недели: Четверг  
(неделя 1)

Дата: «09\_» января 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
<b>Завтрак</b>							
4,26	Салат из моркови с сахаром	60	60	0,7/0,8	0,1/0,1	3,5/4,1	16,9/20,2
667,66	Мясной подлив с овощами	50	50	10,1	17,8	12,4	227,7
13,24	Каша пшеничная гарнирная с маслом сливочным	150	180	2,3/ 3,4	2,9/ 3,9	12,8/ 29,4	116,8/ 136,2
375	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
0,11	Хлеб пшеничный	40	60	4,6/5,3	0,5/0,6	29,5/34,4	140,6/164,1
<b>Итого стоимость комплексного завтрака</b>		<b>90 руб</b>	<b>100 руб</b>				
<b>Обед</b>							
53,25	Салат из капусты с морковью	60	100	0,77/0,97	3,04/3,94	2,26/2,86	30,97/32,97
140	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,4/6,7	5,5/6,9	15,5/19,4	133,3/166,7
33,1	Котлета мясная тушеные с овощами	90	100	18,1/19,7	19,6/23,9	28,6/32	363,4/422,4
74,1	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	7,8/9,3	7/8,4	33,9/40,6	229,4/275,3
375	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
<b>Итого стоимость комплексного обеда</b>		<b>120,30руб</b>	<b>130 руб</b>				
<b>Полдник</b>							
476	Мучное кулинарное изделие / Пирожок с фруктовой начинкой	100	100	5,3	3,4	43,4	225,4
338,08	Фруктовая нарезка		50	0,2	0,2	4,9	22,5
407	Сок фруктовый	200	200	1	0	25,4	105,6
<b>Итого стоимость комплексного полдника</b>		<b>48 руб</b>	<b>58 руб</b>				

Зав.Производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Руководитель образовательного учреждения \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_



День недели: <u>Пятница</u> (неделя 1)	Утверждаю: Генеральный директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» _____ А.В. Толмачев
Дата: « <u>10</u> » января 2025 г	

## МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Выход 7-11 лет	Выход 11-18 лет	Белки грамм	Жиры грамм	Углеводы грамм	Энер.ценность ккал
<b>Завтрак</b>							
50,3	Мучное кулинарное изделие в ассортименте/Булочка Домашняя	75	75	0,5	1,6	6,2	41,1
71,1	Каша молочная овсяная с маслом сливочным	200	220	14,57/18,7	15,89/19	37,75/39,1	373,8/381
303	Кофейный напиток с молоком	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
0,34	Хлеб пшеничный	25	55	2,3/3,8	0,2/0,4	14,8/24,6	70,3/117,2
	<b>Итого стоимость комплексного завтрака</b>	<b>90 руб</b>	<b>100 руб</b>				
<b>Обед</b>							
338,08	Фрукт порционно/или/Фруктовая нарезка	60	100	0,3/0,6	0,2/0,3	6/11	26,5/48
96,7	Рассольник "Домашний"	200	250	5,2/6,5	4,5/5,6	9/11,3	97,3/121,6
280	Крокеты с кабачком тушеные с овощами	90	100	14,1/15,7	18,6/22,9	19,6/23	302,3/361,3
520	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,1/5	5,3/13,6	19,8/26,1	139,4/247
409	Напиток из яблок	200	200	0,1	0,1	15,3	62,2
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,3	0,6	19,8	97,8
	<b>Итого стоимость комплексного обеда</b>	<b>120,30руб</b>	<b>130 руб</b>				
<b>Полдник</b>							
3003,03	Драники с соусом сметанным		50/10	1,7	4	10,9	86,2
0,26	Мучное кулинарное изделие / Пицца с сыром	100	100	9,7	6,7	38,9	254,5
375	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	6,6	27,9
	<b>Итого стоимость комплексного полдника</b>	<b>48 руб</b>	<b>58 руб</b>				

Зав.Производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Руководитель образовательного учреждения \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_