



День недели: Вторник
(неделя 3)

Дата: « 3 » сентября 2024

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				
	Вторник, 3 неделя						
	Завтрак						
Пром.	Фрукт порционно	130	140	2/2,8	0,7/0,9	27,3/28,4	122,9
219,2/8,69	Сырники творожные с соусом молочным сладким	120/50	160/50	13,6/17,7	15,2/18,2	25,6/41,2	373,8/397,5
375,01	Чай с сахаром	200	200	0,4	0,1	5,2	23,7
	Итого за Завтрак	500	550	16/20,9	16/19,2	58,1/74,8	520,4/544,1
	Обед						
38,26	Салат из свежих помидор и огурцов с луком	60	100	0,4/0,8	0/0,7	1,1/2,2	6,2/12,4
140,11/140	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,1/6,4	4,5/5,4	10,8/13,6	103,9/129,8
33,09	Биточки «Особые» тушеные с овощами	90	100	17,1/19	23,1/25,7	22,6/25,1	366,8/407,7
74,20/74,2	Каша гречневая с маслом сливочным	150	180	3,5/4,2	4,3/5,2	35,8/42,9	195,8/235
409,02	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,2	0,1	20,1	82,4
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	29,6/34,1	32,6/37,3	110,2/112,9	852,9/922,8
	Полдник						
Пром.	Фрукт порционно		50	0,6	0,3	13,4	53
50,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	8,6	6,8	33,4	229,4
420,17	Напиток из яблок	200	200	0,1	0,1	15,3	62,2
	Итого за Полдник	300	350	8,7/9,3	6,9/7,2	48,7/62,1	291,6/344,6
	Итого за день	1550	1790	54,3/64,3	55,5/63,7	217/549,8	1664,9/1811,5

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: <u>Среда</u> (неделя 3)	Утверждаю: Генеральный директор ООО «АЛЬТЕРНАТИВА» _____ А.В. Толмачев
Дата: « <u>4</u> » сентября _____ 2024	

МЕНЮ

№ рецептуры	Название блюда	Масса 1-4 класс	Масса 5-11 класс	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.ценность
		грамм	грамм	грамм	грамм	грамм	ккал
	Среда, 3 неделя						
	Завтрак						
Пром.	Фрукт порционно	120	120	1,9	0,6	26	11
672,06/234	Вареники с овощной начинкой(картофель) с соусом сметанным	120/30	150/30	17,7/22,4	17,4/22	55/66,8	446,8/554,1
303,03	Кофейный напиток	200	200	0,5	0,3	5,6	26,7
Пром.	Хлеб пшеничный	30	50	2,3/3,8	0,2/0,4	14,8/24,6	70,3/117,2
	Итого за Завтрак	500	550	36/41,2	19,9/23	65,5/75,9	585,5/675,8
	Обед						
50,09	Салат из свеклы с сыром	60	100	0,9/1,3	2,5/3,7	5,3/6,2	46,8/49,8
124,4	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	4,4/5,5	5,3/6,6	6,8/8,5	92,6/115,7
291,63	Плов с говядиной	250	250	13,8/16	15,9/16	35,9/54	382,1/428
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
	Итого за Обед	760	860	26,2/30,2	29,3/33,4	102,2/113,1	777,1/851,8
	Полдник						
50,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	8,6	6,8	33,4	229,4
Пром.	Сок фруктовый	200	200	1	0	25,4	105,6
120,2	Фруктовая нарезка		50	0,3	0,2	6	26,5
	Итого за Полдник	300	350	6,3/6,6	3,4/3,8	68,8/69,6	331/338,5
	Итого за день	1560	1760	68,5/78	52,6/60,2	236,5/258,6	1693,6/1866,1

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	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг.ценность
		1-4 класс	5-11 класс				
		грамм	грамм	грамм	грамм	грамм	ккал
	Четверг, 3 неделя						
	Завтрак						
71,13	Каша геркулесовая (овсяная)молочная с маслом сливочным	200	220	7,9/8,7	11,6/12,8	33,7/37	270,6/297,7
5693,11	Какао с молоком	200	200	4,7	3,5	12,5	100,4
50,32	Булочка закусочная с сыром	100	100	8,6	6,8	33,4	229,4
Пром.	Хлеб пшеничный	20	30	1,5/2,3	0,2/0,2	9,8/14,8	46,9/70,3
	Итого за Завтрак	520	550	19,5 21,1	19,3/20,5	89,9/ 98,2	610,4/ 660,9
	Обед						
38,38	Салат из свежих помидор и огурцов с маслом растительным	60	100	0,4/0,8	0/0,7	1,1/2,2	6,2/12,4
81,21	Свекольник «Классический»	200	250	5,2/6,5	4,5/5,6	9/11,3	97,3/121,6
436,99	Картофель, тушеный с мясными рубленными изделиями	230	250	23,2/25	30,9/32	68/71	642,7/653
420,17	Напиток из яблок	200	200	0,1	0,1	15,3	62,2
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	60	3,3/4	0,6/ 0,7	19,8/23,8	97,8/ 117,4
	Итого за Обед	740	860	26,4/ 31,3	29,2/40,3	86,6/ 93,5	714,7/861,5
	Полдник						
3003	Драники с соусом сметанным		50/10	2	5,5	11,3	102,2
430	Чай с 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
	Итого за Полдник	300	360	9,9/12,2	6,8/12,3	45,5/55,6	282,4/ 381,1
	Итого за день	1560	1770	55,8/ 64,6	55,3/ 73,1	222/ 247,3	1607,5/ 1903,5

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 3)

Дата: « 6 » сентября _____ 2024

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, 3 неделя						
	Завтрак						
340,19	Омлет натуральный	150	200	12,7/ 16,9	18/24	3,2/4,3	225,5/300,7
430	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,1	6,6	27,9
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
	Итого за Завтрак	500	550	19/23,2	19,2/ 25,2	59,7/60,8	486,7/561,9
	Обед						
53,2583,06	Салат из белокочанной капусты «Зайчик»	60	100	0,4/0,8	0/0,7	1,1/2,2	6,2/12,4
140,11	Суп картофельный с вермишелью	200	250	5,7/7,1	7,2/9	12,1/15,1	135,9/169,9
239,48	Рыбные палочки с овощной поджаркой	90	100	15,3/17,7	10,9/12,8	23,7/25,3	254,5/263
87,21	Рис отварной гарнирный с маслом сливочным	150	180	3,6/4,2	4,8/5,2	36,4/42,9	203,5/235
409,17	Компот из фруктово-ягодной смеси	200	200	0,5	0,1	12,8	54,6
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	41,1/ 49,3	35,1/ 42,2	124,7/ 144,6	980,9/1131,5
	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	1550	1790	74,6/ 88,4	73,4/87,7	241/264,1	1923,2/2175

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 _____/_____