



День недели: Понедельник  
(неделя 1)

Дата: 31 03 2025г

Утверждаю:  
Директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»

А.В. Тумашова

| №<br>цептуры      | Наименование                         | 1-3 года | 3-7 лет | Пищевые вещества  |           |           | Энергетическая<br>ценность |
|-------------------|--------------------------------------|----------|---------|-------------------|-----------|-----------|----------------------------|
|                   |                                      |          |         | белки             | жиры      | углеводы  |                            |
| <b>ЗАВТРАК</b>    |                                      |          |         |                   |           |           |                            |
| 178               | Каша молочная из смеси круп «Дружба» | 150      | 200     | 4,2/6,6           | 3,7/5,8   | 17,8/31,8 | 119/199                    |
| 6                 | Масло сливочное                      | 5        | 5       | 2,6               | 4,1       |           | 37,4                       |
| 411               | Чай с сахаром                        | 180      | 180     | 0,1               |           | 8/12      | 30,3/45,5                  |
| 1                 | Батон                                | 20       | 25      | 1,4/2,4           | 0,02/0,3  | 9,2/16,1  | 44/77                      |
| <b>ЗАВТРАК №2</b> |                                      |          |         |                   |           |           |                            |
| 418               | Сок фруктовый                        | 100      | 100     | 0,5               | 0,1       | 10,1      | 50                         |
| <b>ОБЕД</b>       |                                      |          |         |                   |           |           |                            |
| 55                | Икра морковная                       | 30       | 30      | 7,8               | 2,5       | 15,2      | 87                         |
| 87                | Суп картофельный с горохом           | 150      | 180     | 1,6/1,8           | 3,8/4,9   | 7,3/8,9   | 123/134                    |
| 267               | Биточки « Особые» с соусом овощным   | 60       | 70      | 8,2/10,1          | 5/6       | 1,2/2,5   | 83,1/112,9                 |
| 177               | Каша гречневая гарнирная             | 110      | 130     | 2,6/4,9           | 4,1/6,4   | 41,3/52,6 | 147,3/224,4                |
| 417               | Напиток из шиповника                 | 150      | 180     | 0,1/0,1           |           | 9,3/13,4  | 49,3/57,8                  |
| 1                 | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30       | 40      | 1,2/1,5           | 0,4/0,5   | 12,3/13,7 | 58,7/66,2                  |
| <b>ПОЛДНИК</b>    |                                      |          |         |                   |           |           |                            |
| 1                 | Батон                                | 20       | 30      | 0,0015/<br>0,0030 | 0         | 11,9/24,3 | 48,1/96,2                  |
| 400               | Кисель фруктовый                     | 180      | 220     | 0                 | 0         | 25,7/29,1 | 104/227                    |
| <b>УЖИН</b>       |                                      |          |         |                   |           |           |                            |
| 144               | Картофель тушеный с овощами          | 130      | 150     | 7,5/10,5          | 11,1/14,8 | 16,7/39,1 | 204,5/347,6                |
| 411               | Чай с сахаром                        | 200      | 200     | 0,1/0,1           |           | 14,6/15   | 56,9                       |
| 1                 | Хлеб пшеничный                       | 40       | 40      | 2,3               | 0,2       | 14,6      | 70,5                       |
| 21                | Салат из капусты                     | 30       | 60      | 0,2               | 0,2       | 4         | 18,5                       |

Группировочная ведомость к отчету

| ЗАВТРАК<br>1-3 года | ЗАВТРАК<br>3-7 лет | Сотрудники |
|---------------------|--------------------|------------|
|                     |                    |            |

Зав.Производством А.И. Армендаев

Руководитель образовательного учреждения И.А. Жуковская

## МЕНЮ

| № рецептуры       | Наименование                       | 1-3 года | 3-7 лет | Пищевые вещества |           |           | Энергетическая ценность |
|-------------------|------------------------------------|----------|---------|------------------|-----------|-----------|-------------------------|
|                   |                                    |          |         | белки            | жиры      | углеводы  |                         |
| <b>ЗАВТРАК</b>    |                                    |          |         |                  |           |           |                         |
| 100               | Суп молочный с вермишелью          | 150      | 200     | 4,1/4,5          | 4,9/5,1   | 17,9/18,3 | 128/135                 |
| 7                 | Сыр порционный                     | 7        | 12      | 1,9/2,8          | 2,8/3,5   | 8,2/9,2   | 34,5/43,7               |
| 400               | Кисель фруктовый                   | 180      | 180     | 4,2              | 4,8       | 19        | 132,5                   |
| 1                 | Батон                              | 20       | 25      | 0/0              | 0,01/0,01 | 5/6       | 37,2/49                 |
| <b>ЗАВТРАК №2</b> |                                    |          |         |                  |           |           |                         |
| 417               | Напиток из шиповника               | 100      | 100     | 7,8              | 2,5       | 15,2      | 87                      |
| <b>ОБЕД</b>       |                                    |          |         |                  |           |           |                         |
| 20                | Салат из соленых огурцов с луком   | 30       | 30      | 1,3              | 2         | 0,6       | 43,1                    |
| 63                | Борщ с картофелем со сметаной      | 150/5    | 180/5   | 1,9/2,6          | 3,8/5,1   | 16,5/19,6 | 75,3/86,3               |
| 277               | Тефтели рыбные под соусом молочным | 50       | 70      | 4,3/5,6          | 5,4/6,7   | 11,2/17,3 | 131,2/159,3             |
| 137               | Картофельное пюре                  | 100      | 120     | 3,4/4,6          | 4,3/5,2   | 18,7/27,6 | 139/196                 |
| 394               | Компот из смеси сухофруктов        | 150      | 180     | 2,4/2,8          |           | 12,3/15,3 | 62,4/79,3               |
| 1                 | Хлеб ржано-пшеничный               | 30       | 40      | 1,2/1,5          | 0,4/0,5   | 12,3/13,7 | 58,7/66,2               |
| <b>ПОЛДНИК</b>    |                                    |          |         |                  |           |           |                         |
| 420               | Кисломолочный напиток кефир        | 150      | 180     | 1,4/2,4          | 0,02/0,03 | 9,2/16,1  | 44/7                    |
| 454               | Булочка «Детская»                  | 50       | 70      | 4,9/5,2          | 4,2/4,5   | 6,8/7,2   | 90,1/95,4               |
| <b>УЖИН</b>       |                                    |          |         |                  |           |           |                         |
| 41                | Фруктовая нарезка                  | 60       | 60      | 0,2              | 0,2       | 5,9       | 27                      |
| 245               | Сырники со сладкой подливкой       | 80/20    | 120/30  | 7,5/11,3         | 7,6/15,1  | 16,5/35,7 | 213,8/321,6             |
| 411               | Чай с сахаром                      | 200      | 200     | 0,1              |           | 15        | 56,9                    |
| 1                 | Хлеб пшеничный                     | 40       | 40      | 2,3              | 0,2       | 14,6      | 70,5                    |

### Группировочная ведомость к отчету

| ЗАВТРАК<br>1-3 года | ЗАВТРАК<br>3-7 лет | Сотрудники |
|---------------------|--------------------|------------|
|                     |                    |            |

Зав.Производством \_\_\_\_\_

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

*Аришова СС*

*Жуковская И.В. Жуковской*

## МЕНЮ

| № рецептуры      | Наименование                                  | 1-3 года | 3-7 лет | Пищевые вещества |           |           | Энергетическая ценность |
|------------------|---|----------|---------|------------------|-----------|-----------|-------------------------|
|                  |   |          |         | белки            | жиры      | углеводы  |                         |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 178              | Каша молочная ячневая                         | 150      | 200     | 4,5/5,6          | 4/6       | 19/29     | 108,7/169,8             |
| 6                | Масло сливочное                               | 5        | 5       | 2,6              | 4,1       |           | 37,4                    |
| 416              | Какао на молоке йодированном                  | 180      | 180     | 3                | 3,4       | 17        | 107,3                   |
| 1                | Батон   | 20       | 25      | 0/0              | 0,01/0,01 | 5/6       | 37,2/49                 |
| <b>ЗАВТРАК 2</b> |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 317              | Напиток из яблок свежих                       | 100      | 100     | 7,8              | 2,5       | 15,2      | 87                      |
| <b>ОБЕД</b>      |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 34               | Салат из свеклы с растительным маслом         | 40       | 60      | 0,7/0,9          | 1,9/2,1   | 4,2/5,2   | 35,1/42,3               |
| 72               | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 150/5    | 180/5   | 1,5/1,9          | 3,3/4,3   | 8,2/9,1   | 95,7/112,2              |
| 321              | Плов из отварного мяса                        | 150      | 180     | 10,2/13,3        | 9,8/14,1  | 19,7/29,6 | 264,7/300,8             |
| 1                | Хлеб ржано-пшеничный                          | 30       | 40      | 1,2/1,5          | 0,4/0,5   | 12,3/13,7 | 58,7/66,2               |
| 400              | Кисель фруктовый                              | 150      | 180     | 1,1/1,4          | 1,3/2,6   | 12,5/22,1 | 62,1/105,3              |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 489              | Печенье                                       | 15       | 30      | 0,0015/<br>0,003 | 0         | 11,9/24,3 | 48,1/96,2               |
| 393              | Компот из свежемороженых ягод                 | 200      | 220     | 4,9/5,2          | 4,2/4,5   | 6,8/7,2   | 90,1/95,4               |
| <b>УЖИН</b>      |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 220              | Макароны отварные с сыром                     | 130      | 150     | 6,8/16,8         | 6,1/6,7   | 27,8/47,0 | 219,7/334,8             |
| 21               | Салат из капусты с кукурузой                  | 40       | 60      | 1,2/1,4          | 1,9/2,3   | 1,1/1,8   | 35,7/55,6               |
| 411              | Чай с сахаром                                 | 200      | 200     | 0,1              |           | 15        | 56,9                    |
| 1                | Хлеб пшеничный                                | 30       | 40      | 2,1/2,3          | 0,1/0,2   | 11,6/14,6 | 62,7/70,5               |

### Группировочная ведомость к отчету

| ЗАВТРАК<br>1-3 года | ЗАВТРАК<br>3-7 лет | Сотрудники |
|---------------------|--------------------|------------|
|---------------------|--------------------|------------|

Зав. Производством

Руководитель образовательного учреждения

*А.В. Толмачев*

*Н.И. Кузнецова*

**МЕНЮ**

| № рецептуры      | Наименование                           | 1-3 года | 3-7 лет | Пищевые вещества |           |           | Энергетическая ценность |
|------------------|--|----------|---------|------------------|-----------|-----------|-------------------------|
|                  |  |          |         | белки            | жиры      | углеводы  |                         |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |  |          |         |                  |           |           |                         |
| 178              | Каша рисовая молочная                  | 150      | 200     | 6,2/7,3          | 7,2/9,4   | 15,3/23,5 | 163,2/196,0             |
| 7                | Сыр порционный                         | 7        | 12      | 1,9/2,8          | 2,8/3,5   | 8,2/9,2   | 34,5/43,7               |
| 411              | Чай с сахаром                          | 180      | 180     | 0,1              |           | 15        | 56,9                    |
| 1                | Батон                                  | 20       | 25      | 0/0              | 0,01/0,01 | 5/6       | 37,2/49                 |
| <b>ЗАВТРАК 2</b> |  |          |         |                  |           |           |                         |
| 386              | Фрукт свежий                           | 100      | 100     | 0,4              | 0,4       | 9,8       | 45                      |
| <b>ОБЕД</b>      |  |          |         |                  |           |           |                         |
| 46               | Винегрет овощной с растительным маслом | 40       | 60      | 1,2/1,5          | 4,2/5,2   | 7,6/8,5   | 76,2/89,7               |
| 91               | Суп картофельный с клецками            | 150      | 180     | 2,1/3,3          | 3,3/4,2   | 13,6/15,1 | 137,1/160,5             |
| 319              | Птица тушеная в соусе с овощами        | 150      | 180     | 9,2/11,5         | 9,6/11,5  | 34,9/41,3 | 196,2/253,4             |
| 417              | Напиток из шиповника                   | 150      | 180     | 0,1/0,2          | 0,1       | 9,5/13,4  | 38,4/57,8               |
| 1                | Хлеб ржано-пшеничный                   | 30       | 40      | 1,2/1,5          | 0,4/0,5   | 12,3/13,7 | 58,7/66,2               |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |  |          |         |                  |           |           |                         |
| 454              | Булочка «Сельская»                     | 50       | 70      | 8                | 7,2       | 33,2      | 263,5                   |
| 400              | Кисель фруктовый                       | 150      | 180     | 0,5              | 0,7       | 8/9       | 28/31                   |
| <b>УЖИН</b>      |  |          |         |                  |           |           |                         |
| 21               | Салат из капусты                       | 40       | 60      | 1,2/1,4          | 1,9/2,3   | 1,3/1,8   | 35,6/55,6               |
| 495              | Гречка по-купечески                    | 130      | 150     | 6,8/10,8         | 10/11     | 39,7/49,7 | 197,3/329,7             |
| 411              | Чай с низким содержанием сахара        | 200      | 200     | 0,1              |           | 15        | 56,9                    |
| 1                | Хлеб пшеничный                         | 30       | 40      | 2,1/2,3          | 0,1/0,2   | 11,6/14,6 | 62,7/70,5               |

**Группировочная ведомость к отчету**

| ЗАВТРАК<br>1-3 года | ЗАВТРАК<br>3-7 лет | Сотрудники |
|---------------------|--------------------|------------|
|                     |                    |            |

Зав. Производством А.В. Толмачев

Руководитель образовательного учреждения И.В. Кудряшова

## МЕНЮ

| № рецептуры      | Наименование                                       | 1-3 года | 3-7 лет | Пищевые вещества |           |           | Энергетическая ценность |
|------------------|--|----------|---------|------------------|-----------|-----------|-------------------------|
|                  |  |          |         | белки            | жиры      | углеводы  |                         |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |  |          |         |                  |           |           |                         |
| 178              | Каша молочная овсяная                              | 150      | 200     | 5,2/7,1          | 4/7       | 19,8/29,7 | 134/201,6               |
| 6                | Масло сливочное                                    | 5        | 5       | 2,6              | 4,1       |           | 37,4                    |
| 413              | Чай с молоком с сахаром                            | 200      | 200     | 1,5              | 1,6       | 14,4      | 74,5                    |
| 1                | Батон  | 20       | 35      | 0/0              | 0,01/0,01 | 5/6       | 37,2/49                 |
| <b>ЗАВТРАК 2</b> |  |          |         |                  |           |           |                         |
| 418              | Сок фруктовый                                      | 100      | 100     | 0,5              | 0,1       | 15,2      | 74,2                    |
| <b>ОБЕД</b>      |  |          |         |                  |           |           |                         |
| 34               | Овощи отварные (свекла )                           | 30       | 30      | 0,4              | 1         | 2,2       | 10,2                    |
| 86               | Суп картофельный с рисом                           | 150      | 180     | 1,3/1,6          | 2,9/3,1   | 11,2/13,5 | 74,9/89,3               |
| 137              | Картофельное пюре                                  | 100      | 120     | 3,4/4,6          | 4,3/5,2   | 18,7/27,6 | 139/196                 |
| 301              | Котлеты из печени с овощами туш.                   | 60       | 70      | 6,9/7,8          | 6,2/8,1   | 14,6/15,5 | 129,7/136,              |
| 400              | Кисель фруктовый                                   | 150      | 180     | 1,1/1,4          | 1,3/2,6   | 12,5/22,1 | 62,1/105,1              |
| 1                | Хлеб ржано-пшеничный                               | 30       | 40      | 1,2/1,5          | 0,4/0,5   | 12,3/13,7 | 58,7/66,2               |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |  |          |         |                  |           |           |                         |
| 489              | Печенье  | 15       | 30      | 0,0015/0,003     | 0         | 11,9/24,3 | 48,1/96,2               |
| 394              | Компот из смеси сухофруктов                        | 200      | 220     | 0,7              | 0,05      | 22,1      | 92,7                    |
| <b>УЖИН</b>      |  |          |         |                  |           |           |                         |
| 31               | Фруктовая нарезка                                  | 40       | 90      | 1,2/2,5          | 1,8/3,0   | 6,2/15,0  | 42,4/87                 |
| 428              | Блинчики французские с соусом из сгущенного молока | 140/20   | 140/20  | 9,23             | 2,39      | 76        | 361,65                  |
| 412              | Чай с лимоном и сахаром                            | 200      | 200     | 0,1              |           | 15        | 56,9                    |

### Группировочная ведомость к отчету

| ЗАВТРАК<br>1-3 года | ЗАВТРАК<br>3-7 лет | Сотрудники |
|---------------------|--------------------|------------|
|                     |                    |            |

Зав. Производством \_\_\_\_\_

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

*Кривошеина Е.С.*

*Курочкина / А.В. Курочкина*

| № рецептуры       | Наименование                 | 1-3 года | 3-7 лет | Пищевые вещества |           |          | Энергетическая ценность |
|-------------------|------------------------------|----------|---------|------------------|-----------|----------|-------------------------|
|                   |                              |          |         | белки            | жиры      | углеводы |                         |
| <b>ЗАВТРАК</b>    |                              |          |         |                  |           |          |                         |
| 178               | Каша молочная пшеничная      | 150      | 200     | 3,5/4,9          | 3,5/4,7   | 10/20    | 116/155,9               |
| 7                 | Сыр порционный               | 7        | 12      | 1,9/2,8          | 2,8/3,5   | 8,2/9,2  | 34,5/43,7               |
| 416               | Какао на молоке йодированном | 180      | 180     | 3                | 3,4       | 17       | 107,3                   |
| 1                 | Батон                        | 20       | 25      | 0/0              | 0,01/0,01 | 5/6      | 37,2/49                 |
| <b>ЗАВТРАК №2</b> |                              |          |         |                  |           |          |                         |
| 418               | Сок фруктовый                | 100      | 100     | 0,5              | 0,1       | 15,2     | 74,2                    |

**ОБЕД**

|     |  |     |     |          |         |           |             |
|-----|--|-----|-----|----------|---------|-----------|-------------|
| 49  | Салат «Витаминный» из капусты с зеленым горошком | 40  | 60  | 0,9/1,1  | 1,9/3,1 | 2,9/3     | 23,2/43,8   |
| 88  | Суп картофельный с вермишелью                    | 150 | 180 | 0,9/1,1  | 5,3/7,9 | 26,2/27,8 | 63,9/117,8  |
| 267 | Биточки «Особые» с соусом овощным                | 60  | 70  | 8,2/10,1 | 5/6     | 1,2/2,5   | 83,1/112,9  |
| 199 | Гороховое пюре                                   | 110 | 130 | 1,2/3,2  | 3,8/4,2 | 25,6/28,5 | 126,7/205,8 |
| 394 | Компот из смеси сухофруктов                      | 150 | 180 | 2,4/2,8  |         | 12,3/15,3 | 62,4/79,3   |
| 1   | Хлеб ржано-пшеничный                             | 30  | 40  | 1,2/1,5  | 0,4/0,5 | 12,3/13,7 | 58,7/66,2   |

**ПОЛДНИК**

|     |                      |     |     |              |         |           |           |
|-----|----------------------|-----|-----|--------------|---------|-----------|-----------|
| 441 | Ватрушка с творогом  | 50  | 50  | 0,0015/0,003 | 0       | 11,9/24,3 | 48,1/96,2 |
| 417 | Напиток из шиповника | 150 | 200 | 4,9/5,2      | 4,2/4,5 | 6,8/7,2   | 90,1/95,4 |

**УЖИН**

|     |                                 |     |     |          |          |           |           |
|-----|---------------------------------|-----|-----|----------|----------|-----------|-----------|
| 71  | Огурец порционный (солен.)      | 20  | 30  | 0,1/0,15 | 0        | 0,2/0,25  | 23/34,2   |
| 164 | Картофельная запеканка с фаршем | 150 | 180 | 7,3/11,4 | 6,1/10,9 | 21/36,8   | 213/301,6 |
| 412 | Чай с лимоном и сахаром         | 200 | 200 | 0,1      |          | 15        | 56,9      |
| 1   | Хлеб пшеничный                  | 30  | 40  | 2,1/2,3  | 0,1/0,2  | 11,6/14,6 | 62,7/70,5 |

**Группировочная ведомость к отчету**

| ЗАВТРАК<br>1-3 года | ЗАВТРАК<br>3-7 лет | Сотрудники |
|---------------------|--------------------|------------|
|                     |                    |            |

Зав.Производством \_\_\_\_\_

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

## МЕНЮ

| № рецептуры      | Наименование                                  | 1-3 года | 3-7 лет | Пищевые вещества |           |           | Энергетическая ценность |
|------------------|---|----------|---------|------------------|-----------|-----------|-------------------------|
|                  |   |          |         | белки            | жиры      | углеводы  |                         |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 7                | Сыр порционный                                | 7        | 12      | 1,9/2,8          | 2,8/3,5   | 8,2/9,2   | 34,5/43,7               |
| 178              | Каша молочная овсяная                         | 150      | 200     | 4,2/5,9          | 6,9/7,4   | 11,7/21,8 | 159,7/207,5             |
| 411              | Чай с сахаром                                 | 180      | 180     | 0,1              |           | 15        | 56,9                    |
| 1                | Батон   | 20       | 25      | 0/0              | 0,01/0,01 | 5/6       | 37,2/49                 |
| <b>ЗАВТРАК 2</b> |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 418              | Сок фруктовый                                 | 100      | 100     | 0,5              | 0,1       | 15,2      | 74,2                    |
| <b>ОБЕД</b>      |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 52               | Салат из свеклы с растительным маслом         | 40       | 60      | 0,7/0,9          | 1,9/2,1   |           | 36,7/42,3               |
| 72               | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 150/5    | 180/5   | 1,5/1,9          | 3,3/4,3   | 8,2/9,1   | 95,7/112,2              |
| 322              | Котлета куриная с соусом                      | 60       | 70      | 6,9/8,1          | 1/1       |           | 142/167                 |
| 177              | Каша гречневая гарнирная                      | 110      | 130     | 2,6/4,9          | 4,1/6,4   | 41,3/52,6 | 147,3/224,4             |
| 400              | Кисель фруктовый                              | 150      | 180     | 1,1/1,4          | 1,3/2,6   | 12,5/22,1 | 62,1/105,3              |
| 1                | Хлеб ржано-пшеничный                          | 30       | 40      | 1,2/1,5          | 0,4/0,5   | 12,3/13,7 | 58,7/66,2               |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 1                | Батон   | 20       | 30      | 1,4/2,4          | 0,02/0,3  | 9,2/16,1  | 44/7                    |
| 417              | Напиток из шиповника                          | 180      | 220     | 0,3/0,4          | 0,1/0,1   | 16,2/19,2 | 74,1/88,7               |
| <b>УЖИН</b>      |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 202              | Запеканка творожно-рисовая с соусом молочным  | 120/20   | 150/20  | 10/13,2          | 10/15,0   | 28/46,8   | 245/418,9               |
| 411              | Чай с сахаром                                 | 200      | 200     | 0,1              |           | 15        | 56,9                    |
| 31               | Салат фруктовый с сах.пудрой                  | 40       | 40      | 0,2              | 0,2       | 4         | 18,5                    |
| 1                | Батон   | 20       | 35      | 0/0              | 0,01/0,01 | 5/6       | 37,2/59                 |

### Группировочная ведомость к отчету

| ЗАВТРАК<br>1-3 года | ЗАВТРАК<br>3-7 лет | Сотрудники |
|---------------------|--------------------|------------|
|                     |                    |            |

Зав. Производством *А.И. Кривошапкин*

Руководитель образовательного учреждения *Кудряшова / А.Ф. Кудряшова*

День недели: Среда  
(неделя 2)

Дата: «1» 04 2025г

Утверждаю:  
Директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»  
А.В. Толмачев

## МЕНЮ

| № рецептуры      | Наименование                     | 1-3 года | 3-7 лет | Пищевые вещества |           |           | Энергетическая ценность |
|------------------|----------------------------------|----------|---------|------------------|-----------|-----------|-------------------------|
|                  |                                  |          |         | белки            | жиры      | углеводы  |                         |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |                                  |          |         |                  |           |           |                         |
| 178              | Каша рисовая молочная            | 150      | 200     | 6,2/7,3          | 7,2/9,4   | 15,3/23,5 | 163,2/196,0             |
| 6                | Масло сливочное                  | 5        | 5       | 2,6              | 4,1       |           | 37,4                    |
| 411              | Чай с сахаром                    | 180      | 180     | 4,2              | 4,8       | 19        | 132,5                   |
| 1                | Батон                            | 20       | 25      | 0/0              | 0,01/0,01 | 5/6       | 37,2/49                 |
| <b>ЗАВТРАК 2</b> |                                  |          |         |                  |           |           |                         |
| 418              | Сок фруктовый                    | 100      | 100     | 0,5              | 0,1       | 15,2      | 418                     |
| <b>ОБЕД</b>      |                                  |          |         |                  |           |           |                         |
| 10               | Овощи порционные(огурец соленый) | 20       | 20      | 0,1              | 0         | 0,2       | 33,3                    |
| 87               | Суп картофельный с горохом       | 150      | 180     | 3,1/3,3          | 3,9/4,2   | 13,6/15,1 | 143/160,5               |
| 292              | Жаркое по- домашнему с говядиной | 150      | 180     | 10/12            | 6/12      | 31/48,9   | 190/293                 |
| 390              | Компот из свежих яблок           | 150      | 200     | 0,1/0,2          | 0,1/0,1   | 12,6/13,4 | 51,9/57,8               |
| 1                | Хлеб ржано-пшеничный             | 30       | 40      | 1,2/1,5          | 0,4/0,5   | 12,3/13,7 | 58,7/66,2               |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |                                  |          |         |                  |           |           |                         |
| 443              | Крендель сахарный                | 50       | 70      | 4,4              | 2,7       | 34,5      | 181,1                   |
| 420              | Кисломолочный напиток/ Кефир     | 150      | 180     | 4,9/5,2          | 4,2/4,5   | 6,8/7,2   | 90,1/95,4               |
| <b>УЖИН</b>      |                                  |          |         |                  |           |           |                         |
| 21               | Маринад овощной                  | 60       | 60      | 0,8              | 1         | 5,4       | 33,6                    |
| 229              | Омлет натуральный                | 130      | 130     | 7,1              | 7         | 19,8      | 164,8                   |
| 411              | Чай с сахаром                    | 180      | 220     | 0,1/0,1          |           | 9,8/11,1  | 39,8/44,4               |
| 1                | Хлеб пшеничный                   | 30       | 40      | 2,3              | 0,2       | 14,6      | 70,5                    |

### Группировочная ведомость к отчету

| ЗАВТРАК<br>1-3 года | ЗАВТРАК<br>3-7 лет | Сотрудники |
|---------------------|--------------------|------------|
|                     |                    |            |

Зав.Производством \_\_\_\_\_

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

*А.В. Толмачев*  
*И.А.В. Кузнецов*



День недели: Четверг  
(неделя2)

Дата: « 9 » 04 2025г

Утверждаю:  
Директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»

*А.В. Толмачев*

## МЕНЮ

| № рецептуры      | Наименование  | 1-3 года | 3-7 лет | Пищевые вещества |           |           | Энергетическая ценность |
|------------------|---|----------|---------|------------------|-----------|-----------|-------------------------|
|                  |   |          |         | белки            | жиры      | углеводы  |                         |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 178              | Каша молочная гречневая                                 | 150      | 200     | 7/8              | 7,9/9,6   | 15,9/25,7 | 167/227,8               |
| 7                | Сыр порционный  | 7        | 12      | 1,9/2,8          | 2,8/3,5   | 8,2/9,2   | 34,5/43,7               |
| 411              | Чай с сахаром   | 180      | 180     | 0,1              |           | 15        | 56,9                    |
| 1                | Батон   | 20       | 25      | 0/0              | 0,01/0,01 | 5/6       | 37,2/49                 |
| <b>ЗАВТРАК 2</b> |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 417              | Напиток из шиповника                                    | 100      | 100     | 0,5              | 0,1       | 15,2      | 74,2                    |
| <b>ОБЕД</b>      |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 21               | Салат «Витаминный» из капусты с зеленым горошком        | 40       | 60      | 0,8/1,1          | 2,6/3,1   | 2,7/3     | 24,7/43,8               |
| 79               | Рассольник «Ленинградский» с перловкой со сметаной      | 150/5    | 180/5   | 1,3/2,3          | 3,5/4,5   | 12/15,9   | 92/115,6                |
| 329              | Котлеты «Аппетитные» с соусом                           | 60       | 70      | 6,7/9,8          | 1         | 17/19,7   | 160/197                 |
| 218              | Макароны отварные                                       | 110      | 130     | 4,7/4,9          | 2,3/3,1   | 15/31     | 120/171,2               |
| 395              | Напиток фруктовый (лимон/ яблоко)                       | 150      | 180     | 0,1/0,1          | 6/9       | 9,1/10    | 34,1/54,6               |
| 1                | Хлеб ржано-пшеничный                                    | 30       | 40      | 1,2/1,5          | 0,4/0,5   | 12,3/13,7 | 58,7/66,2               |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 1                | Батон   | 20       | 30      | 1,4/2,4          | 002/03    | 9,2/16,1  | 44/7                    |
| 400              | Кисель фруктовый  | 180      | 220     | 0                | 0         | 25,7/29,1 | 104/227                 |
| <b>УЖИН</b>      |   |          |         |                  |           |           |                         |
| 672              | Вареники с творожной начинкой с соусом молочным сладким | 100/30   | 120/50  | 10,7/13,7        | 9,4/14,1  | 30,9/44,3 | 230,7/430,9             |
| 411              | Чай с сахаром   | 200      | 200     | 0,1              |           | 15        | 56,9                    |
| 31               | Салат фруктовый с сах.пудрой                            | 40       | 40      | 0,2              | 0,2       | 4         | 18,5                    |
| 1                | Батон   | 30       | 35      | 0/0              | 0,01/0,01 | 5/6       | 37,2/59                 |

Зав.Производством *А.В. Толмачев*

Руководитель образовательного учреждения *Курдюкин И.В. Курдюкин*



**АЛЬТЕРНАТИВА**  
ПРЕДПРИЯТИЕ  
ЗДОРОВОГО  
ПИТАНИЯ

День недели: Пятница  
(неделя 2)

Дата: « 9 » 04 2025г

Утверждаю:  
Директор  
ООО «АЛЬТЕРНАТИВА»

А.В. Толмачев

## МЕНЮ

| № рецептуры      | Наименование                                      | 1-3 года | 3-7 лет | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность |
|------------------|---|----------|---------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|
|                  |   |          |         | белки            | жиры        | углеводы    |                         |
| <b>ЗАВТРАК</b>   |   |          |         |                  |             |             |                         |
| 187              | Каша молочная манная жидкая                       | 150      | 200     | 4,1/6,3          | 4/6         | 21/30,7     | 156/221,7               |
| 6                | Масло сливочное                                   | 5        | 5       | 2,6              | 4,1         |             | 37,4                    |
| 413              | Чай с молоком с сахаром                           | 180      | 180     | 1,5              | 1,6         | 14,4        | 74,5                    |
| 1                | Батон   | 20       | 25      | 0/0              | 0,01/0,01   | 5/6         | 37,2/49                 |
| <b>ЗАВТРАК 2</b> |   |          |         |                  |             |             |                         |
| 418              | Сок фруктовый                                     | 100      | 100     | 0,5              | 0,1         | 15,2        | 74,2                    |
| <b>ОБЕД</b>      |   |          |         |                  |             |             |                         |
| 34               | Овощи отварные(свекла)                            | 20       | 30      | 0,3/0,4          | 0,8/1       | 1,8/2,2     | 9,2/10,2                |
| 93               | Суп «Метелица»                                    | 150      | 180     | 4/6              | 5,1/5,6     | 14/15,1     | 99/115,5                |
| 276              | Тефтели из рыбы под соусом молочным               | 50       | 70      | 4,3/5,6          | 5,4/6,7     | 11,2/17,3   | 131,2/159,3             |
| 137              | Картофельное пюре                                 | 100      | 120     | 3,4/4,6          | 4,3/5,2     | 18,7/27,6   | 139/196                 |
| 390              | Компот из свежих яблок                            | 150      | 180     | 0,1/0,2          | 0,1/0,1     | 11,6/13,4   | 50,8/57,8               |
| 1                | Хлеб ржано-пшеничный                              | 30       | 40      | 1,2/1,5          | 0,4/0,5     | 12,3/13,7   | 58,7/66,2               |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |   |          |         |                  |             |             |                         |
| 1                | Батон   | 20       | 30      | 0,0015/0,003     | 0           | 11,9/24,3   | 48,1/96,2               |
| 417              | Напиток из шиповника                              | 180      | 220     | 4,9/5,2          | 4,2/4,5     | 6,8/7,2     | 90,1/95,4               |
| <b>УЖИН</b>      |   |          |         |                  |             |             |                         |
| 422              | Пельмени мясо-капустные с соусом сметано-томатным | 100/30   | 120/50  | 13,56/14,03      | 11,83/12,36 | 21,75/22,63 | 249,93/268,84           |
| 412              | Чай с лимоном и сахаром                           | 200      | 200     | 0,1              |             | 15          | 56,9                    |
| 1                | Хлеб пшеничный                                    | 30       | 40      | 2,2              | 0,2         | 13,8        | 33,3                    |

|                     |                    |            |
|---------------------|--------------------|------------|
| ЗАВТРАК<br>1-3 года | ЗАВТРАК<br>3-7 лет | Сотрудники |
|---------------------|--------------------|------------|

Зав.Производством А.В. Толмачев

Руководитель образовательного учреждения Нурмухамбетов И.А.Б. Нурмухамбетов

