

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева



МЕНЮ
Группа продленного дня
29.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Пряники	70г	854
Итого за ПОЛДНИК		270г	956
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	279.66
Итого за день		715г	1235.66

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Пряники	70г	854
Итого за ПОЛДНИК		270г	956
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	279.66
Итого за день		715г	1235.66

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева



МЕНЮ
Группа продленного дня
28.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Вафли	70г	571.667
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		270г	673.667
УЖИН	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	200г	316.1
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	477.9
Итого за день		715г	1151.567

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

ПОЛДНИК	Вафли	70г	571.667
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		270г	673.667
УЖИН	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	200г	316.1
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	477.9
Итого за день		715г	1151.567

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева



МЕНЮ
Группа продленного дня
25.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	70г	822.5
Итого за ПОЛДНИК		270г	924.5
УЖИН	Сырники из творога со сгущенным молоком	180г	137.52
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		425г	272.82
Итого за день		695г	1197.32

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	70г	822.5
Итого за ПОЛДНИК		270г	924.5
УЖИН	Сырники из творога со сгущенным молоком	180г	137.52
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		425г	272.82
Итого за день		695г	1197.32

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ДО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Группа продленного дня
23.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	62
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1035
УЖИН	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Омлет натуральный Н	200г	316.1
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	452.6
Итого за день		715г	1487.6

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	62
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1035
УЖИН	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Омлет натуральный Н	200г	316.1
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	452.6
Итого за день		715г	1487.6

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
22.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	180г	200.07
	Бутерброд с повидлом	45г	170
	Кофейный напиток с молоком Н	180г	77.4
Итого за ЗАВТРАК		405г	447.47
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	70г	38.64
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Картофель отварной в молоке Н	120г	151.92
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		650г	554.68
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		200г	255.134
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	180г	129.924
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		410г	228.924
Итого за день		1765г	1533.208

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

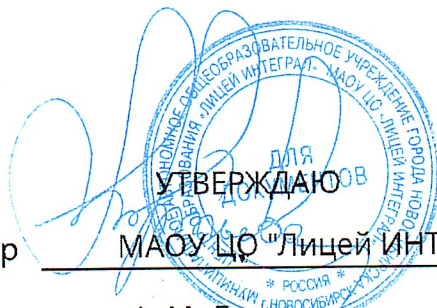
МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
21.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	40г	45.715
	Макароны отварные с сыром Н	120г	173.2
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		360г	245.315
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Рассольник домашний Н	200г	105.02
	Котлеты из курицы Н	70г	119.747
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Рис отварной Н	120г	170.8
	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		650г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Пряники	20г	244
	Итого за ПОЛДНИК		200г
У Ж И Н	Рагу из овощей	180г	116.28
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		390г	244.05
Итого за день		1700г	1486.752

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
18.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная Н	180г	156.87
	Бутерброд с повидлом	45г	170
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
Итого за ЗАВТРАК		425г	379.77
ЗАВТРАК № 2	Соки овощные	100г	56
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	56
О Б Е Д	Свекольник со сметаной	200г	77.6
	Картофельное пюре Н	120г	126.64
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) Н	70г	102.6
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		630г	552.42
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Сухарики	20г	235
Итого за ПОЛДНИК		200г	326.8
У Ж И Н	Пудинг из творога с рисом	130г	335.4
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		360г	435.6
Итого за день		1715г	1750.59

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
17.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	262.89
	Бутерброд с маслом	40г	45.715
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		420г	335.005
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Суп фасолевый Н	200г	134.96
	Котлеты из курицы Н	70г	119.747
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Макароны отварные Н	120г	166.4
	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		650г	677.227
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70г	161.875
Итого за ПОЛДНИК		250г	199.225
У Ж И Н	Капуста тушеная	200г	162.4
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		430г	296.3
Итого за день		1850г	1554.757

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
16.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	180г	200.07
	Бутерброд с маслом и сыром	50г	423.523
	Кофейный напиток с молоком Н	180г	77.4
Итого за ЗАВТРАК		410г	700.993
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Шницель из говядины Н	70г	195.067
	Горошница Н	130г	177.494
	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		640г	663.951
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	180г	55.8
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	333.8
У Ж И Н	Каша гречневая рассыпчатая Н	120г	210
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за У Ж И Н		330г	374.4
Итого за день		1680г	2096.144

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
15.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	260.91
	Бутерброд с маслом	40г	45.715
	Какао с молоком Н	180г	96.03
Итого за ЗАВТРАК		400г	402.655
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Суп крестьянский с крупой (крупка перловая) Н	200г	98.88
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	70г	163.975
	Картофель отварной в молоке Н	120г	151.92
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		630г	660.355
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Пряники	20г	244
Итого за ПОЛДНИК		200г	335.8
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	180г	129.924
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		410г	228.924
Итого за день		1740г	1674.734

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева



МЕНЮ
Группа продленного дня
14.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Вафли	70г	571.667
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		270г	673.667
УЖИН	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	200г	316.1
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	477.9
Итого за день		715г	1151.567

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Вафли	70г	571.667
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		270г	673.667
УЖИН	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	200г	316.1
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	477.9
Итого за день		715г	1151.567

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Группа продленного дня
11.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	70г	822.5
Итого за ПОЛДНИК		270г	924.5
УЖИН	Сырники из творога со сгущенным молоком	180г	137.52
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		425г	272.82
Итого за день		695г	1197.32

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	70г	822.5
Итого за ПОЛДНИК		270г	924.5
УЖИН	Сырники из творога со сгущенным молоком	180г	137.52
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		425г	272.82
Итого за день		695г	1197.32

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева



МЕНЮ
Группа продленного дня
10.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		270г	313.334
УЖИН	Капуста тушеная	200г	162.4
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	332.6
Итого за день		715г	645.934

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		270г	313.334
УЖИН	Капуста тушеная	200г	162.4
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	332.6
Итого за день		715г	645.934

Директор

УТВЕРЖДАЮ
для
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева



МЕНЮ
Группа продленного дня
09.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	62
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1035
УЖИН	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Омлет натуральный Н	200г	316.1
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	452.6
Итого за день		715г	1487.6

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	62
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1035
УЖИН	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Омлет натуральный Н	200г	316.1
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	452.6
Итого за день		715г	1487.6

Директор

УТВЕРЖДАЮ
для
ДОКУМЕНТОВ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева



МЕНЮ
Группа продленного дня
08.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Вафли	70г	571.667
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		270г	673.667
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	279.66
Итого за день		715г	953.327

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Вафли	70г	571.667
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		270г	673.667
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	279.66
Итого за день		715г	953.327

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Группа продленного дня
07.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Пряники	70г	854
Итого за ПОЛДНИК		270г	956
УЖИН	Рагу из овощей	200г	129.2
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	299.4
Итого за день		715г	1255.4

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Пряники	70г	854
Итого за ПОЛДНИК		270г	956
УЖИН	Рагу из овощей	200г	129.2
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	299.4
Итого за день		715г	1255.4

Директор

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Группа продленного дня
03.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70г	161.875
Итого за ПОЛДНИК		270г	203.375
УЖИН	Капуста тушеная	200г	162.4
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	332.6
Итого за день		715г	535.975

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70г	161.875
Итого за ПОЛДНИК		270г	203.375
УЖИН	Капуста тушеная	200г	162.4
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	332.6
Итого за день		715г	535.975

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева



МЕНЮ
Группа продленного дня
02.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	62
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1035
УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая Н	200г	350
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за УЖИН		445г	560.9
Итого за день		715г	1595.9

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	62
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1035
УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая Н	200г	350
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за УЖИН		445г	560.9
Итого за день		715г	1595.9

УТВЕРЖДАЮ
 Директор _____
 А. М. Леонтьева



МЕНЮ
 Группа продленного дня
 01.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Пряники	70г	854
Итого за ПОЛДНИК		270г	956
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	279.66
Итого за день		715г	1235.66

 (должность) (подпись) (расшифровка подписи)

ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Пряники	70г	854
Итого за ПОЛДНИК		270г	956
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за УЖИН		445г	279.66
Итого за день		715г	1235.66