

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
30.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                                      | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша жидкая молочная кукурузная Н          | 150г  | 166.725      |
|                      | Бутерброд с маслом и сыром                 | 45г   | 381.17       |
|                      | Кофейный напиток с молоком Н               | 180г  | 77.4         |
| Итого за ЗАВТРАК     |  | 375г  | 625.295      |
| ЗАВТРАК № 2          | Сок фруктовый                              | 100г  | 23           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |  | 100г  | 23           |
| О Б Е Д              | Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н | 150г  | 69.255       |
|                      | Шницель из говядины Н                      | 60г   | 167.2        |
|                      | Горошница Н                                | 100г  | 136.534      |
|                      | Компот из яблок Н                          | 150г  | 31.125       |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                                | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |  | 520г  | 565.814      |
| ПОЛДНИК              | Йогурт питьевой                            | 150г  | 46.5         |
|                      | Печенье сахарное                           | 20г   | 278          |
| Итого за ПОЛДНИК     |  | 170г  | 324.5        |
| У Ж И Н              | Каша гречневая рассыпчатая Н               | 100г  | 175          |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
|                      | Молоко кипяченое                           | 150г  | 76.5         |
| Итого за У Ж И Н     |  | 280г  | 324.1        |
| Итого за день        |  | 1445г | 1862.709     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
29.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо   | Выход | Калорийность |
|----------------------|---|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша вязкая молочная пшеничная Н              | 150г  | 217.425      |
|                      | Бутерброд с маслом                            | 35г   | 40           |
|                      | Какао с молоком Н                             | 180г  | 96.03        |
| Итого за ЗАВТРАК     |   | 365г  | 353.455      |
| ЗАВТРАК № 2          | Яблоки  | 100г  | 47           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |   | 100г  | 47           |
| О Б Е Д              | Суп крестьянский с крупой (крупка перловая) Н | 150г  | 74.16        |
|                      | Оладьи из печени по-кунцевски Н               | 60г   | 140.55       |
|                      | Картофель отварной в молоке Н                 | 100г  | 126.6        |
|                      | Компот из смеси сухофруктов Н                 | 150г  | 69.9         |
|                      | Хлеб пшеничный                                | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                                   | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |   | 520г  | 572.91       |
| ПОЛДНИК              | Молоко кипяченое                              | 150г  | 76.5         |
|                      | Пряники                                       | 20г   | 244          |
| Итого за ПОЛДНИК     |   | 170г  | 320.5        |
| У Ж И Н              | Суп молочный с макаронными изделиями          | 150г  | 108.27       |
|                      | Чай с сахаром Н                               | 180г  | 23.76        |
|                      | Хлеб пшеничный                                | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |   | 360г  | 204.63       |
| Итого за день        |   | 1515г | 1498.495     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
28.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                              | Выход | Калорийность |
|----------------------|------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша "Дружба"                      | 150г  | 134.925      |
|                      | Бутерброд с повидлом               | 40г   | 151.112      |
|                      | Чай с лимоном и сахаром Н          | 180г  | 24.84        |
| Итого за ЗАВТРАК     |                                    | 370г  | 310.877      |
| ЗАВТРАК № 2          | Сок фруктовый                      | 100г  | 23           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |                                    | 100г  | 23           |
| О Б Е Д              | Щи из свежей капусты со сметаной Н | 150г  | 74.588       |
|                      | Плов с курицей Н                   | 170г  | 270.98       |
|                      | Компот из кураги Н                 | 150г  | 76.65        |
|                      | Хлеб пшеничный                     | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                        | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |                                    | 530г  | 583.918      |
| ПОЛДНИК              | Вафли                              | 20г   | 163.334      |
|                      | Молоко кипяченое                   | 150г  | 76.5         |
| Итого за ПОЛДНИК     |                                    | 170г  | 239.834      |
| У Ж И Н              | Чай с молоком и сахаром Н          | 180г  | 47.61        |
|                      | Омлет натуральный Н                | 100г  | 158.05       |
|                      | Хлеб пшеничный                     | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |                                    | 310г  | 278.26       |
| Итого за день        |                                    | 1480г | 1435.889     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
25.11.2022

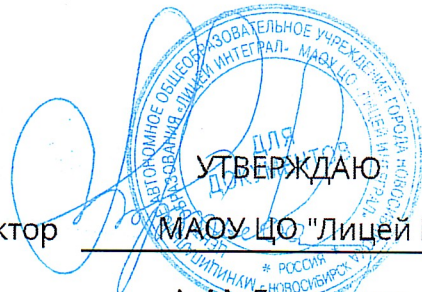
| Прием пищи           | Блюдо                                   | Выход | Калорийность |
|----------------------|---|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша жидкая молочная рисовая Н          | 150г  | 145.275      |
|                      | Бутерброд с маслом                      | 35г   | 40           |
|                      | Чай с лимоном и сахаром Н               | 180г  | 24.84        |
| Итого за ЗАВТРАК     |   | 365г  | 210.115      |
| ЗАВТРАК № 2          | Соки овощные                            | 100г  | 56           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |   | 100г  | 56           |
| О Б Е Д              | Суп гороховый Н                         | 150г  | 105.825      |
|                      | Картофель отварной в молоке Н           | 100г  | 126.6        |
|                      | Компот из изюма Н                       | 150г  | 56.85        |
|                      | Голубцы ленивые Н                       | 60г   | 72.81        |
|                      | Хлеб пшеничный                          | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                             | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |   | 520г  | 523.785      |
| ПОЛДНИК              | Молоко кипяченое                        | 150г  | 76.5         |
|                      | Сухарики                                | 20г   | 235          |
| Итого за ПОЛДНИК     |   | 170г  | 311.5        |
| У Ж И Н              | Сырники из творога со сгущенным молоком | 100г  | 76.4         |
|                      | Чай с сахаром Н                         | 180г  | 23.76        |
|                      | Хлеб пшеничный                          | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |   | 310г  | 172.76       |
| Итого за день        |   | 1465г | 1274.16      |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)





Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
24.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                              | Выход | Калорийность |
|----------------------|------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша вязкая молочная овсяная Н     | 150г  | 220.65       |
|                      | Бутерброд с повидлом               | 40г   | 151.112      |
|                      | Чай с сахаром Н                    | 180г  | 23.76        |
| Итого за ЗАВТРАК     |                                    | 370г  | 395.522      |
| ЗАВТРАК № 2          | Яблоки                             | 100г  | 47           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |                                    | 100г  | 47           |
| О Б Е Д              | Щи из свежей капусты со сметаной Н | 150г  | 74.588       |
|                      | Биточек из курицы Н                | 60г   | 101.12       |
|                      | Соус белый основной Н              | 10г   | 6.55         |
|                      | Макароны отварные Н                | 100г  | 138.667      |
|                      | Компот из смеси сухофруктов Н      | 150г  | 69.9         |
|                      | Хлеб пшеничный                     | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                        | 30г   | 89.1         |
|                      | Итого за О Б Е Д                   |       | 530г         |
| ПОЛДНИК              | Компот из яблок Н                  | 150г  | 31.125       |
|                      | Булочка домашняя                   | 70г   | 271.834      |
| Итого за ПОЛДНИК     |                                    | 220г  | 302.959      |
| У Ж И Н              | Капуста тушеная                    | 150г  | 121.8        |
|                      | Напиток из шиповника               | 150г  | 45.975       |
|                      | Хлеб пшеничный                     | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |                                    | 330г  | 240.375      |
| Итого за день        |                                    | 1550г | 1538.381     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
23.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                                      | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша вязкая молочная пшеничная Н           | 150г  | 219.075      |
|                      | Бутерброд с маслом                         | 35г   | 40           |
|                      | Чай с молоком и сахаром Н                  | 180г  | 47.61        |
| Итого за ЗАВТРАК     |  | 365г  | 306.685      |
| ЗАВТРАК № 2          | Сок фруктовый                              | 100г  | 23           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |  | 100г  | 23           |
| О Б Е Д              | Запеканка из печени с рисом                | 165г  | 248.417      |
|                      | Суп картофельный с макаронными изделиями Н | 150г  | 83.415       |
|                      | Компот из кураги Н                         | 150г  | 76.65        |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                                | 30г   | 89.1         |
|                      | Итого за О Б Е Д                           |       | 525г         |
| ПОЛДНИК              | Йогурт питьевой                            | 150г  | 46.5         |
|                      | Печенье сахарное                           | 20г   | 278          |
| Итого за ПОЛДНИК     |  | 170г  | 324.5        |
| У Ж И Н              | Чай с лимоном и сахаром Н                  | 180г  | 24.84        |
|                      | Омлет натуральный Н                        | 100г  | 158.05       |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |  | 310г  | 255.49       |
| Итого за день        |  | 1470г | 1479.857     |

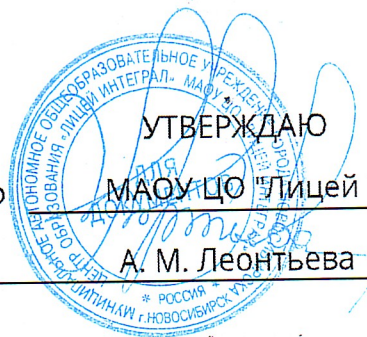
(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
22.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                                      | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша жидкая молочная кукурузная Н          | 150г  | 166.725      |
|                      | Бутерброд с повидлом                       | 40г   | 151.112      |
|                      | Кофейный напиток с молоком Н               | 180г  | 77.4         |
| Итого за ЗАВТРАК     |  | 370г  | 395.237      |
| ЗАВТРАК № 2          | Яблоки                                     | 100г  | 47           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |  | 100г  | 47           |
| О Б Е Д              | Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н | 150г  | 69.255       |
|                      | Котлета рыбная любительская (минтай) Н     | 60г   | 33.12        |
|                      | Соус молочный натуральный Н                | 10г   | 13.1         |
|                      | Картофель отварной в молоке Н              | 100г  | 126.6        |
|                      | Компот из смеси сухофруктов Н              | 150г  | 69.9         |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                                | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |  | 530г  | 473.675      |
| ПОЛДНИК              | Вафли                                      | 20г   | 163.334      |
|                      | Молоко кипяченое                           | 150г  | 76.5         |
| Итого за ПОЛДНИК     |  | 170г  | 239.834      |
| У Ж И Н              | Суп молочный с макаронными изделиями       | 150г  | 108.27       |
|                      | Чай с сахаром Н                            | 180г  | 23.76        |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |  | 360г  | 204.63       |
| Итого за день        |  | 1530г | 1360.376     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ СО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
21.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                       | Выход | Калорийность |
|----------------------|-----------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Бутерброд с маслом          | 35г   | 40           |
|                      | Макароны отварные с сыром Н | 100г  | 144.334      |
|                      | Чай с сахаром Н             | 180г  | 23.76        |
| Итого за ЗАВТРАК     |                             | 315г  | 208.094      |
| ЗАВТРАК № 2          | Сок фруктовый               | 100г* | 23           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |                             | 100г  | 23           |
| О Б Е Д              | Рассольник домашний Н       | 150г  | 78.765       |
|                      | Котлеты из курицы Н         | 60г   | 102.64       |
|                      | Соус белый основной Н       | 10г   | 6.55         |
|                      | Рис отварной Н              | 100г  | 142.334      |
|                      | Компот из изюма Н           | 150г  | 56.85        |
|                      | Хлеб пшеничный              | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                 | 30г   | 89.1         |
|                      | Итого за О Б Е Д            |       | 530г         |
| ПОЛДНИК              | Молоко кипяченое            | 150г  | 76.5         |
|                      | Пряники                     | 20г   | 244          |
| Итого за ПОЛДНИК     |                             | 170г  | 320.5        |
| У Ж И Н              | Рагу из овощей              | 150г* | 96.9         |
|                      | Напиток из шиповника        | 150г  | 45.975       |
|                      | Хлеб пшеничный              | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |                             | 330г  | 215.475      |
| Итого за день        |                             | 1445г | 1315.908     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)





Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
18.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                                      | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша жидкая молочная манная Н              | 150г  | 130.725      |
|                      | Бутерброд с повидлом                       | 40г   | 151.112      |
|                      | Чай с молоком и сахаром Н                  | 180г  | 47.61        |
| Итого за ЗАВТРАК     |  | 370г  | 329.447      |
| ЗАВТРАК № 2          | Соки овощные                               | 100г  | 56           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |  | 100г  | 56           |
| О Б Е Д              | Свекольник со сметаной                     | 150г  | 58.2         |
|                      | Картофельное пюре Н                        | 100г  | 105.534      |
|                      | Компот из смеси сухофруктов Н              | 150г  | 69.9         |
|                      | Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) Н | 60г   | 87.943       |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                                | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |  | 520г  | 483.277      |
| ПОЛДНИК              | Молоко кипяченое                           | 150г  | 76.5         |
|                      | Сухарики                                   | 20г   | 235          |
| Итого за ПОЛДНИК     |  | 170г  | 311.5        |
| У Ж И Н              | Пудинг из творога с рисом                  | 100г  | 258          |
|                      | Чай с лимоном и сахаром Н                  | 180г  | 24.84        |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |  | 310г  | 355.44       |
| Итого за день        |  | 1470г | 1535.664     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
17.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                            | Выход | Калорийность |
|----------------------|----------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 150г  | 219.075      |
|                      | Бутерброд с маслом               | 35г   | 40           |
|                      | Чай с сахаром Н                  | 180г  | 23.76        |
| Итого за ЗАВТРАК     |                                  | 365г  | 282.835      |
| ЗАВТРАК № 2          | Яблоки                           | 100г  | 47           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |                                  | 100г  | 47           |
| О Б Е Д              | Суп фасолевый Н                  | 150г  | 101.22       |
|                      | Котлеты из курицы Н              | 60г   | 102.64       |
|                      | Соус молочный натуральный Н      | 10г   | 13.1         |
|                      | Макароны отварные Н              | 100г  | 138.667      |
|                      | Компот из изюма Н                | 150г  | 56.85        |
|                      | Хлеб пшеничный                   | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                      | 30г   | 89.1         |
|                      | Итого за О Б Е Д                 |       | 530г         |
| ПОЛДНИК              | Компот из яблок Н                | 150г  | 31.125       |
|                      | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ                | 70г   | 161.875      |
| Итого за ПОЛДНИК     |                                  | 220г  | 193          |
| У Ж И Н              | Капуста тушеная                  | 150г  | 121.8        |
|                      | Напиток из шиповника             | 150г  | 45.975       |
|                      | Хлеб пшеничный                   | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |                                  | 330г  | 240.375      |
| Итого за день        |                                  | 1545г | 1337.387     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
16.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                                      | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша жидкая молочная кукурузная Н          | 150г  | 166.725      |
|                      | Бутерброд с маслом и сыром                 | 45г   | 381.17       |
|                      | Кофейный напиток с молоком Н               | 180г  | 77.4         |
| Итого за ЗАВТРАК     |  | 375г  | 625.295      |
| ЗАВТРАК № 2          | Сок фруктовый                              | 100г  | 23           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |  | 100г  | 23           |
| О Б Е Д              | Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н | 150г  | 69.255       |
|                      | Шницель из говядины Н                      | 60г   | 167.2        |
|                      | Горошница Н                                | 100г  | 136.534      |
|                      | Компот из яблок Н                          | 150г  | 31.125       |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                                | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |  | 520г  | 565.814      |
| ПОЛДНИК              | Йогурт питьевой                            | 150г  | 46.5         |
|                      | Печенье сахарное                           | 20г   | 278          |
| Итого за ПОЛДНИК     |  | 170г  | 324.5        |
| У Ж И Н              | Каша гречневая рассыпчатая Н               | 100г  | 175          |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
|                      | Молоко кипяченое                           | 150г  | 76.5         |
| Итого за У Ж И Н     |  | 280г  | 324.1        |
| Итого за день        |  | 1445г | 1862.709     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор



УТВЕРЖДАЮ  
Документ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
15.11.2022

| Прием пищи       | Блюдо  | Выход | Калорийность |
|------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК          | Каша вязкая молочная пшеничная Н             | 150г  | 217.425      |
|                  | Бутерброд с маслом                           | 35г   | 40           |
|                  | Какао с молоком Н                            | 180г  | 96.03        |
| Итого за ЗАВТРАК |  | 365г  | 353.455      |
| ЗАВТРАК № 2      | Яблоки                                       | 100г  | 47           |
|                  | Итого за ЗАВТРАК № 2                         | 100г  | 47           |
| О Б Е Д          | Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Н | 150г  | 74.16        |
|                  | Оладьи из печени по-кунцевски Н              | 60г   | 140.55       |
|                  | Картофель отварной в молоке Н                | 100г  | 126.6        |
|                  | Компот из смеси сухофруктов Н                | 150г  | 69.9         |
|                  | Хлеб пшеничный                               | 30г   | 72.6         |
|                  | Хлеб ржаной                                  | 30г   | 89.1         |
|                  | Итого за О Б Е Д                             |       | 520г         |
| ПОЛДНИК          | Молоко кипяченое                             | 150г  | 76.5         |
|                  | Пряники                                      | 20г   | 244          |
| Итого за ПОЛДНИК |  | 170г  | 320.5        |
| У Ж И Н          | Суп молочный с макаронными изделиями         | 150г  | 108.27       |
|                  | Чай с сахаром Н                              | 180г  | 23.76        |
|                  | Хлеб пшеничный                               | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н |  | 360г  | 204.63       |
| Итого за день    |  | 1515г | 1498.495     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
14.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                              | Выход | Калорийность |
|----------------------|------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша "Дружба"                      | 150г  | 134.925      |
|                      | Бутерброд с повидлом               | 40г   | 151.112      |
|                      | Чай с лимоном и сахаром Н          | 180г  | 24.84        |
| Итого за ЗАВТРАК     |                                    | 370г  | 310.877      |
| ЗАВТРАК № 2          | Сок фруктовый                      | 100г  | 23           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |                                    | 100г  | 23           |
| О Б Е Д              | Щи из свежей капусты со сметаной Н | 150г  | 74.588       |
|                      | Плов с курицей Н                   | 170г  | 270.98       |
|                      | Компот из кураги Н                 | 150г  | 76.65        |
|                      | Хлеб пшеничный                     | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                        | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |                                    | 530г  | 583.918      |
| ПОЛДНИК              | Вафли                              | 20г   | 163.334      |
|                      | Молоко кипяченое                   | 150г  | 76.5         |
| Итого за ПОЛДНИК     |                                    | 170г  | 239.834      |
| У Ж И Н              | Чай с молоком и сахаром Н          | 180г  | 47.61        |
|                      | Омлет натуральный Н                | 100г  | 158.05       |
|                      | Хлеб пшеничный                     | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |                                    | 310г  | 278.26       |
| Итого за день        |                                    | 1480г | 1435.889     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
11.11.2022

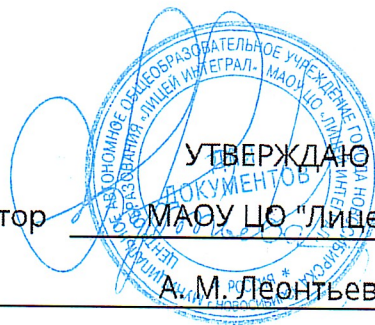
| Прием пищи           | Блюдо                                   | Выход | Калорийность |
|----------------------|---|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша жидкая молочная рисовая Н          | 150г  | 145.275      |
|                      | Бутерброд с маслом                      | 35г   | 40           |
|                      | Чай с лимоном и сахаром Н               | 180г  | 24.84        |
| Итого за ЗАВТРАК     |   | 365г  | 210.115      |
| ЗАВТРАК № 2          | Соки овощные                            | 100г  | 56           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |   | 100г  | 56           |
| О Б Е Д              | Суп гороховый Н                         | 150г  | 105.825      |
|                      | Картофель отварной в молоке Н           | 100г  | 126.6        |
|                      | Компот из изюма Н                       | 150г  | 56.85        |
|                      | Голубцы ленивые Н                       | 60г   | 72.81        |
|                      | Хлеб пшеничный                          | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                             | 30г   | 89.1         |
|                      | Итого за О Б Е Д                        |       | 520г         |
| ПОЛДНИК              | Молоко кипяченое                        | 150г  | 76.5         |
|                      | Сухарики                                | 20г   | 235          |
| Итого за ПОЛДНИК     |   | 170г  | 311.5        |
| У Ж И Н              | Сырники из творога со сгущенным молоком | 100г  | 76.4         |
|                      | Чай с сахаром Н                         | 180г  | 23.76        |
|                      | Хлеб пшеничный                          | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |   | 310г  | 172.76       |
| Итого за день        |   | 1465г | 1274.16      |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)





Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
10.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                              | Выход | Калорийность |
|----------------------|------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша вязкая молочная овсяная Н     | 150г  | 220.65       |
|                      | Бутерброд с повидлом               | 40г   | 151.112      |
|                      | Чай с сахаром Н                    | 180г  | 23.76        |
| Итого за ЗАВТРАК     |                                    | 370г  | 395.522      |
| ЗАВТРАК № 2          | Яблоки                             | 100г  | 47           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |                                    | 100г  | 47           |
| О Б Е Д              | Щи из свежей капусты со сметаной Н | 150г  | 74.588       |
|                      | Биточек из курицы Н                | 60г   | 101.12       |
|                      | Соус белый основной Н              | 10г   | 6.55         |
|                      | Макароны отварные Н                | 100г  | 138.667      |
|                      | Компот из смеси сухофруктов Н      | 150г  | 69.9         |
|                      | Хлеб пшеничный                     | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                        | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |                                    | 530г  | 552.525      |
| ПОЛДНИК              | Компот из яблок Н                  | 150г  | 31.125       |
|                      | Булочка домашняя                   | 70г   | 271.834      |
| Итого за ПОЛДНИК     |                                    | 220г  | 302.959      |
| У Ж И Н              | Капуста тушеная                    | 150г  | 121.8        |
|                      | Напиток из шиповника               | 150г  | 45.975       |
|                      | Хлеб пшеничный                     | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |                                    | 330г  | 240.375      |
| Итого за день        |                                    | 1550г | 1538.381     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"  
 А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
 Дети до 3 лет  
 09.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                                      | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша вязкая молочная пшеничная Н           | 150г  | 219.075      |
|                      | Бутерброд с маслом                         | 35г   | 40           |
|                      | Чай с молоком и сахаром Н                  | 180г  | 47.61        |
| Итого за ЗАВТРАК     |  | 365г  | 306.685      |
| ЗАВТРАК № 2          | Сок фруктовый                              | 100г  | 23           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |  | 100г  | 23           |
| О Б Е Д              | Запеканка из печени с рисом                | 165г  | 248.417      |
|                      | Суп картофельный с макаронными изделиями Н | 150г  | 83.415       |
|                      | Компот из кураги Н                         | 150г  | 76.65        |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                                | 30г   | 89.1         |
|                      | Итого за О Б Е Д                           |       | 525г         |
| ПОЛДНИК              | Йогурт питьевой                            | 150г  | 46.5         |
|                      | Печенье сахарное                           | 20г   | 278          |
| Итого за ПОЛДНИК     |  | 170г  | 324.5        |
| У Ж И Н              | Чай с лимоном и сахаром Н                  | 180г  | 24.84        |
|                      | Омлет натуральный Н                        | 100г  | 158.05       |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |  | 310г  | 255.49       |
| Итого за день        |  | 1470г | 1479.857     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
08.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                                      | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша жидкая молочная кукурузная Н          | 150г  | 166.725      |
|                      | Бутерброд с повидлом                       | 40г   | 151.112      |
|                      | Кофейный напиток с молоком Н               | 180г  | 77.4         |
| Итого за ЗАВТРАК     |  | 370г  | 395.237      |
| ЗАВТРАК № 2          | Яблоки                                     | 100г  | 47           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |  | 100г  | 47           |
| О Б Е Д              | Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н | 150г  | 69.255       |
|                      | Котлета рыбная любительская (минтай) Н     | 60г   | 33.12        |
|                      | Соус молочный натуральный Н                | 10г   | 13.1         |
|                      | Картофель отварной в молоке Н              | 100г  | 126.6        |
|                      | Компот из смеси сухофруктов Н              | 150г  | 69.9         |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                                | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |  | 530г  | 473.675      |
| ПОЛДНИК              | Вафли                                      | 20г   | 163.334      |
|                      | Молоко кипяченое                           | 150г  | 76.5         |
| Итого за ПОЛДНИК     |  | 170г  | 239.834      |
| У Ж И Н              | Суп молочный с макаронными изделиями       | 150г  | 108.27       |
|                      | Чай с сахаром Н                            | 180г  | 23.76        |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |  | 360г  | 204.63       |
| Итого за день        |  | 1530г | 1360.376     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
07.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                       | Выход | Калорийность |
|----------------------|-----------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Бутерброд с маслом          | 35г   | 40           |
|                      | Макароны отварные с сыром Н | 100г  | 144.334      |
|                      | Чай с сахаром Н             | 180г  | 23.76        |
| Итого за ЗАВТРАК     |                             | 315г  | 208.094      |
| ЗАВТРАК № 2          | Сок фруктовый               | 100г  | 23           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |                             | 100г  | 23           |
| О Б Е Д              | Рассольник домашний Н       | 150г  | 78.765       |
|                      | Котлеты из курицы Н         | 60г   | 102.64       |
|                      | Соус белый основной Н       | 10г   | 6.55         |
|                      | Рис отварной Н              | 100г  | 142.334      |
|                      | Компот из изюма Н           | 150г  | 56.85        |
|                      | Хлеб пшеничный              | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                 | 30г   | 89.1         |
|                      | Итого за О Б Е Д            |       | 530г         |
| ПОЛДНИК              | Молоко кипяченое            | 150г  | 76.5         |
|                      | Пряники                     | 20г   | 244          |
| Итого за ПОЛДНИК     |                             | 170г  | 320.5        |
| У Ж И Н              | Рагу из овощей              | 150г  | 96.9         |
|                      | Напиток из шиповника        | 150г  | 45.975       |
|                      | Хлеб пшеничный              | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |                             | 330г  | 215.475      |
| Итого за день        |                             | 1445г | 1315.908     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
03.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                            | Выход | Калорийность |
|----------------------|----------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 150г  | 219.075      |
|                      | Бутерброд с маслом               | 35г   | 40           |
|                      | Чай с сахаром Н                  | 180г  | 23.76        |
| Итого за ЗАВТРАК     |                                  | 365г  | 282.835      |
| ЗАВТРАК № 2          | Яблоки                           | 100г  | 47           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |                                  | 100г  | 47           |
| О Б Е Д              | Суп фасолевый Н                  | 150г  | 101.22       |
|                      | Котлеты из курицы Н              | 60г   | 102.64       |
|                      | Соус молочный натуральный Н      | 10г   | 13.1         |
|                      | Макароны отварные Н              | 100г  | 138.667      |
|                      | Компот из изюма Н                | 150г  | 56.85        |
|                      | Хлеб пшеничный                   | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                      | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |                                  | 530г  | 574.177      |
| ПОЛДНИК              | Компот из яблок Н                | 150г  | 31.125       |
|                      | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ                | 70г   | 161.875      |
| Итого за ПОЛДНИК     |                                  | 220г  | 193          |
| У Ж И Н              | Капуста тушеная                  | 150г  | 121.8        |
|                      | Напиток из шиповника             | 150г  | 45.975       |
|                      | Хлеб пшеничный                   | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |                                  | 330г  | 240.375      |
| Итого за день        |                                  | 1545г | 1337.387     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
02.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо                                      | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша жидкая молочная кукурузная Н          | 150г  | 166.725      |
|                      | Бутерброд с маслом и сыром                 | 45г   | 381.17       |
|                      | Кофейный напиток с молоком Н               | 180г  | 77.4         |
| Итого за ЗАВТРАК     |  | 375г  | 625.295      |
| ЗАВТРАК № 2          | Сок фруктовый                              | 100г  | 23           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |  | 100г  | 23           |
| О Б Е Д              | Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н | 150г  | 69.255       |
|                      | Шницель из говядины Н                      | 60г   | 167.2        |
|                      | Горошница Н                                | 100г  | 136.534      |
|                      | Компот из яблок Н                          | 150г  | 31.125       |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                                | 30г   | 89.1         |
| Итого за О Б Е Д     |  | 520г  | 565.814      |
| ПОЛДНИК              | Йогурт питьевой                            | 150г  | 46.5         |
|                      | Печенье сахарное                           | 20г   | 278          |
| Итого за ПОЛДНИК     |  | 170г  | 324.5        |
| У Ж И Н              | Каша гречневая рассыпчатая Н               | 100г  | 175          |
|                      | Хлеб пшеничный                             | 30г   | 72.6         |
|                      | Молоко кипяченое                           | 150г  | 76.5         |
| Итого за У Ж И Н     |  | 280г  | 324.1        |
| Итого за день        |  | 1445г | 1862.709     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ  
ДОКУМЕНТОВ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети до 3 лет  
01.11.2022

| Прием пищи           | Блюдо  | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК              | Каша вязкая молочная пшеничная Н             | 150г  | 217.425      |
|                      | Бутерброд с маслом                           | 35г   | 40           |
|                      | Какао с молоком Н                            | 180г  | 96.03        |
| Итого за ЗАВТРАК     |  | 365г  | 353.455      |
| ЗАВТРАК № 2          | Яблоки                                       | 100г  | 47           |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 |  | 100г  | 47           |
| О Б Е Д              | Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Н | 150г  | 74.16        |
|                      | Оладьи из печени по-кунцевски Н              | 60г   | 140.55       |
|                      | Картофель отварной в молоке Н                | 100г  | 126.6        |
|                      | Компот из смеси сухофруктов Н                | 150г  | 69.9         |
|                      | Хлеб пшеничный                               | 30г   | 72.6         |
|                      | Хлеб ржаной                                  | 30г   | 89.1         |
|                      | Итого за О Б Е Д                             |       | 520г         |
| ПОЛДНИК              | Молоко кипяченое                             | 150г  | 76.5         |
|                      | Пряники                                      | 20г   | 244          |
| Итого за ПОЛДНИК     |  | 170г  | 320.5        |
| У Ж И Н              | Суп молочный с макаронными изделиями         | 150г  | 108.27       |
|                      | Чай с сахаром Н                              | 180г  | 23.76        |
|                      | Хлеб пшеничный                               | 30г   | 72.6         |
| Итого за У Ж И Н     |  | 360г  | 204.63       |
| Итого за день        |  | 1515г | 1498.495     |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)