

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ

Аллергия (Б) (1,5-3 лет)

09.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая кукурузная на воде с растительным маслом	150г	116.775
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай со смородиной и сахаром	200г	30.8
Итого за ЗАВТРАК		385г	279.798
ЗАВТРАК №2	Яблоки	150г	70.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	70.5
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Запеканка из печени с рисом	165г	248.417
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Н (Аллергия, Б)	150г	74.16
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		585г	572.707
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Булочка ванильная Н	60г	177
Итого за ПОЛДНИК		240г	214.35
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	308.644
Итого за день		1780г	1445.999

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ

Аллергия (Б) (1,5-3 лет)
10.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		385г	266.773
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	Щи из свежей капусты без сметаны Н (Аллергия, Б)	150г	74.588
	Шницель из говядины Н	60г	167.2
	Горошница Н	100г	136.534
	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		580г
ПОЛДНИК	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	346.22
УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая Н	180г	315
	Чай со смородиной и сахаром	180г	27.72
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	487.92
Итого за день		1735г	1826.535

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ

Аллергия (Б) (1,5-3 лет)

11.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая кукурузная на воде с растительным маслом	150г	116.775
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		385г	275.398
ЗАВТРАК №2	Яблоки	150г	70.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	70.5
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Суп фасолевый Н	150г	101.22
	Котлеты из курицы Н	60г	102.64
	Макароны отварные с растительным маслом (Аллергия, Б)	100г	138.667
	Компот из смородины Н	180г	31.86
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		580г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70г	161.875
Итого за ПОЛДНИК		250г	199.225
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	308.644
Итого за день		1785г	1394.404

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ

Аллергия (Б) (1,5-3 лет)

12.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай со смородиной и сахаром	200г	30.8
Итого за ЗАВТРАК		385г	269.973
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	30г	18.65
	Щи из свежей капусты без сметаны Н (Аллергия, Б)	150г	74.588
	Картофель отварной с маслом растительным (Аллергия, Б)	100г	107.067
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Курица отварная (Аллергия, Б)	60г	92.9
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		580г
ПОЛДНИК	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	369.98
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	504.03
Итого за день		1735г	1825.268

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ

Аллергия (Б) (1,5-3 лет)

15.01.2024



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая кукурузная на воде с растительным маслом	150г	116.775
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		385г	275.398
ЗАВТРАК №2	Яблоки	150г	70.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	70.5
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Рассольник домашний Н (Аллергия, Б)	150г	78.765
	Котлеты из курицы Н	60г	102.64
	Рис отварной рассыпчатый с растительным маслом (Аллергия, Б)	100г	142.334
	Компот из яблок и вишни Н	180г	38.25
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		580г
ПОЛДНИК	Морс ягодный	180г	38.79
	Вафли	20г	163.334
Итого за ПОЛДНИК		200г	202.124
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	308.644
Итого за день		1735г	1384.905

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
Аллергия (Б) (1.5-3 лет)
16.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		385г	266.773
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	Щи из свежей капусты без сметаны Н (Аллергия, Б)	150г	74.588
	Картофель отварной с маслом растительным (Аллергия, Б)	100г	107.067
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Курица отварная (Аллергия, Б)	60г	92.9
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		580г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Коржик молочный	60г	239
Итого за ПОЛДНИК		240г	276.35
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	502.95
Итого за день		1775г	1714.458



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ

Аллергия (Б) (1,5-3 лет)
17.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая кукурузная на воде с растительным маслом	150г	116.775
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай со смородиной и сахаром	200г	30.8
Итого за ЗАВТРАК		385г	279.798
ЗАВТРАК №2	Яблоки	150г	70.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	70.5
ОБЕД	Горошек зеленый Н	30г	11.05
	Запеканка из печени с рисом	165г	248.417
	Суп гороховый Н	150г	105.825
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		585г
ПОЛДНИК	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	346.22
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	278.314
Итого за день		1740г	1593.804

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
Аллергия (Б) (1,5-3 лет)
18.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		385г	265.573
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Щи из свежей капусты без сметаны Н (Аллергия, Б)	150г	74.588
	Биточек из курицы Н	60г	101.12
	Макароны отварные с растительным маслом (Аллергия, Б)	100г	138.667
	Кисель из смородины	180г	46.44
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		580г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		250г	309.184
УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая Н	180г	315
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	515.37
Итого за день		1785г	1759.692

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ

Аллергия (б) (1,5-3 лет)

19.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая кукурузная на воде с растительным маслом	150г	116.775
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		385г	276.598
ЗАВТРАК №2	Яблоки	150г	70.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	70.5
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	150г	83.415
	Бигус	150г	225
	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		540г	538.335
ПОЛДНИК	Морс ягодный	180г	38.79
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	316.79
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	277.234
Итого за день		1695г	1479.457

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ

Аллергия (Б) (1,5-3 лет)

22.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		385г	266.773
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Горошек зеленый Н	30г	11.05
	Щи из свежей капусты без сметаны Н (Аллергия, Б)	150г	74.588
	Плов с курицей Н	170г	270.98
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		590г	610.298
ПОЛДНИК	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Вафли	20г	163.334
Итого за ПОЛДНИК		200г	231.554
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	502.95
Итого за день		1745г	1754.075

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ

Аллергия (Б) (1,5-3 лет)
23.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая кукурузная на воде с растительным маслом	150г	116.775
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай со смородиной и сахаром	200г	30.8
Итого за ЗАВТРАК		385г	279.798
ЗАВТРАК №2	Яблоки	150г	70.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	70.5
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Запеканка из печени с рисом	165г	248.417
	Суп крестьянский с крупой (крупка перловая) Н (Аллергия, Б)	150г	74.16
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		585г	572.707
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Булочка ванильная Н	60г	177
Итого за ПОЛДНИК		240г	214.35
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	308.644
Итого за день		1780г	1445.999

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ

Аллергия (Б) (1,5-3 лет)

24.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		385г	266.773
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	Щи из свежей капусты без сметаны Н (Аллергия, Б)	150г	74.588
	Шницель из говядины Н	60г	167.2
	Горошница Н	100г	136.534
	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		580г
ПОЛДНИК	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	346.22
УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая Н	180г	315
	Чай со смородиной и сахаром	180г	27.72
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	487.92
Итого за день		1735г	1826.535

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
Аллергия (Б) (1,5-3 лет)
26.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай со смородиной и сахаром	200г	30.8
Итого за ЗАВТРАК		385г	269.973
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	30г	18.65
	Щи из свежей капусты без сметаны Н (Аллергия, Б)	150г	74.588
	Картофель отварной с маслом растительным (Аллергия, Б)	100г	107.067
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Курица отварная (Аллергия, Б)	60г	92.9
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		580г
ПОЛДНИК	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	369.98
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	504.03
Итого за день		1735г	1825.268

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



Аллергия (Б) (1,5-3 лет)

29.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая кукурузная на воде с растительным маслом	150г	116.775
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		385г	275.398
ЗАВТРАК №2	Яблоки	150г	70.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	70.5
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Рассольник домашний Н (Аллергия, Б)	150г	78.765
	Котлеты из курицы Н	60г	102.64
	Рис отварной рассыпчатый с растительным маслом (Аллергия, Б)	100г	142.334
	Компот из яблок и вишни Н	180г	38.25
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		580г
ПОЛДНИК	Морс ягодный	180г	38.79
	Вафли	20г	163.334
Итого за ПОЛДНИК		200г	202.124
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	308.644
Итого за день		1735г	1384.905

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
Аллергия (Б) (1-5-3 лет)
30.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		385г	266.773
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	Щи из свежей капусты без сметаны Н (Аллергия, Б)	150г	74.588
	Картофель отварной с маслом растительным (Аллергия, Б)	100г	107.067
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Курица отварная (Аллергия, Б)	60г	92.9
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		580г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Коржик молочный	60г	239
Итого за ПОЛДНИК		240г	276.35
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	502.95
Итого за день		1775г	1714.458

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



Аллергия (Б) (1,5-3 лет)
31.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая кукурузная на воде с растительным маслом	150г	116.775
	Бутерброд с повидлом	35г	132.223
	Чай со смородиной и сахаром	200г	30.8
Итого за ЗАВТРАК		385г	279.798
ЗАВТРАК №2	Яблоки	150г	70.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	70.5
ОБЕД	Горошек зеленый Н	30г	11.05
	Запеканка из печени с рисом	165г	248.417
	Суп гороховый Н	150г	105.825
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		585г	618.972
ПОЛДНИК	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	346.22
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	278.314
Итого за день		1740г	1593.804

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)