

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (3-7 лет)

09.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	250г	161.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	307.075
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60г	61.2
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	250г	312
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	250г	83.795
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Итого за ОБЕД		820г
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
	Итого за ПОЛДНИК		270г
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	250г	150.38
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	295.58
Итого за день		2260г	1635.96

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (3-7 лет)

10.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	250г	178.25
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	323.45
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
	Итого за ЗАВТРАК №2		150г
ОБЕД	Борщ вегетарианский с капустой и кабачком	250г	68.82
	Рис отварной с растительным маслом	250г	372.034
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		760г	586.054
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Капуста тушеная-А	250г	463.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	609.075
Итого за день		2200г	1949.689

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ

Аллергия (Ю (3-7 лет))

11.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	250г	161.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	307.075
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Свекла отварная дольками А	60г	25.2
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	250г	312
	Щи вегетарианские из свежей капусты с кабачком	250г	60.858
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		820г	543.258
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	250г	150.38
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	295.58
Итого за день		2260г	1577.023

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"



Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (3-7 лет)

12.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	250г	178.25
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	323.45
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Свекольник вегетарианский с кабачком	250г	72.57
	Рис отварной с растительным маслом	250г	372.034
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		760г	589.804
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Капуста тушеная-А	250г	463.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	609.075
Итого за день		2200г	1953.439

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (3-7 лет)

15.01.2024



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	250г	161.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	307.075
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Икра свекольная	60г	64.81
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	250г	312
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	250г	83.795
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		820г	605.805
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	250г	150.38
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	295.58
Итого за день		2260г	1639.57

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



**МЕНЮ**

Аллергия (К) (3-7 лет)

16.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	250г	178.25
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	323.45
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Борщ вегетарианский с капустой и кабачком	250г	68.82
	Рис отварной с растительным маслом	250г	372.034
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		760г	586.054
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Капуста тушеная-А	250г	463.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	609.075
Итого за день		2200г	1949.689

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



**МЕНЮ**  
 Аллергия (К) (3-7 лет)  
 17.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	250г	161.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	307.075
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60г	61.2
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	250г	312
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	250г	83.795
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Итого за ОБЕД		820г
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	250г	150.38
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	295.58
Итого за день		2260г	1635.96

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



**МЕНЮ**

Аллергия (К) (3-7 лет)

18.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	250г	178.25
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	323.45
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Свекла отварная дольками А	60г	25.2
	Щи вегетарианские из свежей капусты с кабачком	250г	60.858
	Рис отварной с растительным маслом	250г	372.034
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		820г	603.292
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Капуста тушеная-А	250г	463.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	609.075
Итого за день		2260г	1966.927

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (3-7 лет)

19.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	250г	161.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	307.075
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	250г	312
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	250г	83.795
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		760г	540.995
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	250г	150.38
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	295.58
Итого за день		2200г	1574.76

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



**МЕНЮ**  
Аллергия (К) (3-7 лет)  
22.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	250г	178.25
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	323.45
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Щи вегетарианские из свежей капусты с кабачком	250г	60.858
	Рис отварной с растительным маслом	250г	372.034
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		760г	578.092
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Капуста тушеная-А	250г	463.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	609.075
Итого за день		2200г	1941.727

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (3-7 лет)  
23.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	250г	161.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	307.075
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60г	61.2
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	250г	312
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	250г	83.795
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		820г	602.195
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	250г	150.38
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	295.58
Итого за день		2260г	1635.96

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (3-7 лет)

24.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	250г	178.25
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	323.45
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
	Итого за ЗАВТРАК №2		150г
ОБЕД	Борщ вегетарианский с капустой и кабачком	250г	68.82
	Рис отварной с растительным маслом	250г	372.034
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		760г	586.054
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Капуста тушеная-А	250г	463.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	609.075
Итого за день		2200г	1949.689

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михасенко И.В.



**МЕНЮ**  
 Аллергия (К) (3-7 лет)  
 25.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	250г	161.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	307.075
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Свекла отварная дольками А	60г	25.2
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	250г	312
	Щи вегетарианские из свежей капусты с кабачком	250г	60.858
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		820г	543.258
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	250г	150.38
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	295.58
Итого за день		2260г	1577.023

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ  
 МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Зам.директора \_\_\_\_\_  
 Михеев И.В.



**МЕНЮ**  
 Аллергия (К) (3-7 лет)  
 26.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	250г	178.25
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	323.45
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Свекольник вегетарианский с кабачком	250г	72.57
	Рис отварной с растительным маслом	250г	372.034
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		760г	589.804
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Капуста тушеная-А	250г	463.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	609.075
Итого за день		2200г	1953.439

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (3-7 лет)

29.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	250г	161.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	307.075
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Икра свекольная	60г	64.81
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	250г	312
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	250г	83.795
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Итого за ОБЕД		820г
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
	Итого за ПОЛДНИК		270г
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	250г	150.38
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	295.58
Итого за день		2260г	1639.57

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеев И.В.



**МЕНЮ**  
 Аллергия (К) (3-7 лет)  
 30.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	250г	178.25
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	323.45
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Борщ вегетарианский с капустой и кабачком	250г	68.82
	Рис отварной с растительным маслом	250г	372.034
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		760г	586.054
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
Итого за ПОЛДНИК		270г	288.61
УЖИН	Капуста тушеная-А	250г	463.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	609.075
Итого за день		2200г	1949.689

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Мушеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (3-7 лет)

31.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	250г	161.875
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		510г	307.075
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60г	61.2
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	250г	312
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	250г	83.795
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Итого за ОБЕД		820г
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	200г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	70г	288.61
	Итого за ПОЛДНИК		270г
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	250г	150.38
	Вода кипяченая	200г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		510г	295.58
Итого за день		2260г	1635.96

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)