

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**01.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная Н	150г	130.725
	Бутерброд с позидлом	40г	151.112
	Чай с молоком и сахаром Н	180г	47.61
Итого за ЗАВТРАК		370г	329.447
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	30г	18.65
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	150г	74.588
	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		550г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Сухарики	20г	235
	Итого за ПОЛДНИК		200г
У Ж И Н	Пудинг из творога с рисом	180г	464.4
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	586.04
Итого за день		1620г	1783.602

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко

**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**04.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	150г	216.5
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		365г	327.16
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Рассольник домашний	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 яблок и вишни Н	150г	31.875
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		560г	528.414
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		200г	255.134
У Ж И Н	Рагу из овощей	180г	116.28
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	268.25
Итого за день		1625г	1425.958

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**05.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	150г	186.825
	Бутерброд с повидлом	40г	151.112
	Кофейный напиток с молоком Н	180г	77.4
Итого за ЗАВТРАК		370г	415.337
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	150г	34.5
Итого за ЗАВТРАК № 2		150г	34.5
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	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		560г
ПОЛДНИК	Коржик молочный	60г	239
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		240г	330.8
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	180г	129.924
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	250.484
Итого за день		1720г	1510.546

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)







УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**08.12.2023**

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	Сок фруктовый	150г	34.5
Итого за ЗАВТРАК № 2		150г	34.5
О Б Е Д	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	150г	83.415
	Бигус	150г	225
	Компот из изюма Н	150г	56.85
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		510г	526.965
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Сухарики	20г	235
Итого за ПОЛДНИК		200г	326.8
У Ж И Н	Сырники из творога со сгущенным молоком	180г	137.52
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	258.08
Итого за день		1625г	1356.46

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**11.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на сухом молоке	150г	134.925
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		365г	246.665
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	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		560г	588.468
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		200г	255.134
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	30г	11.05
	Чай с молоком и сахаром Н	180г	47.61
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	392.535
Итого за день		1625г	1529.802

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**12.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	150г	217.425
	Бутерброд с повидлом	40г	151.112
	Какао с молоком Н	180г	96.03
Итого за ЗАВТРАК		370г	464.567
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Винегрет с растительным маслом	30г	34.425
	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		550г
ПОЛДНИК	Булочка ванильная Н	60г	177
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		240г	268.8
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	180г	129.924
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	250.484
Итого за день		1660г	1614.186

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**13.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	150г	166.725
	Кофейный напиток с молоком Н	180г	77.4
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		365г	331.025
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	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		550г
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	180г	107.406
	Печенье сахарное	20г	278
	Итого за ПОЛДНИК		200г
У Ж И Н	Каша гречневая рассыпчатая Н	180г	315
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за У Ж И Н		400г	503.6
Итого за день		1615г	1814.595

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**14.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	150г	219.075
	Бутерброд с маслом и сыром	45г	381.17
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
Итого за ЗАВТРАК		375г	624.005
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Свекла отварная дольками Н	30г	12.6
	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 смородины Н	150г	26.55
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		560г
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	180г	146.16
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	298.13
Итого за день		1685г	1724.837

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**15.12.2023**

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	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	30г	18.65
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	150г	74.588
	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		550г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Сухарики	20г	235
Итого за ПОЛДНИК		200г	326.8
У Ж И Н	Пудинг из творога с рисом	180г	464.4
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	586.04
Итого за день		1620г	1783.602

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"



И. В. Михеенко

**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**18.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	150г	216.5
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		365г	327.16
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Рассольник домашний	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 яблок и вишни Н	150г	31.875
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		560г
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		200г	255.134
У Ж И Н	Рагу из овощей	180г	116.28
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	268.25
Итого за день		1625г	1425.958

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**19.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	150г	186.825
	Бутерброд с повидлом	40г	151.112
	Кофейный напиток с молоком Н	180г	77.4
Итого за ЗАВТРАК		370г	415.337
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	150г	34.5
Итого за ЗАВТРАК № 2		150г	34.5
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	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		560г
ПОЛДНИК	Коржик молочный	60г	239
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		240г	330.8
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	180г	129.924
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	250.484
Итого за день		1720г	1510.546

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**20.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшенная Н	150г	219.075
	Чай с молоком и сахаром Н	180г	47.61
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		365г	353.585
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	150г	34.5
Итого за ЗАВТРАК № 2		150г	34.5
О Б Е Д	Салат из белокочанной капусты с морковью Н	30г	41.2
	Запеканка из печени с рисом	165г	248.417
	Суп гороховый Н	150г	105.825
	Компот из кураги Н	150г	76.65
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		555г
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	180г	107.406
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	385.406
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	30г	11.05
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	369.765
Итого за день		1670г	1777.048

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"



И. В. Михеенко

**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**21.12.2023**

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	Свекла отварная дольками Н	30г	12.6
	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
	Кисель из смородины	150г	38.7
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		560г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Булочка домашняя	70г	271.834
	Итого за ПОЛДНИК		250г
У Ж И Н	Суп молочный с гречневой крупой Н	180г	124.848
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	276.818
Итого за день		1680г	1562.449

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**22.12.2023**

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	Сок фруктовый	150г	34.5
Итого за ЗАВТРАК № 2		150г	34.5
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	150г	83.415
	Бигус	150г	225
	Компот из изюма Н	150г	56.85
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		510г	526.965
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Сухарики	20г	235
Итого за ПОЛДНИК		200г	326.8
УЖИН	Сырники из творога со сгущенным молоком	180г	137.52
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за УЖИН		400г	258.08
Итого за день		1625г	1356.46

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**25.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на сухом молоке	150г	134.925
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		365г	246.665
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	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		560г	588.468
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		200г	255.134
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	30г	11.05
	Чай с молоком и сахаром Н	180г	47.61
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	392.535
Итого за день		1625г	1529.802

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"



И. В. Михеенко

**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**26.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	150г	217.425
	Бутерброд с повидлом	40г	151.112
	Какао с молоком Н	180г	96.03
Итого за ЗАВТРАК		370г	464.567
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Винегрет с растительным маслом	30г	34.425
	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		550г	607.335
ПОЛДНИК	Булочка ванильная Н	60г	177
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		240г	268.8
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	180г	129.924
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	250.484
Итого за день		1660г	1614.186

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"



И. В. Михеенко

**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**27.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	150г	166.725
	Кофейный напиток с молоком Н	180г	77.4
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		365г	331.025
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	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		550г	571.564
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	180г	107.406
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	385.406
У Ж И Н	Каша гречневая рассыпчатая Н	180г	315
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за У Ж И Н		400г	503.6
Итого за день		1615г	1814.595

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**28.12.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшенная Н	150г	219.075
	Бутерброд с маслом и сыром	45г	381.17
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
Итого за ЗАВТРАК		375г	624.005
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Свекла отварная дольками Н	30г	12.6
	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 смородины Н	150г	26.55
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		560г
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	180г	146.16
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	298.13
Итого за день		1685г	1724.837

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по АХР МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко



**МЕНЮ**  
**Дети до 3 лет**  
**29.12.2023**

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	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	30г	18.65
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	150г	74.588
	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		550г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Сухарики	20г	235
	Итого за ПОЛДНИК		200г
У Ж И Н	Пудинг из творога с рисом	180г	464.4
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Хлеб пшеничный	40г	96.8
Итого за У Ж И Н		400г	586.04
Итого за день		1620г	1783.602

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)