

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
02.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на сухом молоке	180г	161.91
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	276.41
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Плов с курицей Н	190г	302.86
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		690г
ПОЛДНИК	Вафли	50г	408.334
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		250г	510.334
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	60г	22.1
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		460г	433.075
Итого за день		1915г	1931.909

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет

03.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	260.91
	Бутерброд с повидлом	45г	170
	Какао с молоком Н	200г	106.7
Итого за ЗАВТРАК		425г	537.61
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Винегрет с растительным маслом	60г	68.85
	Суп крестьянский с крупой (крупя 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		690г	729.205
ПОЛДНИК	Булочка ванильная Н	60г	177
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		260г	279
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	291.76
Итого за день		2025г	1883.575

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет

04.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	180г	200.07
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	372.97
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	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		700г	675.451
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	119.34
	Печенье сахарное	50г	695
Итого за ПОЛДНИК		250г	814.34
У Ж И Н	Каша гречневая рассыпчатая Н	200г	350
	Хлеб пшеничный	50г	121
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за У Ж И Н		450г	573
Итого за день		2015г	2481.761

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева



МЕНЮ
Дети от 3 до 7 лет
05.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	262.89	
	Бутерброд с маслом и сыром	50г	423.523	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
Итого за ЗАВТРАК		430г	712.813	
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47	
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47	
О Б Е Д	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2	
	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 смородины Н	180г	31.86	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	Итого за О Б Е Д		710г	666.067
	ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ		70г	161.875	
Итого за ПОЛДНИК		270г	203.375	
У Ж И Н	Капуста тушеная	200г	162.4	
	Напиток из шиповника	200г	61.3	
	Хлеб пшеничный	50г	121	
Итого за У Ж И Н		450г	344.7	
Итого за день		1960г	1973.955	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
06.10.2023

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	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	60г	37.3
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	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		690г	611.57
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	50г	587.5
Итого за ПОЛДНИК		250г	689.5
У Ж И Н	Пудинг из творога с рисом	200г	516
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	664.6
Итого за день		2015г	2391.44

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет

09.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	180г	259.8	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9	
Итого за ЗАВТРАК		415г	373.1	
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47	
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47	
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	60г	9.1	
	Рассольник домашний	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 яблок и вишни Н	180г	38.25	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	Итого за О Б Е Д		710г	617.717
	ПОЛДНИК	Вафли	50г	408.334
Молоко кипяченое		200г	102	
Итого за ПОЛДНИК		250г	510.334	
У Ж И Н	Рагу из овощей	200г	129.2	
	Напиток из шиповника	200г	61.3	
	Хлеб пшеничный	50г	121	
Итого за У Ж И Н		450г	311.5	
Итого за день		1925г	1859.651	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Директор

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
10.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	180г	224.19	
	Бутерброд с повидлом	45г	170	
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86	
Итого за ЗАВТРАК		425г	480.19	
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200г	46	
	Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	60г	11.5	
	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		710г	566.18
	ПОЛДНИК	Коржик молочный	60г	239
Молоко кипяченое		200г	102	
Итого за ПОЛДНИК		260г	341	
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
	Хлеб пшеничный	50г	121	
Итого за У Ж И Н		450г	291.76	
Итого за день		2045г	1725.13	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет

11.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	262.89
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	402.69
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Салат из белокочанной капусты с морковью Н	60г	82.4
	Запеканка из печени с рисом	180г	271
	Суп гороховый Н	200г	141.1
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		680г
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	119.34
	Печенье сахарное	50г	695
Итого за ПОЛДНИК		250г	814.34
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	60г	22.1
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		460г	407.775
Итого за день		2005г	2418.985

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет

12.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	180г	264.78	
	Бутерброд с повидлом	45г	170	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
Итого за ЗАВТРАК		425г	461.18	
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47	
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47	
О Б Е Д	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2	
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45	
	Биточек из курицы Н	70г	117.974	
	Соус белый основной Н	20г	13.1	
	Макароны отварные Н	120г	166.4	
	Кисель из смородины	180г	46.44	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	Итого за О Б Е Д		710г	630.264
	ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
Булочка домашняя		70г	271.834	
Итого за ПОЛДНИК		270г	313.334	
У Ж И Н	Суп молочный с гречневой крупой Н	200г	138.72	
	Напиток из шиповника	200г	61.3	
	Хлеб пшеничный	50г	121	
Итого за У Ж И Н		450г	321.02	
Итого за день		1955г	1772.798	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Директор

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет

13.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая Н	180г	174.33
	Бутерброд с маслом	40г	45.715
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Итого за ЗАВТРАК	420г	247.645
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200г	111.22
	Бигус	180г	270
	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д	620г	611.14
	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г
	Сухарики	50г	587.5
Итого за ПОЛДНИК		250г	689.5
У Ж И Н	Сырники из творога со сгущенным молоком	200г	152.8
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	50г	121
	Итого за У Ж И Н	450г	300.2
Итого за день		1940г	1894.485

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
16.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на сухом молоке	180г	161.91
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
	Итого за ЗАВТРАК	415г	276.41
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Плов с курицей Н	190г	302.86
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д	690г	665.09
	ПОЛДНИК	Вафли	50г
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		250г	510.334
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	60г	22.1
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	50г	121
	Итого за У Ж И Н	460г	433.075
Итого за день		1915г	1931.909

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Директор

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
17.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	260.91
	Бутерброд с повидлом	45г	170
	Какао с молоком Н	200г	106.7
	Итого за ЗАВТРАК	425г	537.61
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Винегрет с растительным маслом	60г	68.85
	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	690г	729.205
	ПОЛДНИК	Булочка ванильная Н	60г
Молоко кипяченое		200г	102
Итого за ПОЛДНИК		260г	279
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н	450г	291.76	
Итого за день		2025г	1883.575

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
18.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	180г	200.07
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	372.97
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	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		700г
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	119.34
	Печенье сахарное	50г	695
Итого за ПОЛДНИК		250г	814.34
У Ж И Н	Каша гречневая рассыпчатая Н	200г	350
	Хлеб пшеничный	50г	121
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за У Ж И Н		450г	573
Итого за день		2015г	2481.761

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Директор

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
19.10.2023



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	262.89
	Бутерброд с маслом и сыром	50г	423.523
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		430г	712.813
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
	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 смородины Н	180г	31.86
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		710г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70г	161.875
Итого за ПОЛДНИК		270г	203.375
У Ж И Н	Капуста тушеная	200г	162.4
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	344.7
Итого за день		1960г	1973.955

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Директор

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
20.10.2023

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	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	60г	37.3
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	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		690г	611.57
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	50г	587.5
Итого за ПОЛДНИК		250г	689.5
У Ж И Н	Пудинг из творога с рисом	200г	516
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	664.6
Итого за день		2015г	2391.44

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Директор

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет

23.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	180г	259.8	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9	
Итого за ЗАВТРАК		415г	373.1	
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47	
		100г	47	
Итого за ЗАВТРАК № 2		60г	9.1	
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	200г	105.02	
	Рассольник домашний	70г	119.747	
	Котлеты из курицы Н	20г	13.1	
	Соус белый основной Н	120г	170.8	
	Рис отварной Н	180г	38.25	
	Компот из яблок и вишни Н	30г	72.6	
	Хлеб пшеничный	30г	89.1	
	Хлеб ржаной	710г	617.717	
	Итого за О Б Е Д		50г	408.334
	ПОЛДНИК	Вафли	200г	102
Молоко кипяченое		250г	510.334	
Итого за ПОЛДНИК		200г	129.2	
У Ж И Н	Рагу из овощей	200г	61.3	
	Напиток из шиповника	50г	121	
	Хлеб пшеничный	450г	311.5	
Итого за У Ж И Н		1925г	1859.651	
Итого за день				

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
24.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	180г	224.19
	Бутерброд с повидлом	45г	170
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
Итого за ЗАВТРАК		425г	480.19
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	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		710г
ПОЛДНИК	Коржик молочный	60г	239
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		260г	341
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	291.76
Итого за день		2045г	1725.13

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Директор

А. М. Леонтьева



МЕНЮ
Дети от 3 до 7 лет
25.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	262.89
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	402.69
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Салат из белокочанной капусты с морковью.Н.	60г	82.4
	Запеканка из печени с рисом	180г	271
	Суп гороховый Н	200г	141.1
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		680г
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	119.34
	Печенье сахарное	50г	695
Итого за ПОЛДНИК		250г	814.34
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	60г	22.1
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		460г	407.775
Итого за день		2005г	2418.985

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
26.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	180г	264.78	
	Бутерброд с повидлом	45г	170	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
Итого за ЗАВТРАК		425г	461.18	
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47	
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47	
О Б Е Д	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2	
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45	
	Биточек из курицы Н	70г	117.974	
	Соус белый основной Н	20г	13.1	
	Макароны отварные Н	120г	166.4	
	Кисель из смородины	180г	46.44	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	Итого за О Б Е Д		710г	630.264
	ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
Булочка домашняя		70г	271.834	
Итого за ПОЛДНИК		270г	313.334	
У Ж И Н	Суп молочный с гречневой крупой Н	200г	138.72	
	Напиток из шиповника	200г	61.3	
	Хлеб пшеничный	50г	121	
Итого за У Ж И Н		450г	321.02	
Итого за день		1955г	1772.798	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
27.10.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая Н	180г	174.33
	Бутерброд с маслом	40г	45.715
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		420г	247.645
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46
О Б Е Д	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200г	111.22
	Бигус	180г	270
	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		620г	611.14
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	50г	587.5
Итого за ПОЛДНИК		250г	689.5
У Ж И Н	Сырники из творога со сгущенным молоком	200г	152.8
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	300.2
Итого за день		1940г	1894.485

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Директор

А. М. Леонтьева



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на сухом молоке	180г	161.91
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	276.41
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Плов с курицей Н	190г	302.86
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		690г	665.09
ПОЛДНИК	Вафли	50г	408.334
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		250г	510.334
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	60г	22.1
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		460г	433.075
Итого за день		1915г	1931.909

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
 МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Директор

А. М. Леонтьева



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	260.91	
	Бутерброд с повидлом	45г	170	
	Какао с молоком Н	200г	106.7	
	Итого за ЗАВТРАК	425г	537.61	
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200г	46	
Итого за ЗАВТРАК № 2		200г	46	
О Б Е Д	Винегрет с растительным маслом	60г	68.85	
	Суп крестьянский с крупой (крупя 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	690г	729.205	
	ПОЛДНИК	Булочка ванильная Н	60г	177
		Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		260г	279	
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
	Хлеб пшеничный	50г	121	
Итого за У Ж И Н	450г	291.76		
Итого за день		2025г	1883.575	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

ПОЛДНИК