

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
 Дети (1,5-3 года)
 31.01.2023

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	
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	15г	2.275	
	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 ОБЕД		545г	475.95
	ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
Молоко кипяченое		150г	76.5	
Итого за ПОЛДНИК		170г	239.834	
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	150г	108.27	
	Чай с сахаром Н	180г	23.76	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
Итого за УЖИН		360г	204.63	
Итого за день		1545г	1362.651	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети (1,5-3 года)
30.01.2023

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
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	15г	2.875
	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 ОБЕД		545г	551.714
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150г	76.5
	Пряники	20г	244
Итого за ПОЛДНИК		170г	320.5
УЖИН	Рагу из овощей	150г	96.9
	Напиток из шиповника	150г	45.975
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		330г	215.475
Итого за день		1460г	1318.783

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети (1,5-3 года)
27.01.2023

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	Соки овощные	100г	56
Итого за ЗАВТРАК №2		100г	56
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	15г	9.4
	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 ОБЕД		535г	492.677
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150г	76.5
	Сухарики	20г	235
Итого за ПОЛДНИК		170г	311.5
УЖИН	Пудинг из творога с рисом	100г	258
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		310г	355.44
Итого за день		1485г	1545.064

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
 Директор _____
 А. М. Леонтьева

МЕНЮ
 Дети (1,5-3 года)
 26.01.2023

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
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	15г	6.3
	Суп фасолевый Н	150г	101.22
	Котлеты из курицы Н	60г	102.64
	Соус молочный натуральный Н	10г	13.1
	Макаронны отварные Н	100г	138.667
	Компот из изюма Н	150г	56.85
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		545г	580.477
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	150г	31.125
Итого за ПОЛДНИК		150г	31.125
УЖИН	Капуста тушеная	150г	121.8
	Напиток из шиповника	150г	45.975
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		330г	240.375
Итого за день		1490г	1181.812

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
 Дети (1,5-3 года)
 25.01.2023

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
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	15г	2.875
	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 ОБЕД		535г	568.689
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	150г	46.5
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		170г	324.5
УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая Н	100г	175
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Молоко кипяченое	150г	76.5
Итого за УЖИН		280г	324.1
Итого за день		1460г	1865.584

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

↓



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети (1,5-3 года)
24.01.2023

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
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	15г	17.213
	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 ОБЕД		535г	590.123
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150г	76.5
	Пряники	20г	244
Итого за ПОЛДНИК		170г	320.5
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	150г	108.27
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		360г	204.63
Итого за день		1530г	1515.708

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети (1,5-3 года)
23.01.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на сухом молоке	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
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	15г	2.275
	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 ОБЕД		545г
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
	Молоко кипяченое	150г	76.5
Итого за ПОЛДНИК		170г	239.834
УЖИН	Чай с молоком и сахаром Н	180г	47.61
	Омлет натуральный Н	100г	158.05
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		310г	278.26
Итого за день		1495г	1438.164

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети (1,5-3 года)
20.01.2023

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	Соки овощные	100г	56
Итого за ЗАВТРАК №2		100г	56
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	15г	6.3
	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 ОБЕД		535г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150г	76.5
	Сухарики	20г	235
Итого за ПОЛДНИК		170г	311.5
УЖИН	Сырники из творога со сгущенным молоком	100г	76.4
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		310г	172.76
Итого за день		1480г	1280.46

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети (1,5-3 года)
19.01.2023

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
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	15г	9.4
	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 ОБЕД		545г	561.925
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	150г	31.125
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		220г	302.959
УЖИН	Капуста тушеная	150г	121.8
	Напиток из шиповника	150г	45.975
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		330г	240.375
Итого за день		1565г	1547.781

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети (1,5-3 года)
18.01.2023

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
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью Н	15г	20.6
	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 ОБЕД		540г	590.782
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	150г	46.5
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		170г	324.5
УЖИН	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Омлет натуральный Н	100г	158.05
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		310г	255.49
Итого за день		1485г	1500.457

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

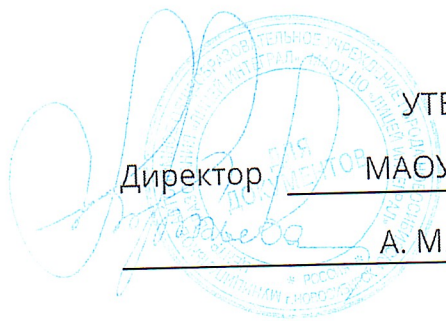
МЕНЮ
Дети (1,5-3 года)
17.01.2023

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
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	15г	2.275
	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 ОБЕД		545г
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
	Молоко кипяченое	150г	76.5
Итого за ПОЛДНИК		170г	239.834
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	150г	108.27
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		360г	204.63
Итого за день		1545г	1362.651

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети (1,5-3 года)
16.01.2023

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
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	15г	2.875
	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 ОБЕД		545г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150г	76.5
	Пряники	20г	244
Итого за ПОЛДНИК		170г	320.5
УЖИН	Рагу из овощей	150г	96.9
	Напиток из шиповника	150г	45.975
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		330г	215.475
Итого за день		1460г	1318.783



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети (1,5-3 года)
13.01.2023

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	Соки овощные	100г	56
Итого за ЗАВТРАК №2		100г	56
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	15г	9.4
	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 ОБЕД		535г	492.677
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150г	76.5
	Сухарики	20г	235
Итого за ПОЛДНИК		170г	311.5
УЖИН	Пудинг из творога с рисом	100г	258
	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24.84
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		310г	355.44
Итого за день		1485г	1545.064

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети (1,5-3 года)

12.01.2023

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
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	15г	6.3
	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 ОБЕД		545г	580.477
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	150г	31.125
Итого за ПОЛДНИК		150г	31.125
УЖИН	Капуста тушеная	150г	121.8
	Напиток из шиповника	150г	45.975
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		330г	240.375
Итого за день		1490г	1181.812

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети (1,5-3 года)

11.01.2023

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
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	15г	2.875
	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 ОБЕД		535г	568.689
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	150г	46.5
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		170г	324.5
УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая Н	100г	175
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Молоко кипяченое	150г	76.5
Итого за УЖИН		280г	324.1
Итого за день		1460г	1865.584

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

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

МЕНЮ
 Дети (1,5-3 года)
 10.01.2023

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
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	15г	17.213
	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 ОБЕД		535г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150г	76.5
	Пряники	20г	244
Итого за ПОЛДНИК		170г	320.5
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	150г	108.27
	Чай с сахаром Н	180г	23.76
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за УЖИН		360г	204.63
Итого за день		1530г	1515.708

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

МЕНЮ
 Дети (1,5-3 года)
 09.01.2023

УТВЕРЖДАЮ

Директор
 МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕРПАЛ"

А. М. Леонтьева

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на сухом молоке	150г	134,925
	Бутерброд с повидлом	40г	151,112
Итого за ЗАВТРАК	Чай с лимоном и сахаром Н	180г	24,84
		370г	310,877
ЗАВТРАК №2	Сок фрруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК №2		100г	23
ОБЕД	Орррец в нарезке Н	15г	2,275
	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 ОБЕД		545г	586,193
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163,334
	Молоко кипяченое	150г	76,5
Итого за ПОЛДНИК		170г	239,834
УЖИН	Чай с молоком и сахаром Н	180г	47,61
	Омлет натруральный Н	100г	158,05
	Хлеб пшеничный	30г	72,6
		310г	278,26
Итого за УЖИН		310г	278,26
Итого за день		1495г	1438,164

(подпись) _____
 (расшифровка подписи)