

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В. Михеенко

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет

03.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	40 г	45.715
	Макароны отварные с сыром Н	180 г	259.8
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		420 г	331.915
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200 г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200 г	46
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	60 г	37.6
	Рассольник домашний	200 г	105.02
	Котлеты из курицы Н	70 г	119.747
	Соус белый основной Н	20 г	13.1
	Рис отварной Н	120 г	170.8
	Компот из яблок и вишни Н	180 г	38.25
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		710 г	646.217
ПОЛДНИК	Вафли	50 г	265
	Молоко кипяченое	200 г	102
Итого за ПОЛДНИК		250 г	367
УЖИН	Рагу из овощей	200 г	129.2
	Напиток из шиповника	200 г	61.3
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		450 г	311.5
Итого за день		2030 г	1702.632

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет

04.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	180 г	224.19	
	Бутерброд с повидлом	45 г	170	
	Кофейный напиток с молоком Н	200 г	86	
Итого за ЗАВТРАК		425 г	480.19	
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100 г	47	
	Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	47
ОБЕД	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60 г	59.4	
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200 г	92.34	
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	70 г	38.64	
	Соус молочный натуральный Н	20 г	26.2	
	Картофель отварной в молоке Н	120 г	151.92	
	Компот из смеси сухофруктов Н	180 г	83.88	
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6	
	Хлеб ржаной	30 г	89.1	
	Итого за ОБЕД		710 г	614.08
	ПОЛДНИК	Кисель из брусники Н	200 г	60.7
Коржик молочный		60 г	239	
Итого за ПОЛДНИК		260 г	299.7	
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200 г	144.36	
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4	
	Хлеб пшеничный	50 г	121	
Итого за УЖИН		450 г	291.76	
Итого за день		1945 г	1732.73	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В. Михеенко

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет

05.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180 г	262.89
	Бутерброд с маслом	40 г	45.715
	Чай с молоком и сахаром Н	200 г	52.9
Итого за ЗАВТРАК		420 г	361.505
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200 г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200 г	46
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	60 г	68.85
	Суп гороховый Н	200 г	141.1
	Печень говяжья по-строгановски Н	90 г	348.975
	Макароны отварные Н	120 г	166.4
	Компот из кураги Н	180 г	91.98
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		710 г	979.005
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200 г	119.34
	Печенье сахарное	50 г	695
Итого за ПОЛДНИК		250 г	814.34
УЖИН	Горошек зеленый Н	60 г	22.1
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
	Омлет натуральный Н	150 г	237.075
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		460 г	407.775
Итого за день		2040 г	2608.625

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В. Михеенко



**МЕНЮ**  
Дети от 3 до 7 лет  
06.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	180 г	264.78
	Бутерброд с повидлом	45 г	170
	Какао с молоком Н	200 г	106.7
Итого за ЗАВТРАК		425 г	541.48
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100 г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	47
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60 г	25.2
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200 г	99.45
	Кисель из смородины	180 г	46.44
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Жаркое по - домашнему с птицей	180 г	259.07
Итого за ОБЕД		680 г	591.86
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200 г	41.5
	Булочка домашняя	70 г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		270 г	313.334
УЖИН	Суп молочный с гречневой крупой Н	200 г	138.72
	Напиток из шиповника	200 г	61.3
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		450 г	321.02
Итого за день		1925 г	1814.694

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

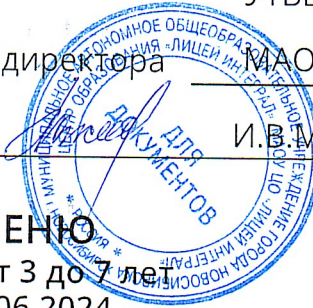
УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

**МЕНЮ**  
Дети от 3 до 7 лет  
07.06.2024



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая Н	180 г	174.33
	Бутерброд с маслом	40 г	45.715
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		420 г	247.645
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200 г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200 г	46
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200 г	111.22
	Бигус	180 г	270
	Компот из изюма Н	180 г	68.22
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		620 г	611.14
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200 г	102
	Пряники	50 г	610
Итого за ПОЛДНИК		250 г	712
УЖИН	Сырники из творога со сгущенным молоком	200 г	152.8
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		450 г	300.2
Итого за день		1940 г	1916.985

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко



Дети от 3 до 7 лет  
10.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на сухом молоке	180 г	161.91
	Бутерброд с повидлом	45 г	170
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		425 г	359.51
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100 г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	47
ОБЕД	Салат из свеклы с изюмом	60 г	74.4
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200 г	99.45
	Плов с курицей Н	190 г	302.86
	Компот из кураги Н	180 г	91.98
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		690 г	730.39
ПОЛДНИК	Вафли	50 г	265
	Молоко кипяченое	200 г	102
Итого за ПОЛДНИК		250 г	367
УЖИН	Горошек зеленый Н	60 г	22.1
	Чай с молоком и сахаром Н	200 г	52.9
	Омлет натуральный Н	150 г	237.075
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		460 г	433.075
Итого за день		1925 г	1936.975

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко



**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет

11.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180 г	260.91	
	Бутерброд с маслом	40 г	45.715	
	Какао с молоком Н	200 г	106.7	
Итого за ЗАВТРАК		420 г	413.325	
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200 г	46	
Итого за ЗАВТРАК № 2		200 г	46	
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	60 г	68.85	
	Суп картофельный с клецками Н	200 г	94.06	
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	70 г	163.975	
	Соус молочный натуральный Н	20 г	26.2	
	Картофель отварной в молоке Н	120 г	151.92	
	Компот из смеси сухофруктов Н	180 г	83.88	
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6	
	Хлеб ржаной	30 г	89.1	
	Итого за ОБЕД		710 г	750.585
	ПОЛДНИК	Кисель из облепихи Н	200 г	58.8
Булочка ванильная Н		60 г	177	
Итого за ПОЛДНИК		260 г	235.8	
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200 г	144.36	
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4	
	Хлеб пшеничный	50 г	121	
Итого за УЖИН		450 г	291.76	
Итого за день		2040 г	1737.47	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет

13.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180 г	262.89
	Бутерброд с маслом и сыром	50 г	423.523
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		430 г	712.813
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200 г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200 г	46
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60 г	25.2
	Суп фасолевый Н	200 г	134.96
	Макароны отварные Н	120 г	166.4
	Компот из смородины Н	180 г	31.86
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Гуляш из мяса курицы	90 г	334.125
	Итого за ОБЕД		710 г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200 г	41.5
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70 г	161.875
Итого за ПОЛДНИК		270 г	203.375
УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая Н	200 г	350
	Хлеб пшеничный	50 г	121
	Молоко кипяченое	200 г	102
Итого за УЖИН		450 г	573
Итого за день		2060 г	2389.433

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко



**МЕНЮ**  
Дети от 3 до 7 лет  
14.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная Н	180 г	156.87
	Бутерброд с повидлом	45 г	170
	Чай с молоком и сахаром Н	200 г	52.9
Итого за ЗАВТРАК		425 г	379.77
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100 г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	47
ОБЕД	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200 г	99.45
	Картофельное пюре Н	120 г	126.64
	Компот из смеси сухофруктов Н	180 г	83.88
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) Н	90 г	131.915
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		650 г	603.585
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200 г	102
	Пряники	50 г	610
Итого за ПОЛДНИК		250 г	712
УЖИН	Пудинг из творога с рисом	200 г	516
	Молоко сгущенное	30 г	98.1
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		480 г	762.7
Итого за день		1905 г	2505.055

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко



**МЕНЮ**  
Дети от 3 до 7 лет  
17.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	40 г	45.715
	Макароны отварные с сыром Н	180 г	259.8
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		420 г	331.915
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200 г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200 г	46
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	60 г	37.6
	Рассольник домашний	200 г	105.02
	Котлеты из курицы Н	70 г	119.747
	Соус белый основной Н	20 г	13.1
	Рис отварной Н	120 г	170.8
	Компот из яблок и вишни Н	180 г	38.25
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		710 г	646.217
ПОЛДНИК	Вафли	50 г	265
	Молоко кипяченое	200 г	102
Итого за ПОЛДНИК		250 г	367
УЖИН	Рагу из овощей	200 г	129.2
	Напиток из шиповника	200 г	61.3
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		450 г	311.5
Итого за день		2030 г	1702.632

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет  
18.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	180 г	224.19
	Бутерброд с повидлом	45 г	170
	Кофейный напиток с молоком Н	200 г	86
Итого за ЗАВТРАК		425 г	480.19
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100 г	47
	Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г
ОБЕД	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	60 г	59.4
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200 г	92.34
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	70 г	38.64
	Соус молочный натуральный Н	20 г	26.2
	Картофель отварной в молоке Н	120 г	151.92
	Компот из смеси сухофруктов Н	180 г	83.88
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		710 г
ПОЛДНИК	Кисель из брусники Н	200 г	60.7
	Коржик молочный	60 г	239
Итого за ПОЛДНИК		260 г	299.7
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200 г	144.36
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		450 г	291.76
Итого за день		1945 г	1732.73

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

М.В.Михеенко

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет

19.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшенная Н	180 г	262.89
	Бутерброд с маслом	40 г	45.715
	Чай с молоком и сахаром Н	200 г	52.9
Итого за ЗАВТРАК		420 г	361.505
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200 г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200 г	46
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	60 г	68.85
	Суп гороховый Н	200 г	141.1
	Печень говяжья по-строгановски Н	90 г	348.975
	Макароны отварные Н	120 г	166.4
	Компот из кураги Н	180 г	91.98
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		710 г	979.005
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200 г	119.34
	Печенье сахарное	50 г	695
Итого за ПОЛДНИК		250 г	814.34
УЖИН	Горошек зеленый Н	60 г	22.1
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
	Омлет натуральный Н	150 г	237.075
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		460 г	407.775
Итого за день		2040 г	2608.625

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко



**МЕНЮ**  
Дети от 3 до 7 лет  
20.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	180 г	264.78
	Бутерброд с повидлом	45 г	170
	Какао с молоком Н	200 г	106.7
Итого за ЗАВТРАК		425 г	541.48
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100 г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	47
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60 г	25.2
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200 г	99.45
	Кисель из смородины	180 г	46.44
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Жаркое по - домашнему с птицей	180 г	259.07
Итого за ОБЕД		680 г	591.86
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200 г	41.5
	Булочка домашняя	70 г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		270 г	313.334
УЖИН	Суп молочный с гречневой крупой Н	200 г	138.72
	Напиток из шиповника	200 г	61.3
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		450 г	321.02
Итого за день		1925 г	1814.694

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет

21.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая Н	180 г	174.33
	Бутерброд с маслом	40 г	45.715
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		420 г	247.645
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200 г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200 г	46
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200 г	111.22
	Бигус	180 г	270
	Компот из изюма Н	180 г	68.22
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		620 г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200 г	102
	Пряники	50 г	610
Итого за ПОЛДНИК		250 г	712
УЖИН	Сырники из творога со сгущенным молоком	200 г	152.8
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		450 г	300.2
Итого за день		1940 г	1916.985

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет

24.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на сухом молоке	180 г	161.91
	Бутерброд с повидлом	45 г	170
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		425 г	359.51
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100 г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	47
ОБЕД	Салат из свеклы с изюмом	60 г	74.4
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200 г	99.45
	Плов с курицей Н	190 г	302.86
	Компот из кураги Н	180 г	91.98
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		690 г	730.39
ПОЛДНИК	Вафли	50 г	265
	Молоко кипяченое	200 г	102
Итого за ПОЛДНИК		250 г	367
УЖИН	Горошек зеленый Н	60 г	22.1
	Чай с молоком и сахаром Н	200 г	52.9
	Омлет натуральный Н	150 г	237.075
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		460 г	433.075
Итого за день		1925 г	1936.975

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко



Дети от 3 до 7 лет  
25.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180 г	260.91	
	Бутерброд с маслом	40 г	45.715	
	Какао с молоком Н	200 г	106.7	
Итого за ЗАВТРАК		420 г	413.325	
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200 г	46	
Итого за ЗАВТРАК № 2		200 г	46	
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	60 г	68.85	
	Суп картофельный с клецками Н	200 г	94.06	
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	70 г	163.975	
	Соус молочный натуральный Н	20 г	26.2	
	Картофель отварной в молоке Н	120 г	151.92	
	Компот из смеси сухофруктов Н	180 г	83.88	
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6	
	Хлеб ржаной	30 г	89.1	
	Итого за ОБЕД		710 г	750.585
	ПОЛДНИК	Кисель из облепихи Н	200 г	58.8
Булочка ванильная Н		60 г	177	
Итого за ПОЛДНИК		260 г	235.8	
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200 г	144.36	
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4	
	Хлеб пшеничный	50 г	121	
Итого за УЖИН		450 г	291.76	
Итого за день		2040 г	1737.47	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет

26.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	180 г	200.07
	Бутерброд с повидлом	45 г	170
	Кофейный напиток с молоком Н	200 г	86
Итого за ЗАВТРАК		425 г	456.07
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100 г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	47
ОБЕД	Салат из моркови с курагой	60 г	40.8
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200 г	92.34
	Шницель из говядины Н	70 г	195.067
	Горошница Н	130 г	177.494
	Компот из яблок Н	180 г	37.35
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		700 г	704.751
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200 г	119.34
	Печенье сахарное	50 г	695
Итого за ПОЛДНИК		250 г	814.34
УЖИН	Напиток из шиповника	200 г	61.3
	Хлеб пшеничный	50 г	121
	Вареники ленивые отварные с маслом	200 г	421.936
Итого за УЖИН		450 г	604.236
Итого за день		1925 г	2626.397

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко



**МЕНЮ**  
Дети от 3 до 7 лет  
27.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180 г	262.89
	Бутерброд с маслом и сыром	50 г	423.523
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		430 г	712.813
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	200 г	46
Итого за ЗАВТРАК № 2		200 г	46
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60 г	25.2
	Суп фасолевый Н	200 г	134.96
	Макароны отварные Н	120 г	166.4
	Компот из смородины Н	180 г	31.86
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Гуляш из мяса курицы	90 г	334.125
	Итого за ОБЕД		710 г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200 г	41.5
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70 г	161.875
Итого за ПОЛДНИК		270 г	203.375
УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая Н	200 г	350
	Хлеб пшеничный	50 г	121
	Молоко кипяченое	200 г	102
Итого за УЖИН		450 г	573
Итого за день		2060 г	2389.433

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет

28.06.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная Н	180 г	156.87
	Бутерброд с повидлом	45 г	170
	Чай с молоком и сахаром Н	200 г	52.9
Итого за ЗАВТРАК		425 г	379.77
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100 г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100 г	47
ОБЕД	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200 г	99.45
	Картофельное пюре Н	120 г	126.64
	Компот из смеси сухофруктов Н	180 г	83.88
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) Н	90 г	131.915
	Хлеб пшеничный	30 г	72.6
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		650 г	603.585
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200 г	102
	Пряники	50 г	610
Итого за ПОЛДНИК		250 г	712
УЖИН	Пудинг из творога с рисом	200 г	516
	Молоко сгущенное	30 г	98.1
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
	Хлеб пшеничный	50 г	121
Итого за УЖИН		480 г	762.7
Итого за день		1905 г	2505.055

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)