

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
02.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	250 г	362.375
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		525 г
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	100 г	42
	Суп фасолевый Н	250 г	168.7
	Печень говяжья по-строгановски Н	100 г	387.75
	Картофельное пюре Н	180 г	189.96
	Компот из чернослива Н	200 г	108.1
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		920 г
Итого за день		1445 г	1717.585

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
03.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Горошек зеленый Н	30 г	11.05
	Чай с молоком и сахаром Н	200 г	52.9
	Омлет натуральный Н	180 г	284.49
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		485 г
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	100 г	19.167
	Рассольник Ленинградский Н	250 г	141.625
	Фрикадельки из говядины Н	90 г	172.125
	Соус красный основной	20 г	14.72
	Макароны отварные Н	180 г	249.6
	Компот из смородины Н	200 г	35.4
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		930 г	866.937
Итого за день		1415 г	1413.377

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
04.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	250 г	311.375
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		525 г
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	100 г	15.167
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	250 г	124.313
	Биточек из курицы Н	90 г	151.68
	Соус сметанный натуральный Н	20 г	38.08
	Горошница Н	180 г	245.76
	Компот из яблок и вишни Н	200 г	42.5
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		930 г
Итого за день		1455 г	1388.775

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
06.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15 г	54.55
	Каша вязкая молочная овсяная Н	250 г	367.75
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ЗАВТРАК		540 г	646.7
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	100 г	19.167
	Рассольник домашний Н	250 г	131.275
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	100 г	55.2
	Соус молочный натуральный Н	20 г	26.2
	Рис отварной Н	180 г	256.2
	Компот из чернослива Н	200 г	108.1
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		940 г	830.442
Итого за день		1480 г	1477.142

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
07.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	250 г	277.875
	Какао с молоком Н	200 г	106.7
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ЗАВТРАК		525 г	582.575
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	100 г	114.75
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	250 г	115.425
	Тефтели из говядины с рисом Н	90 г	159.15
	Соус белый основной Н	20 г	13.1
	Картофель отварной в молоке Н	180 г	227.88
	Компот из клубники Н	200 г	29.3
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		930 г	893.905
Итого за день		1455 г	1476.48

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
08.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	250 г	365.125
	Чай с молоком и сахаром Н	200 г	52.9
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		525 г
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	100 г	19.167
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250 г	139
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	100 г	234.25
	Каша перловая рассыпчатая Н	180 г	246.24
	Компот из кураги	200 г	121.4
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		920 г
Итого за день		1445 г	1610.382

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
10.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Горошек зеленый Н	30 г	11.05
	Омлет натуральный	180 г	284.52
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		485 г
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	100 г	42
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	250 г	124.313
	Бефстроганов из отварной говядины Н	100 г	188.4
	Макароны отварные Н	180 г	249.6
	Компот из смородины Н	200 г	35.4
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		920 г
Итого за день		1405 г	1395.183

(должность)

(подпись)

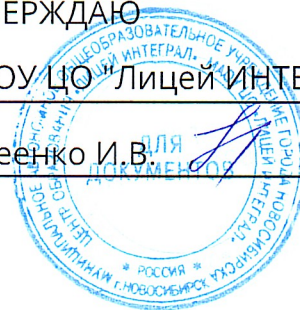
(расшифровка подписи)

Зам.директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
11.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15 г	54.55
	Каша жидкая молочная пшеничная Н	250 г	260.375
	Кофейный напиток с молоком Н	200 г	86
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		540 г
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	100 г	15.167
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	250 г	115.425
	Шницель из курицы Н	90 г	151.68
	Соус сметанный Н	20 г	19.04
	Каша гречневая рассыпчатая Н	180 г	315
	Компот из яблок Н	200 г	41.5
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		930 г
Итого за день		1470 г	1491.037

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
13.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	250 г	365.125
	Какао с молоком Н	200 г	106.7
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК	525 г	669.825
ОБЕД	Салат из свеклы с изюмом	100 г	124
	Рассольник Ленинградский Н	250 г	141.625
	Плов из отварной говядины Н	250 г	427.375
	Компот из кураги Н	200 г	102.2
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД	890 г	1029.5
Итого за день		1415 г	1699.325

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Зам.директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
14.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	250 г	367.75
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ЗАВТРАК		525 г	593.35
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	100 г	15.167
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Н	250 г	123.6
	Котлеты из курицы Н	90 г	153.96
	Соус молочный натуральный Н	20 г	26.2
	Картофель отварной в молоке Н	180 г	227.88
	Компот из смеси сухофруктов Н	200 г	93.2
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		930 г	874.307
Итого за день		1455 г	1467.657

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеев И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
15.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	250 г	277.875
	Кофейный напиток с молоком Н	200 г	86
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ЗАВТРАК		525 г	561.875
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	100 г	62.667
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	250 г	115.425
	Шницель из говядины Н	90 г	250.8
	Соус белый основной Н	20 г	13.1
	Горошница Н	180 г	245.76
	Компот из яблок Н	200 г	41.5
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		930 г	963.552
Итого за день		1455 г	1525.427

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
16.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	250 г	362.375
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		525 г
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	100 г	42
	Суп фасолевый Н	250 г	168.7
	Печень говяжья по-строгановски Н	100 г	387.75
	Картофельное пюре Н	180 г	189.96
	Компот из чернослива Н	200 г	108.1
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		920 г	1130.81
Итого за день		1445 г	1717.585

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
17.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Горошек зеленый Н	30 г	11.05
	Чай с молоком и сахаром Н	200 г	52.9
	Омлет натуральный Н	180 г	284.49
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ЗАВТРАК		485 г	546.44
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	100 г	19.167
	Рассольник Ленинградский Н	250 г	141.625
	Фрикадельки из говядины Н	90 г	172.125
	Соус красный основной	20 г	14.72
	Макароны отварные Н	180 г	249.6
	Компот из смородины Н	200 г	35.4
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		930 г	866.937
Итого за день		1415 г	1413.377

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
18.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	250 г	311.375
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК	525 г	536.975
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	100 г	15.167
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	250 г	124.313
	Биточек из курицы Н	90 г	151.68
	Соус сметанный натуральный Н	20 г	38.08
	Горошница Н	180 г	245.76
	Компот из яблок и вишни Н	200 г	42.5
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД	930 г	851.8
Итого за день	1455 г	1388.775	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
20.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15 г	54.55
	Каша вязкая молочная овсяная Н	250 г	367.75
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		540 г
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	100 г	19.167
	Рассольник домашний Н	250 г	131.275
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	100 г	55.2
	Соус молочный натуральный Н	20 г	26.2
	Рис отварной Н	180 г	256.2
	Компот из чернослива Н	200 г	108.1
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		940 г
Итого за день		1480 г	1477.142

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
21.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	250 г	277.875
	Какао с молоком Н	200 г	106.7
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ЗАВТРАК		525 г	582.575
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	100 г	114.75
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	250 г	115.425
	Тефтели из говядины с рисом Н	90 г	159.15
	Соус белый основной Н	20 г	13.1
	Картофель отварной в молоке Н	180 г	227.88
	Компот из клубники Н	200 г	29.3
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		930 г	893.905
Итого за день		1455 г	1476.48

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
Зам.директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"
Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
22.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшенная Н	250 г	365.125
	Чай с молоком и сахаром Н	200 г	52.9
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ЗАВТРАК		525 г	616.025
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	100 г	19.167
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250 г	139
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	100 г	234.25
	Каша перловая рассыпчатая Н	180 г	246.24
	Компот из кураги	200 г	121.4
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		920 г	994.357
Итого за день		1445 г	1610.382

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
23.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	250 г	311.375
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ЗАВТРАК		525 г	535.775
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	100 г	15.167
	Суп гороховый Н	250 г	176.375
	Биточек из курицы Н	90 г	151.68
	Соус белый основной Н	20 г	13.1
	Картофель отварной в молоке Н	180 г	227.88
	Компот из смеси сухофруктов Н	200 г	93.2
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		930 г
Итого за день		1455 г	1447.477

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
24.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Горошек зеленый Н	30 г	11.05
	Омлет натуральный	180 г	284.52
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		485 г
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	100 г	42
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	250 г	124.313
	Бефстроганов из отварной говядины Н	100 г	188.4
	Макароны отварные Н	180 г	249.6
	Компот из смородины Н	200 г	35.4
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		920 г
Итого за день		1405 г	1395.183

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
25.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15 г	54.55
	Каша жидкая молочная пшеничная Н	250 г	260.375
	Кофейный напиток с молоком Н	200 г	86
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		540 г
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	100 г	15.167
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	250 г	115.425
	Шницель из курицы Н	90 г	151.68
	Соус сметанный Н	20 г	19.04
	Каша гречневая рассыпчатая Н	180 г	315
	Компот из яблок Н	200 г	41.5
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		930 г
Итого за день		1470 г	1491.037

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Зам.директора

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
27.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшениная Н	250 г	365.125
	Какао с молоком Н	200 г	106.7
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ЗАВТРАК		525 г	669.825
ОБЕД	Салат из свеклы с изюмом	100 г	124
	Рассольник Ленинградский Н	250 г	141.625
	Плов из отварной говядины Н	250 г	427.375
	Компот из кураги Н	200 г	102.2
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		890 г	1029.5
Итого за день		1415 г	1699.325

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Зам.директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
28.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	250 г	367.75
	Чай с лимоном и сахаром Н	200 г	27.6
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ЗАВТРАК		525 г	593.35
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	100 г	15.167
	Суп крестьянский с крупой (крупка перловая) Н	250 г	123.6
	Котлеты из курицы Н	90 г	153.96
	Соус молочный натуральный Н	20 г	26.2
	Картофель отварной в молоке Н	180 г	227.88
	Компот из смеси сухофруктов Н	200 г	93.2
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
Итого за ОБЕД		930 г	874.307
Итого за день		1455 г	1467.657

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

ДЛЯ
ДОКУМЕНТОВ

МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
29.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	250 г	277.875
	Кофейный напиток с молоком Н	200 г	86
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		525 г
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	100 г	62.667
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	250 г	115.425
	Шницель из говядины Н	90 г	250.8
	Соус белый основной Н	20 г	13.1
	Горошница Н	180 г	245.76
	Компот из яблок Н	200 г	41.5
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		930 г
Итого за день		1455 г	1525.427

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
Зам.директора _____
Михеенко И.В. _____



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
30.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	250 г	362.375
	Чай с сахаром Н	200 г	26.4
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		525 г
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	100 г	42
	Суп фасолевый Н	250 г	168.7
	Печень говяжья по-строгановски Н	100 г	387.75
	Картофельное пюре Н	180 г	189.96
	Компот из чернослива Н	200 г	108.1
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		920 г
Итого за день		1445 г	1717.585

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
КЦСОН (5-11 класс)
31.05.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Горошек зеленый Н	30 г	11.05
	Чай с молоком и сахаром Н	200 г	52.9
	Омлет натуральный Н	180 г	284.49
	Хлеб пшеничный	45 г	108.9
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		485 г
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	100 г	19.167
	Рассольник Ленинградский Н	250 г	141.625
	Фрикадельки из говядины Н	90 г	172.125
	Соус красный основной	20 г	14.72
	Макароны отварные Н	180 г	249.6
	Компот из смородины Н	200 г	35.4
	Хлеб пшеничный	60 г	145.2
	Хлеб ржаной	30 г	89.1
	Итого за ОБЕД		930 г
Итого за день		1415 г	1413.377

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)