

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
01.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	150г	216.5
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		395г	351.8
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Рассольник домашний	200г	105.02
	Котлеты из курицы Н	75г	128.3
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Рис отварной Н	150г	213.5
	Компот из изюма Н	200г	75.8
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		795г
ПОЛДНИК	Пряники	70г	854
	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ПОЛДНИК		270г	900
Итого за день		1460г	2030.92

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
02.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	200г	222.3
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	417.2
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	75г	41.4
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Картофель отварной в молоке Н	150г	189.9
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		795г	688.84
ПОЛДНИК	Вафли	70г	571.667
	Молоко кипяченое	200г	102
	Яблоки	120г	56.4
Итого за ПОЛДНИК		390г	730.067
Итого за день		1630г	1836.107

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

ЛДП

03.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	200г	292.1
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	453.9
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200г	111.22
	Печень говяжья по-строгановски Н	80г	310.2
	Каша перловая рассыпчатая Н	150г	205.2
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		780г	972.22
ПОЛДНИК	Кефир	200г	120
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1093
Итого за день		1495г	2519.12

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
04.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	200г	294.2
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	429.5
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	60г	37.6
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Биточек из курицы Н	75г	126.4
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Макароны отварные Н	150г	208
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		795г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		270г	313.334
Итого за день		1510г	1554.884

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
05.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая Н	200г	193.7
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	330.2
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
	Суп гороховый Н	200г	141.1
	Картофель отварной в молоке Н	150г	189.9
	Компот из изюма Н	200г	75.8
	Голубцы ленивые Н	75г	91.013
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		775г	757.313
ПОЛДНИК	Соки овощные	200г	112
	Чоко-Пай	30г	133.5
Итого за ПОЛДНИК		230г	245.5
Итого за день		1450г	1333.013

{должность}

{подпись}

{расшифровка подписи}

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

_____ А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
06.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшеничная Н	200г	208.3
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	403.2
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	60г	37.3
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Шницель из курицы Н	75г	126.4
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Каша гречневая рассыпчатая Н	150г	262.5
	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		795г	807.44
ПОЛДНИК	Печенье сахарное	70г	973
	Яблоки	120г	56.4
Итого за ПОЛДНИК		190г	1029.4
Итого за день		1430г	2240.04

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

_____ А. М. Леонтьева

МЕНЮ

ЛДП

08.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15г	54.55
	Каша "Дружба"	200г	179.9
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		460г	370.95
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Рассольник Ленинградский Н	200г	113.3
	Плов с курицей Н	200г	318.8
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		750г	777.7
ПОЛДНИК	Милки Вей мини 12 гр	12г	53.52
	Вафли	70г	571.667
	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ПОЛДНИК		282г	671.187
Итого за день		1492г	1819.837

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
09.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	200г	294.2
	Какао с молоком Н	200г	106.7
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	509.8
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Н	200г	98.88
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	75г	175.688
	Макароньы отварные Н	150г	208
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		775г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Пряники	70г	854
	Яблоки	120г	56.4
Итого за ПОЛДНИК		390г	1012.4
Итого за день		1610г	2343.768

{доляжность}

{подпись}

{расшифровка подписи}

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
10.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	200г	222.3
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	417.2
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Шницель из говядины Н	75г	209
	Соус красный основной Н	20г	14.72
	Рис отварной Н	150г	213.5
	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		795г	814.46
ПОЛДНИК	Кефир	200г	120
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1093
Итого за день		1510г	2324.66

(должность)


(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____
 МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева



МЕНЮ
 ЛДП
 11.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	200г	292.1
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	427.4
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
	Суп фасолевый Н	200г	134.96
	Котлеты из курицы Н	75г	128.3
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Макароны отварные Н	150г	208
	Компот из изюма Н	200г	75.8
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		795г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70г	161.875
Итого за ПОЛДНИК		270г	203.375
Итого за день		1510г	1463.535

[должность]

[подпись]

[расшифровка подписи]

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
12.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная Н	200г	174.3
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	336.1
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	60г	37.6
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Рис отварной Н	150г	213.5
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) Н	75г	109.929
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		775г	787.979
ПОЛДНИК	Соки овощные	200г	112
	Пряники	70г	854
Итого за ПОЛДНИК		270г	966
Итого за день		1490г	2090.079

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

ЛДП

13.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	200г	249.1
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	385.6
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	60г	37.3
	Рассольник Ленинградский Н	200г	113.3
	Биточек из курицы Н	75г	126.4
	Соус сметанный Н	20г	19.04
	Макароны отварные Н	150г	208
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		795г	840.54
ПОЛДНИК	Печенье сахарное	70г	973
	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ПОЛДНИК		270г	1019
Итого за день		1510г	2245.14

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

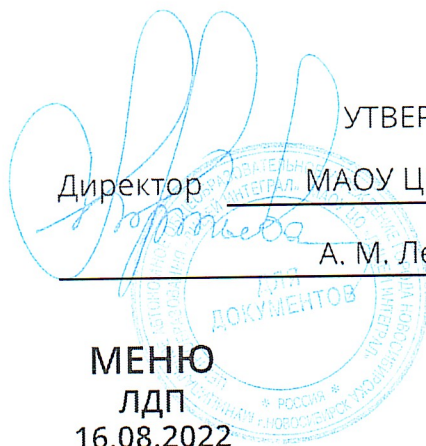
МЕНЮ
ЛДП
15.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	150г	216.5
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		395г	351.8
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Рассольник домашний	200г	105.02
	Котлеты из курицы Н	75г	128.3
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Рис отварной Н	150г	213.5
	Компот из изюма Н	200г	75.8
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		795г	779.12
ПОЛДНИК	Пряники	70г	854
	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ПОЛДНИК		270г	900
Итого за день		1460г	2030.92

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
16.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	200г	222.3
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	417.2
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	75г	41.4
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Картофель отварной в молоке Н	150г	189.9
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		795г
ПОЛДНИК	Вафли	70г	571.667
	Молоко кипяченое	200г	102
	Яблоки	120г	56.4
Итого за ПОЛДНИК		390г	730.067
Итого за день		1630г	1836.107

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
17.08.2022



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшениная Н	200г	292.1
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	453.9
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200г	111.22
	Печень говяжья по-строгановски Н	80г	310.2
	Каша перловая рассыпчатая Н	150г	205.2
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		780г	972.22
ПОЛДНИК	Кефир	200г	120
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1093
Итого за день		1495г	2519.12

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
18.08.2022



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	200г	294.2
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	429.5
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	60г	37.6
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Биточек из курицы Н	75г	126.4
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Макароны отварные Н	150г	208
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		795г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		270г	313.334
Итого за день		1510г	1554.884

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

ЛДП

19.08.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая Н	200г	193.7
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	330.2
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
	Суп гороховый Н	200г	141.1
	Картофель отварной в молоке Н	150г	189.9
	Компот из изюма Н	200г	75.8
	Голубцы ленивые Н	75г	91.013
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		775г
ПОЛДНИК	Соки овощные	200г	112
	Чоко-Пай	30г	133.5
Итого за ПОЛДНИК		230г	245.5
Итого за день		1450г	1333.013

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
ЛДП
20.08.2022

для документов

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшеничная Н	200г	208.3
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	403.2
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	60г	37.3
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Шницель из курицы Н	75г	126.4
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Каша гречневая рассыпчатая Н	150г	262.5
	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		795г	807.44
ПОЛДНИК	Печенье сахарное	70г	97.3
	Яблоки	120г	56.4
Итого за ПОЛДНИК		190г	1029.4
Итого за день		1430г	2240.04

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)