

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

\_\_\_\_\_ А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
01.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	250г	365.125
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	500.425
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	100г	42
	Суп фасолевый Н	250г	168.7
	Котлеты из курицы Н	100г	171.067
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Макароны отварные Н	180г	249.6
	Компот из смородины Н	200г	35.4
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		940г	927.267
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70г	161.875
	Яблоки	150г	70.5
Итого за ПОЛДНИК		420г	273.875
Итого за день		1855г	1701.567

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
02.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная Н	250г	217.875
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	379.675
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	100г	62.167
	Свекольник со сметаной	250г	97
	Картофельное пюре Н	180г	189.96
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) Н	100г	146.572
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		920г	823.199
ПОЛДНИК	Банан	150г	142.5
	Сок фруктовый	200г	46
	Пицца школьная	100г	259
Итого за ПОЛДНИК		450г	447.5
Итого за день		1865г	1650.374

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А.М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
03.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	250г	311.375
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	447.875
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	100г	62.667
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	250г	124.313
	Биточек из курицы Н	100г	168.534
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Горошница Н	180г	245.76
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		940г	950.874
ПОЛДНИК	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	999.4
Итого за день		1705г	2398.149

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
05.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	200г	288.667
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	423.967
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	100г	15.167
	Рассольник домашний Н	250г	131.275
	Котлеты из курицы Н	100г	171.067
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Рис отварной Н	180г	256.2
	Компот из яблок и вишни Н	200г	42.5
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		940г
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200г	46
	Вафли	70г	571.667
	Яблоки	150г	70.5
Итого за ПОЛДНИК		420г	688.167
Итого за день		1805г	1975.743

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
06.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	250г	311.375
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	506.275
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	100г	19.167
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	250г	115.425
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	100г	55.2
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Картофель отварной в молоке Н	180г	227.88
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		940г
ПОЛДНИК	Банан	150г	142.5
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Коржик молочный	60г	239
Итого за ПОЛДНИК		410г	407.9
Итого за день		1845г	1685.547

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"  
\_\_\_\_\_

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
07.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	250г	365.125
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	526.925
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью Н	100г	137.334
	Запеканка из печени с рисом	250г	376.389
	Суп гороховый Н	250г	176.375
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		890г	1026.598
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	119.34
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1092.34
Итого за день		1655г	2645.863

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
**ЛДП (12-18 лет)**  
**08.06.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	250г	367.75
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	503.05
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	100г	42
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	250г	124.313
	Биточек из курицы Н	100г	168.534
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Макароны отварные Н	180г	249.6
	Кисель из смородины	200г	51.6
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		940г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Булочка домашняя	60г	233
	Яблоки	150г	70.5
Итого за ПОЛДНИК		410г	345
Итого за день		1845г	1731.497

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
09.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая Н	250г	242.125
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Итого за ЗАВТРАК	495г	378.625
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	250г	139.025
	Бигус	250г	375
	Компот из изюма Н	200г	75.8
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД	790г	824.125
ПОЛДНИК	Банан	150г	142.5
	Сок фруктовый	200г	46
	Пицца школьная	100г	259
Итого за ПОЛДНИК	450г	447.5	
Итого за день		1735г	1650.25

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"  
\_\_\_\_\_ А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
**ЛДП (12-18 лет)**  
**10.06.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшеничная Н	250г	260.375
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	455.275
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	100г	62.667
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	250г	115.425
	Шницель из курицы Н	100г	168.534
	Соус сметанный Н	20г	19.04
	Каша гречневая рассыпчатая Н	180г	315
	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		940г
ПОЛДНИК	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	999.4
Итого за день		1705г	2411.141

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
13.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	250г	362.375
	Какао с молоком Н	200г	106.7
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	577.975
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	100г	114.75
	Суп крестьянский с крупой (крупка перловая) Н	250г	123.6
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	100г	234.25
	Картофель отварной в молоке Н	180г	227.88
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		920г
ПОЛДНИК	Банан	150г	142.5
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Булочка ванильная Н	60г	177
Итого за ПОЛДНИК		410г	345.9
Итого за день		1825г	1951.855

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
**ЛДП (12-18 лет)**  
**14.06.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	250г	277.875
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	472.775
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	100г	19.167
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	250г	115.425
	Шницель из говядины Н	100г	278.667
	Горошница Н	180г	245.76
	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		920г
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	119.34
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1092.34
Итого за день		1685г	2499.934

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
15.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	250г	365.125
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Итого за ЗАВТРАК	495г	500.425
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	100г	42
	Суп фасолевый Н	250г	168.7
	Котлеты из курицы Н	100г	171.067
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Макароны отварные Н	180г	249.6
	Компот из смородины Н	200г	35.4
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД	940г	927.267
	ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ		70г	161.875
Яблоки		150г	70.5
Итого за ПОЛДНИК	420г	273.875	
Итого за день		1855г	1701.567

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"  
\_\_\_\_\_ А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
**ЛДП (12-18 лет)**  
**16.06.2023**

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная Н	250г	217.875
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	379.675
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	100г	62.167
	Свекольник со сметаной	250г	97
	Картофельное пюре Н	180г	189.96
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) Н	100г	146.572
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		920г	823.199
ПОЛДНИК	Банан	150г	142.5
	Сок фруктовый	200г	46
	Пицца школьная	100г	259
Итого за ПОЛДНИК		450г	447.5
Итого за день		1865г	1650.374

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)







УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"  
А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
19.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	200г	288.667
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		445г	423.967
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	100г	15.167
	Рассольник домашний Н	250г	131.275
	Котлеты из курицы Н	100г	171.067
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Рис отварной Н	180г	256.2
	Компот из яблок и вишни Н	200г	42.5
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		940г
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200г	46
	Вафли	70г	571.667
	Яблоки	150г	70.5
Итого за ПОЛДНИК		420г	688.167
Итого за день		1805г	1975.743

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
20.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	250г	311.375
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	506.275
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	100г	19.167
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	250г	115.425
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	100г	55.2
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Картофель отварной в молоке Н	180г	227.88
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		940г
ПОЛДНИК	Банан	150г	142.5
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Коржик молочный	60г	239
Итого за ПОЛДНИК		410г	407.9
Итого за день		1845г	1685.547

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
21.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшениная Н	250г	365.125
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	526.925
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью Н	100г	137.334
	Запеканка из печени с рисом	250г	376.389
	Суп гороховый Н	250г	176.375
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		890г	1026.598
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	119.34
	Печенье сахарное	70г	973
Итого за ПОЛДНИК		270г	1092.34
Итого за день		1655г	2645.863

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ЛДП (12-18 лет)  
22.06.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	250г	367.75
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		495г	503.05
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	100г	42
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	250г	124.313
	Биточек из курицы Н	100г	168.534
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Макароны отварные Н	180г	249.6
	Кисель из смородины	200г	51.6
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		940г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Булочка домашняя	60г	233
	Яблоки	150г	70.5
Итого за ПОЛДНИК		410г	345
Итого за день		1845г	1731.497

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)