

Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет  
01.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	262.89
	Бутерброд с маслом	40г	45.715
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
Итого за ЗАВТРАК		420г	361.505
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Салат из белокочанной капусты с морковью Н	30г	41.2
	Запеканка из печени с рисом	180г	271
	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200г	111.22
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		650г
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	180г	55.8
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	333.8
У Ж И Н	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Омлет натуральный Н	120г	189.66
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		350г	289.86
Итого за день		1720г	1685.265

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"  
для  
ДОКУМЕНТОВ  
А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет  
02.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	180г	264.78
	Бутерброд с повидлом	45г	170
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		425г	461.18
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Морковь отварная дольками Н	30г	18.8
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Биточек из курицы Н	70г	117.974
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Макароны отварные Н	120г	166.4
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		680г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		250г	309.184
У Ж И Н	Капуста тушеная	200г	162.4
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		410г	290.17
Итого за день		1865г	1768.838

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет  
03.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая Н	180г	174.33
	Бутерброд с маслом	40г	45.715
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		420г	247.645
ЗАВТРАК № 2	Соки овощные	100г	56
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	56
О Б Е Д	Свекла отварная дольками Н	30г	12.6
	Суп гороховый Н	200г	141.1
	Картофель отварной в молоке Н	120г	151.92
	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Голубцы ленивые Н	70г	84.945
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		660г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Сухарики	20г	235
Итого за ПОЛДНИК		200г	326.8
У Ж И Н	Сырники из творога со сгущенным молоком	130г	99.32
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		360г	198.32
Итого за день		1740г	1449.25

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

ДОКУМЕНТОВ

А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет

06.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на сухом молоке	180г	161.91
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	276.41
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Плов с курицей Н	190г	302.86
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		660г	660.54
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		200г	255.134
У Ж И Н	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	120г	189.66
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		350г	315.16
Итого за день		1725г	1530.244

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет  
07.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	260.91	
	Бутерброд с повидлом	45г	170	
	Какао с молоком Н	180г	96.03	
Итого за ЗАВТРАК		405г	526.94	
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47	
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47	
О Б Е Д	Винегрет с растительным маслом	30г	34.425	
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Н	200г	98.88	
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	70г	163.975	
	Картофель отварной в молоке Н	120г	151.92	
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	Итого за О Б Е Д		660г	694.78
	ПОЛДНИК	Булочка ванильная Н	60г	--
Молоко кипяченое		180г	91.8	
Итого за ПОЛДНИК		240г	91.8	
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	180г	129.924	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
Итого за У Ж И Н		410г	228.924	
Итого за день		1815г	1589.444	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

для  
А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет  
08.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	180г	200.07
	Кофейный напиток с молоком Н	180г	77.4
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		395г	364.37
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Шницель из говядины Н	70г	195.067
	Горошница Н	130г	177.494
	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		670г
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	180г	55.8
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	333.8
У Ж И Н	Каша гречневая рассыпчатая Н	120г	210
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за У Ж И Н		330г	374.4
Итого за день		1695г	1765.271

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А.М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет  
09.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н.	180г	262.89
	Бутерброд с маслом и сыром	50г	423.523
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		430г	712.813
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Свекла отварная дольками Н	30г	12.6
	Суп фасолевый Н	200г	134.96
	Котлеты из курицы Н	70г	119.747
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Макароны отварные Н	120г	166.4
	Компот из смородины Н	180г	31.86
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		680г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70г	161.875
Итого за ПОЛДНИК		250г	199.225
У Ж И Н	Капуста тушеная	200г	162.4
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		430г	296.3
Итого за день		1890г	1908.805

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет  
10.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная Н	180г	156.87
	Бутерброд с повидлом	45г	170
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
Итого за ЗАВТРАК		425г	379.77
ЗАВТРАК № 2	Соки овощные	100г	56
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	56
О Б Е Д	Морковь отварная дольками Н	30г	18.8
	Свекольник со сметаной	200г	77.6
	Картофельное пюре Н	120г	126.64
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) Н	70г	102.6
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		660г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Сухарики	20г	235
Итого за ПОЛДНИК		200г	326.8
У Ж И Н	Пудинг из творога с рисом	130г	335.4
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		360г	435.6
Итого за день		1745г	1769.39

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)





Директор  
*А. М. Леонтьева*



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет  
13.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	120г	173.2
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		355г	286.5
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Рассольник домашний Н	200г	105.02
	Котлеты из курицы Н	70г	119.747
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Рис отварной Н	120г	170.8
	Компот из яблок и вишни Н	180г	38.25
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		680г	613.167
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		200г	255.134
У Ж И Н	Рагу из овощей	180г	116.28
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		390г	244.05
Итого за день		1725г	1421.851

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет  
14.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	180г	200.07	
	Бутерброд с повидлом	45г	170	
	Кофейный напиток с молоком Н	180г	77.4	
Итого за ЗАВТРАК		405г	447.47	
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47	
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47	
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	30г	5.75	
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34	
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	70г	38.64	
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2	
	Картофель отварной в молоке Н	120г	151.92	
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	Итого за О Б Е Д		680г	560.43
	ПОЛДНИК	Коржик молочный	60г	239.7
Молоко кипяченое		180г	91.8	
Итого за ПОЛДНИК		240г	330.8	
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	180г	129.924	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
Итого за У Ж И Н		410г	228.924	
Итого за день		1835г	1614.624	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

для

ДОКУМЕНТОВ  
А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет

15.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	262.89
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	402.69
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Салат из белокочанной капусты с морковью Н	30г	41.2
	Запеканка из печени с рисом	180г	271
	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200г	111.22
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		650г	677.1
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	180г	55.8
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	333.8
У Ж И Н	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Омлет натуральный Н	120г	189.66
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		350г	289.86
Итого за день		1715г	1726.45

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

ДОКУМЕНТОВ

А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет  
16.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	180г	264.78
	Бутерброд с повидлом	45г	170
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
Итого за ЗАВТРАК		425г	461.18
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Морковь отварная дольками Н	30г	18.8
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Биточек из курицы Н	70г	117.974
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Макароны отварные Н	120г	166.4
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		680г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		250г	309.184
У Ж И Н	Суп молочный с гречневой крупой Н	180г	124.848
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		390г	252.618
Итого за день		1845г	1731.286

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

ДОКУМЕНТОВ

А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет  
17.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая Н	180г	174.33
	Бутерброд с маслом	40г	45.715
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
Итого за ЗАВТРАК		420г	247.645
ЗАВТРАК № 2	Соки овощные	100г	56
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	56
О Б Е Д	Свекла отварная дольками Н	30г	12.6
	Суп гороховый Н	200г	141.1
	Бигус	180г	270
	Компот из изюма Н	180г	68.22
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		650г	653.62
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180г	91.8
	Сухарики	20г	235
Итого за ПОЛДНИК		200г	326.8
У Ж И Н	Сырники из творога со сгущенным молоком	130г	99.32
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		360г	198.32
Итого за день		1730г	1482.385

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор  




УТВЕРЖДАЮ  
 МАОУ СО "Лицей ИНТЕГРАЛ"  
 А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
 Дети от 3 до 7 лет  
 20.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" на сухом молоке	180г	161.91
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	276.41
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Плов с курицей Н	190г	302.86
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		660г
ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		200г	255.134
У Ж И Н	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	120г	189.66
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		350г	315.16
Итого за день		1725г	1530.244

(должность)                      (подпись)                      (расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**

Дети от 3 до 7 лет  
21.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	260.91	
	Бутерброд с повидлом	45г	170	
	Какао с молоком Н	180г	96.03	
Итого за ЗАВТРАК		405г	526.94	
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47	
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47	
О Б Е Д	Винегрет с растительным маслом	30г	34.425	
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Н	200г	98.88	
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	70г	163.975	
	Картофель отварной в молоке Н	120г	151.92	
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	Итого за О Б Е Д		660г	694.78
	ПОЛДНИК	Булочка ванильная Н	60г	---
Молоко кипяченое		180г	91.8	
Итого за ПОЛДНИК		240г	91.8	
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	180г	129.924	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
Итого за У Ж И Н		410г	228.924	
Итого за день		1815г	1589.444	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор  
*А. М. Леонтьева*



УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"  
А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
Дети от 3 до 7 лет  
22.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	180г	200.07
	Кофейный напиток с молоком Н	180г	77.4
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		395г	364.37
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Шницель из говядины Н	70г	195.067
	Горошница Н	130г	177.494
	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		670г
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	180г	55.8
	Печенье сахарное	20г	278
Итого за ПОЛДНИК		200г	333.8
У Ж И Н	Каша гречневая рассыпчатая Н	120г	210
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за У Ж И Н		330г	374.4
Итого за день		1695г	1765.271

(должность) (подпись) (расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет  
27.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	120г	173.2	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9	
Итого за ЗАВТРАК		355г	286.5	
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23	
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23	
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	30г	4.55	
	Рассольник домашний Н	200г	105.02	
	Котлеты из курицы Н	70г	119.747	
	Соус белый основной Н	20г	13.1	
	Рис отварной Н	120г	170.8	
	Компот из яблок и вишни Н	180г	38.25	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	Итого за О Б Е Д		680г	613.167
	ПОЛДНИК	Вафли	20г	163.334
Молоко кипяченое		180г	91.8	
Итого за ПОЛДНИК		200г	255.134	
У Ж И Н	Рагу из овощей	180г	116.28	
	Напиток из шиповника	180г	55.17	
	Хлеб пшеничный	30г	72.6	
Итого за У Ж И Н		390г	244.05	
Итого за день		1725г	1421.851	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

ДЛЯ

ДОКУМЕНТОВ

А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет  
28.02.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	180г	200.07
	Бутерброд с повидлом	45г	170
	Кофейный напиток с молоком Н	180г	77.4
Итого за ЗАВТРАК		405г	447.47
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	30г	5.75
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	70г	38.64
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Картофель отварной в молоке Н	120г	151.92
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		680г
ПОЛДНИК	Коржик молочный	60г	239
	Молоко кипяченое	180г	91.8
Итого за ПОЛДНИК		240г	330.8
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	180г	129.924
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		410г	228.924
Итого за день		1835г	1614.624

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)