

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети до 3 лет
03.07.2023



| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Макароны отварные с сыром Н | 150г | 216.5 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| | Булочка бутербродная со сливочным маслом | 35г | 86.9 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 365г | 327.16 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 100г | 23 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 23 |
| ОБЕД | Огурец в нарезке Н | 30г | 4.55 |
| | Рассольник домашний | 150г | 78.765 |
| | Котлеты из курицы Н | 60г | 102.64 |
| | Соус белый основной Н | 10г | 6.55 |
| | Рис отварной Н | 100г | 142.334 |
| | Компот из яблок и вишни Н | 150г | 31.875 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 560г |
| ПОЛДНИК | Вафли | 20г | 163.334 |
| | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 255.134 |
| УЖИН | Рагу из овощей | 180г | 116.28 |
| | Напиток из шиповника | 180г | 55.17 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 268.25 |
| Итого за день | | 1625г | 1401.958 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
04.07.2023



| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная ячневая Н | 150г | 186.825 |
| | Бутерброд с повидлом | 40г | 151.112 |
| | Кофейный напиток с молоком Н | 180г | 77.4 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 370г | 415.337 |
| ЗАВТРАК № 2 | Банан | 100г | 95 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 95 |
| ОБЕД | Помидор в нарезке Н | 30г | 5.75 |
| | Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н | 150г | 69.255 |
| | Котлета рыбная любительская (минтай) Н | 60г | 33.12 |
| | Соус молочный натуральный Н | 10г | 13.1 |
| | Картофель отварной в молоке Н | 100г | 126.6 |
| | Компот из смеси сухофруктов Н | 150г | 69.9 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 560г |
| ПОЛДНИК | Коржик молочный | 60г | 239 |
| | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 240г | 330.8 |
| УЖИН | Суп молочный с макаронными изделиями | 180г | 129.924 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 250.484 |
| Итого за день | | 1670г | 1571.046 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Хлеб ржаной

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
05.07.2023



| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 150г | 219.075 |
| | Чай с молоком и сахаром Н | 180г | 47.61 |
| | Булочка бутербродная со сливочным маслом | 35г | 86.9 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 365г | 353.585 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| ОБЕД | Салат из белокочанной капусты с морковью Н | 30г | 41.2 |
| | Запеканка из печени с рисом | 165г | 248.417 |
| | Суп гороховый Н | 150г | 105.825 |
| | Компот из кураги Н | 150г | 76.65 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 555г |
| ПОЛДНИК | Йогурт питьевой | 180г | 107.406 |
| | Печенье сахарное | 20г | 278 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 385.406 |
| УЖИН | Горошек зеленый Н | 30г | 11.05 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 180г | 24.84 |
| | Омлет натуральный Н | 150г | 237.075 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 369.765 |
| Итого за день | | 1620г | 1789.548 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
06.07.2023

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная овсяная Н | 150г | 220.65 |
| | Бутерброд с повидлом | 40г | 151.112 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 370г | 395.522 |
| ЗАВТРАК № 2 | Банан | 100г | 95 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 95 |
| ОБЕД | Свекла отварная дольками Н | 30г | 12.6 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной Н | 150г | 74.588 |
| | Биточек из курицы Н | 60г | 101.12 |
| | Соус белый основной Н | 10г | 6.55 |
| | Макароны отварные Н | 100г | 138.667 |
| | Кисель из смородины | 150г | 38.7 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 560г |
| ПОЛДНИК | Компот из яблок Н | 180г | 37.35 |
| | Булочка домашняя | 70г | 271.834 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 250г | 309.184 |
| УЖИН | Суп молочный с гречневой крупой Н | 180г | 124.848 |
| | Напиток из шиповника | 180г | 55.17 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 276.818 |
| Итого за день | | 1680г | 1610.449 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
07.07.2023

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша жидкая молочная рисовая Н | 150г | 145.275 |
| | Бутерброд с маслом | 35г | 40 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 180г | 24.84 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 365г | 210.115 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| ОБЕД | Суп картофельный с макаронными изделиями Н | 150г | 83.415 |
| | Бигус | 150г | 225 |
| | Компот из изюма Н | 150г | 56.85 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| Итого за ОБЕД | | 510г | 526.965 |
| ПОЛДНИК | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| | Сухарики с маслом | 20г | 235 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 326.8 |
| УЖИН | Сырники из творога со сгущенным молоком | 180г | 137.52 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 258.08 |
| Итого за день | | 1575г | 1368.96 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

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

МЕНЮ
Дети до 3 лет
10.07.2023

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша "Дружба" на сухом молоке | 150г | 134.925 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 180г | 24.84 |
| | Булочка бутербродная со сливочным маслом | 35г | 86.9 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 365г | 246.665 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 100г | 23 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 23 |
| ОБЕД | Огурец в нарезке Н | 30г | 4.55 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной Н | 150г | 74.588 |
| | Плов с курицей Н | 170г | 270.98 |
| | Компот из кураги Н | 150г | 76.65 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 560г |
| ПОЛДНИК | Вафли | 20г | 163.334 |
| | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 255.134 |
| УЖИН | Горошек зеленый Н | 30г | 11.05 |
| | Чай с молоком и сахаром Н | 180г | 47.61 |
| | Омлет натуральный Н | 150г | 237.075 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 392.535 |
| Итого за день | | 1625г | 1505.802 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети до 3 лет
11.07.2023



| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность | |
|----------------------|--|---------------------|--------------|---------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 150г | 217.425 | |
| | Бутерброд с повидлом | 40г | 151.112 | |
| | Какао с молоком Н | 180г | 96.03 | |
| Итого за ЗАВТРАК | | 370г | 464.567 | |
| ЗАВТРАК № 2 | Банан | 100г | 95 | |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 95 | |
| ОБЕД | Винегрет с растительным маслом | 30г | 34.425 | |
| | Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Н | 150г | 74.16 | |
| | Оладьи из печени по-кунцевски Н | 60г | 140.55 | |
| | Картофель отварной в молоке Н | 100г | 126.6 | |
| | Компот из смеси сухофруктов Н | 150г | 69.9 | |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 | |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 | |
| | Итого за ОБЕД | | 550г | 607.335 |
| | ПОЛДНИК | Булочка ванильная Н | 60г | 177 |
| Молоко кипяченое | | 180г | 91.8 | |
| Итого за ПОЛДНИК | | 240г | 268.8 | |
| УЖИН | Суп молочный с макаронными изделиями | 180г | 129.924 | |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 | |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 | |
| Итого за УЖИН | | 400г | 250.484 | |
| Итого за день | | 1660г | 1686.186 | |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Итого

1686.186

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети до 3 лет
12.07.2023



| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша жидкая молочная кукурузная Н | 150г | 166.725 |
| | Кофейный напиток с молоком Н | 180г | 77.4 |
| | Булочка бутербродная со сливочным маслом | 35г | 86.9 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 365г | 331.025 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| ОБЕД | Помидор в нарезке Н | 30г | 5.75 |
| | Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н | 150г | 69.255 |
| | Шницель из говядины Н | 60г | 167.2 |
| | Горошница Н | 100г | 136.534 |
| | Компот из яблок Н | 150г | 31.125 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 550г |
| ПОЛДНИК | Йогурт питьевой | 180г | 107.406 |
| | Печенье сахарное | 20г | 278 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 385.406 |
| УЖИН | Каша гречневая рассыпчатая Н | 180г | 315 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 503.6 |
| Итого за день | | 1615г | 1838.595 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

ДОКУМЕНТОВ

МЕНЮ

Дети до 3 лет
13.07.2023

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|----------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 150г | 219.075 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 45г | 381.17 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 375г | 624.005 |
| ЗАВТРАК № 2 | Банан | 100г | 95 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 95 |
| ОБЕД | Свекла отварная дольками Н | 30г | 12.6 |
| | Суп фасолевый Н | 150г | 101.22 |
| | Котлеты из курицы Н | 50г | 102.64 |
| | Соус молочный натуральный Н | 10г | 13.1 |
| | Макароны отварные Н | 100г | 138.667 |
| | Компот из смородины Н | 150г | 26.55 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 560г |
| ПОЛДНИК | Компот из яблок Н | 180г | 37.35 |
| | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 70г | 161.875 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 250г | 199.225 |
| УЖИН | Капуста тушеная | 180г | 146.16 |
| | Напиток из шиповника | 180г | 55.17 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 298.13 |
| Итого за день | | 1685г | 1772.837 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Хлеб ржаной

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
14.07.2023



| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша жидкая молочная манная Н | 150г | 130.725 |
| | Бутерброд с повидлом | 40г | 151.112 |
| | Чай с молоком и сахаром Н | 180г | 47.61 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 370г | 329.447 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| ОБЕД | Салат из свежих помидоров и огурцов Н | 30г | 18.65 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной Н | 150г | 74.588 |
| | Картофельное пюре Н | 100г | 105.534 |
| | Компот из смеси сухофруктов Н | 150г | 69.9 |
| | Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) Н | 60г | 87.943 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 550г |
| ПОЛДНИК | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| | Сухарики | 20г | 235 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 326.8 |
| УЖИН | Пудинг из творога с рисом | 180г | 464.4 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 180г | 24.84 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 586.04 |
| Итого за день | | 1620г | 1807.602 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Хлеб ржаной
Итого за день

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А.М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети до 3 лет
17.07.2023



| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Макароны отварные с сыром Н | 150г | 216.5 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| | Булочка бутербродная со сливочным маслом | 35г | 86.9 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 365г | 327.16 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 100г | 23 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 23 |
| ОБЕД | Огурец в нарезке Н | 30г | 4.55 |
| | Рассольник домашний | 150г | 78.765 |
| | Котлеты из курицы Н | 60г | 102.64 |
| | Соус белый основной Н | 10г | 6.55 |
| | Рис отварной Н | 100г | 142.334 |
| | Компот из яблок и вишни Н | 150г | 31.875 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 560г |
| ПОЛДНИК | Вафли | 20г | 163.334 |
| | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 255.134 |
| УЖИН | Рагу из овощей | 180г | 116.28 |
| | Напиток из шиповника | 180г | 55.17 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 268.25 |
| Итого за день | | 1625г | 1401.958 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети от 3х лет
18.07.2023

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная ячневая Н | 180г | 224.19 |
| | Бутерброд с повидлом | 45г | 170 |
| | Кофейный напиток с молоком Н | 200г | 86 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 425г | 480.19 |
| ЗАВТРАК № 2 | Банан | 100г | 95 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 95 |
| ОБЕД | Помидор в нарезке Н | 60г | 11.5 |
| | 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 ОБЕД | | 710г |
| ПОЛДНИК | Коржик молочный | 60г | 239 |
| | Молоко кипяченое | 200г | 102 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 260г | 341 |
| УЖИН | Суп молочный с макаронными изделиями | 200г | 144.36 |
| | Чай с сахаром Н | 200г | 26.4 |
| | Хлеб пшеничный | 50г | 121 |
| Итого за УЖИН | | 450г | 291.76 |
| Итого за день | | 1945г | 1774.13 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
19.07.2023



| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшенная Н | 150г | 219.075 |
| | Чай с молоком и сахаром Н | 180г | 47.61 |
| | Булочка бутербродная со сливочным маслом | 35г | 86.9 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 365г | 353.585 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| ОБЕД | Салат из белокочанной капусты с морковью Н | 30г | 41.2 |
| | Запеканка из печени с рисом | 165г | 248.417 |
| | Суп гороховый Н | 150г | 105.825 |
| | Компот из кураги Н | 150г | 76.65 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| Итого за ОБЕД | | 555г | 633.792 |
| ПОЛДНИК | Йогурт питьевой | 180г | 107.406 |
| | Печенье сахарное | 20г | 278 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 385.406 |
| УЖИН | Горошек зеленый Н | 30г | 11.05 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 180г | 24.84 |
| | Омлет натуральный Н | 150г | 237.075 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 369.765 |
| Итого за день | | 1620г | 1789.548 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
20.07.2023



| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная овсяная Н | 150г | 220.65 |
| | Бутерброд с повидлом | 40г | 151.112 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 370г | 395.522 |
| ЗАВТРАК № 2 | Банан | 100г | 95 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 95 |
| ОБЕД | Свекла отварная дольками Н | 30г | 12.6 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной Н | 150г | 74.588 |
| | Биточек из курицы Н | 60г | 101.12 |
| | Соус белый основной Н | 10г | 6.55 |
| | Макароны отварные Н | 100г | 138.667 |
| | Кисель из смородины | 150г | 38.7 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 560г |
| ПОЛДНИК | Компот из яблок Н | 180г | 37.35 |
| | Булочка домашняя | 70г | 271.834 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 250г | 309.184 |
| УЖИН | Суп молочный с гречневой крупой Н | 180г | 124.848 |
| | Напиток из шиповника | 180г | 55.17 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 276.818 |
| Итого за день | | 1680г | 1610.449 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
21.07.2023



| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша жидкая молочная рисовая Н | 150г | 145.275 |
| | Бутерброд с маслом | 35г | 40 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 180г | 24.84 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 365г | 210.115 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| ОБЕД | Суп картофельный с макаронными изделиями Н | 150г | 83.415 |
| | Бигус | 150г | 225 |
| | Компот из изюма Н | 150г | 56.85 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| Итого за ОБЕД | | 510г | 526.965 |
| ПОЛДНИК | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| | Сухарики с маслом | 20г | 235 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 326.8 |
| УЖИН | Сырники из творога со сгущенным молоком | 180г | 137.52 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 258.08 |
| Итого за день | | 1575г | 1368.96 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
24.07.2023



| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша "Дружба" на сухом молоке | 150г | 134.925 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 180г | 24.84 |
| | Булочка бутербродная со сливочным маслом | 35г | 86.9 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 365г | 246.665 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 100г | 23 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 23 |
| ОБЕД | Огурец в нарезке Н | 30г | 4.55 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной Н | 150г | 74.588 |
| | Плов с курицей Н | 170г | 270.98 |
| | Компот из кураги Н | 150г | 76.65 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 560г |
| ПОЛДНИК | Вафли | 20г | 163.334 |
| | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| | Итого за ПОЛДНИК | | 200г |
| УЖИН | Горошек зеленый Н | 30г | 11.05 |
| | Чай с молоком и сахаром Н | 180г | 47.61 |
| | Омлет натуральный Н | 150г | 237.075 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 392.535 |
| Итого за день | | 1625г | 1505.802 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

ПОДПИСЬ

ИМЯ

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
25.07.2023

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 150г | 217.425 |
| | Бутерброд с повидлом | 40г | 151.112 |
| | Какао с молоком Н | 180г | 96.03 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 370г | 464.567 |
| ЗАВТРАК № 2 | Банан | 100г | 95 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 95 |
| ОБЕД | Винегрет с растительным маслом | 30г | 34.425 |
| | Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Н | 150г | 74.16 |
| | Оладьи из печени по-кунцевски Н | 60г | 140.55 |
| | Картофель отварной в молоке Н | 100г | 126.6 |
| | Компот из смеси сухофруктов Н | 150г | 69.9 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 550г |
| ПОЛДНИК | Булочка ванильная Н | 60г | 177 |
| | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 240г | 268.8 |
| УЖИН | Суп молочный с макаронными изделиями | 180г | 129.924 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 250.484 |
| Итого за день | | 1660г | 1686.186 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

А. М. Леонтьева

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
26.07.2023

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша жидкая молочная кукурузная Н | 150г | 166.725 |
| | Кофейный напиток с молоком Н | 180г | 77.4 |
| | Булочка бутербродная со сливочным маслом | 35г | 86.9 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 365г | 331.025 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| ОБЕД | Помидор в нарезке Н | 30г | 5.75 |
| | Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н | 150г | 69.255 |
| | Шницель из говядины Н | 60г | 167.2 |
| | Горошница Н | 100г | 136.534 |
| | Компот из яблок Н | 150г | 31.125 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 550г |
| ПОЛДНИК | Йогурт питьевой | 180г | 107.406 |
| | Печенье сахарное | 20г | 278 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 385.406 |
| УЖИН | Каша гречневая рассыпчатая Н | 180г | 315 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 503.6 |
| Итого за день | | 1615г | 1838.595 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Хлеб ржаной

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
27.07.2023

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|----------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 150г | 219.075 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 45г | 381.17 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 375г | 624.005 |
| ЗАВТРАК № 2 | Банан | 100г | 95 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 95 |
| ОБЕД | Свекла отварная дольками Н | 30г | 12.6 |
| | Суп фасолевый Н | 150г | 101.22 |
| | Котлеты из курицы Н | 60г | 102.64 |
| | Соус молочный натуральный Н | 10г | 13.1 |
| | Макароны отварные Н | 100г | 138.667 |
| | Компот из смородины Н | 150г | 26.55 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 560г |
| ПОЛДНИК | Компот из яблок Н | 180г | 37.35 |
| | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 70г | 161.875 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 250г | 199.225 |
| УЖИН | Капуста тушеная | 180г | 146.16 |
| | Напиток из шиповника | 180г | 55.17 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 298.13 |
| Итого за день | | 1685г | 1772.837 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

Дети до 3 лет
28.07.2023

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша жидкая молочная манная Н | 150г | 130.725 |
| | Бутерброд с повидлом | 40г | 151.112 |
| | Чай с молоком и сахаром Н | 180г | 47.61 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 370г | 329.447 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| ОБЕД | Салат из свежих помидоров и огурцов Н | 30г | 18.65 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной Н | 150г | 74.588 |
| | Картофельное пюре Н | 100г | 105.534 |
| | Компот из смеси сухофруктов Н | 150г | 69.9 |
| | Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) Н | 60г | 87.943 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 550г |
| ПОЛДНИК | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| | Сухарики | 20г | 235 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 326.8 |
| УЖИН | Пудинг из творога с рисом | 180г | 464.4 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 180г | 24.84 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 586.04 |
| Итого за день | | 1620г | 1807.602 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети до 3 лет
31.07.2023

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Макароны отварные с сыром Н | 150г | 216.5 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| | Булочка бутербродная со сливочным маслом | 35г | 86.9 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 365г | 327.16 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 100г | 23 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 23 |
| ОБЕД | Огурец в нарезке Н | 30г | 4.55 |
| | Рассольник домашний | 150г | 78.765 |
| | Котлеты из курицы Н | 60г | 102.64 |
| | Соус белый основной Н | 10г | 6.55 |
| | Рис отварной Н | 100г | 142.334 |
| | Компот из яблок и вишни Н | 150г | 31.875 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за ОБЕД | | 560г |
| ПОЛДНИК | Вафли | 20г | 163.334 |
| | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 255.134 |
| УЖИН | Рагу из овощей | 180г | 116.28 |
| | Напиток из шиповника | 180г | 55.17 |
| | Хлеб пшеничный | 40г | 96.8 |
| Итого за УЖИН | | 400г | 268.25 |
| Итого за день | | 1625г | 1401.958 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)