

Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

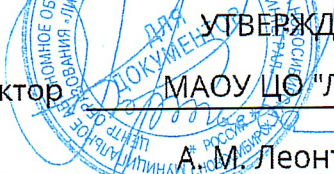
**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
30.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК №2		200г	46
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	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		880г	927.152
Итого за день		1575г	1445.927

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)


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

**МЕНЮ**  
 ОВЗ (5-11 класс)  
 29.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Яблоки	120г	56.4
Итого за ЗАВТРАК №2		120г	56.4
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	60г	68.85
	Суп крестьянский с крупой (крупя 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	880г	982.08
Итого за день		1495г	1616.455

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
28.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15г	54.55
	Каша "Дружба"	250г	224.875
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		510г	415.925
ЗАВТРАК №2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК №2		200г	46
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	250г	124.313
	Плов с курицей Н	250г	398.5
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		850г	868.413
Итого за день		1560г	1330.338

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
26.11.2022

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	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
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60г	72
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		900г	965.799
Итого за день		1395г	1421.074

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А.М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
25.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Соки овощные	200г	112
Итого за ЗАВТРАК №2		200г	112
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
	Суп гороховый Н	250г	176.375
	Картофель отварной в молоке Н	180г	227.88
	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		855г	830.568
Итого за день		1550г	1321.193

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева


**МЕНЮ**  
**ОВЗ (5-11 класс)**  
**24.11.2022**

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
ЗАВТРАК №2	Яблоки	120г	56.4
Итого за ЗАВТРАК №2		120г	56.4
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	60г	37.6
	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
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		900г
Итого за день		1515г	1480.097

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

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

**МЕНЮ**  
 ОВЗ (5-11 класс)  
 23.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК №2		200г	46
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью Н	60г	82.4
	Запеканка из печени с рисом	250г	376.389
	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	250г	139.025
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		850г	934.314
Итого за день		1545г	1507.239

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
**ОВЗ (5-11 класс)**  
**22.11.2022**

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
ЗАВТРАК №2	Яблоки	120г	56.4
Итого за ЗАВТРАК №2		120г	56.4
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	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		900г	763.705
Итого за день		1515г	1292.88

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)





Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
21.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	180г	259.8
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		425г	395.1
ЗАВТРАК №2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК №2		200г	46
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	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 изюма Н	200г	75.8
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		900г
Итого за день		1525г	1331.942

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
19.11.2022

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	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
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60г	72
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		900г
Итого за день		1395г	1408.082

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Итого за ЗАВТРАК		495г	447.875
ОБЕД	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
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60г	72
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		900г	960.207
Итого за день		1395г	1408.082



Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

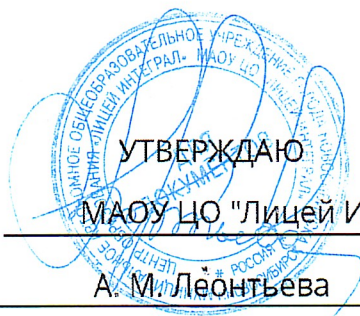
**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
18.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Соки овощные	200г	112
Итого за ЗАВТРАК №2		200г	112
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	60г	37.6
	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		880г	798.632
Итого за день		1575г	1290.307

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
17.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Яблоки	120г	56.4
Итого за ЗАВТРАК №2		120г	56.4
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
	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 изюма Н	200г	75.8
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		900г
Итого за день		1515г	1507.692

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
16.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК №2		200г	46
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	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		880г	927.152
Итого за день		1575г	1445.927

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
15.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Яблоки	120г	56.4
Итого за ЗАВТРАК №2		120г	56.4
ОБЕД	Винегрет с растительным маслом	60г	68.85
	Суп крестьянский с крупой (крупя 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		880г
Итого за день		1495г	1616.455

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор \_\_\_\_\_

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
14.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15г	54.55
	Каша "Дружба"	250г	224.875
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		510г	415.925
ЗАВТРАК №2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК №2		200г	46
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	250г	124.313
	Плов с курицей Н	250г	398.5
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		850г	868.413
Итого за день		1560г	1330.338

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Итого за ЗАВТРАК  
510г 415.925

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
**ОВЗ (5-11 класс)**  
**12.11.2022**

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	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
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60г	72
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		900г	965.799
Итого за день		1395г	1421.074

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ СО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
11.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Соки овощные	200г	112
Итого за ЗАВТРАК №2		200г	112
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
	Суп гороховый Н	250г	176.375
	Картофель отварной в молоке Н	180г	227.88
	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		855г	830.568
Итого за день		1550г	1321.193

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ  
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
ОВЗ (5-11 класс)  
10.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Яблоки	120г	56.4
Итого за ЗАВТРАК №2		120г	56.4
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	60г	37.6
	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
	Компот из смеси сухофруктов Н	200г	93.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		900г	920.647
Итого за день		1515г	1480.097

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 А. М. Леонтьева




**МЕНЮ**  
 ОВЗ (5-11 класс)  
 09.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК №2		200г	46
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью Н	60г	82.4
	Запеканка из печени с рисом	250г	376.389
	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	250г	139.025
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		850г	934.314
Итого за день		1545г	1507.239

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

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

**МЕНЮ**  
 ОВЗ (5-11 класс)  
 08.11.2022

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
ЗАВТРАК №2	Яблоки	120г	56.4
Итого за ЗАВТРАК №2		120г	56.4
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	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		900г	763.705
Итого за день		1515г	1292.88

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

## МЕНЮ

ОВЗ (5-11 класс)

07.11.2022

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	180г	259.8
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
Итого за ЗАВТРАК		425г	395.1
ЗАВТРАК №2	Сок фруктовый	200г	46
Итого за ЗАВТРАК №2		200г	46
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	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 изюма Н	200г	75.8
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ОБЕД		900г
Итого за день		1525г	1331.942

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Итого за ЗАВТРАК №2

200г

46