

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)

09.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	100г	147.1
	Омлет с сыром Н	75г	164.175
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Яблоки	150г	70.5
	Итого за ЗАВТРАК		600г
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Н	200г	98.88
	Котлеты из курицы Н	90г	153.96
	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		810г	805.54
Итого за день		1410г	1412.915

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Вишняков

Вишняков И.В.

МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
10.01.2024



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
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Груша свежая	150г	142.5
	Итого за ЗАВТРАК		625г
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	60г	37.6
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Шницель из говядины Н	75г	209
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Горошница Н	150г	204.8
	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Хлеб ржаной	30г	89.1	
Итого за ОБЕД		795г	832.64
Итого за день		1420г	1481.44

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"



Михеенко И.В.

МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
11.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Запеканка из творога Н	75г	166.238	
	Каша вязкая молочная пшеничная Н	100г	144.95	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
	Хлеб пшеничный	45г	108.9	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	Джем из абрикосов	10г	29	
	Мандарин	70г	24.5	
	Итого за ЗАВТРАК		530г	589.088
	ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
Суп фасолевый Н		200г	134.96	
Печень говяжья по-строгановски Н		100г	387.75	
Картофельное пюре Н		150г	158.3	
Компот из чернослива Н		200г	108.1	
Хлеб пшеничный		60г	145.2	
Хлеб ржаной		30г	89.1	
Итого за ОБЕД		800г	1048.61	
Итого за день		1330г	1637.698	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"



Илихеев И.В.

МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
12.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Банан	150г	142.5
	Горошек зеленый Н	30г	11.05
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		605г
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Рассольник Ленинградский Н	200г	113.3
	Фрикадельки из говядины Н	80г	153
	Соус красный основной Н	20г	14.72
	Макароны отварные Н	150г	208
	Компот из смородины Н	200г	35.4
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		800г	770.22
Итого за день		1405г	1411.745

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
13.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	100г	124.55
	Сырники Н	75г	114.6
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Яблоки	150г	70.5
	Итого за ЗАВТРАК		600г
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Биточек из курицы Н	75г	126.4
	Соус сметанный натуральный Н	20г	38.08
	Горошница Н	150г	204.8
	Компот из яблок и вишни Н	200г	42.5
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		795г	754.63
Итого за день		1395г	1289.88

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Иванченко И.В.



МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
15.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15г	54.55
	Каша вязкая молочная овсяная Н	200г	294.2
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Мандарин	70г	24.5
	Итого за ЗАВТРАК		560г
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Рассольник домашний Н	200г	105.02
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	100г	55.2
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Рис отварной Н	150г	213.5
	Компот из чернослива Н	200г	108.1
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		820г	753.82
Итого за день		1380г	1351.47

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

ДОКУМЕНТОВ

Михеенко И.В.

МЕНЮ

ОВЗ (1-4 класс)

16.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Каша жидкая молочная кукурузная Н	100г	111.15
	Какао с молоком Н	200г	106.7
	Омлет натуральный Н	75г	118.538
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Яблоки	150г	70.5
	Итого за ЗАВТРАК		630г
ОБЕД	Салат из моркови с яблоками Н	60г	74.4
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Тефтели из говядины с рисом Н	90г	159.15
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Картофель отварной в молоке Н	150г	189.9
	Компот из клубники Н	200г	29.3
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		810г	792.49
Итого за день		1440г	1401.928

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ

ОВЗ (1-4 класс)

17.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15г	54.55
	Каша вязкая молочная пшенная Н	200г	292.1
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Груша свежая	150г	142.5
	Итого за ЗАВТРАК		640г
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200г	111.22
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	100г	234.25
	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		800г	898.67
Итого за день		1440г	1638.72

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
18.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Запеканка из творога Н	75г	166.238	
	Каша вязкая молочная ячневая Н	100г	124.55	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
	Хлеб пшеничный	45г	108.9	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	Джем из абрикосов	10г	29	
	Мандарин	70г	24.5	
	Итого за ЗАВТРАК		530г	568.688
	ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
Суп гороховый Н		200г	141.1	
Биточек из курицы Н		75г	126.4	
Соус белый основной Н		20г	13.1	
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	807.1	
Итого за день		1325г	1375.788	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
19.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Банан	150г	142.5
	Горошек зеленый Н	30г	11.05
	Омлет натуральный	150г	237.1
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		605г
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Бефстроганов из отварной говядины Н	100г	188.4
	Макароны отварные Н	150г	208
	Компот из смородины Н	200г	35.4
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		800г	790.75
Итого за день		1405г	1407

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
20.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15г	54.55
	Каша жидкая молочная пшеничная Н	200г	208.3
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Яблоки	150г	70.5
	Итого за ЗАВТРАК		640г
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Шницель из курицы Н	75г	126.4
	Соус сметанный Н	20г	19.04
	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	785.18
Итого за день		1435г	1402.53

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
22.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	200г	292.1
	Какао с молоком Н	200г	106.7
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Мандарин	70г	24.5
Итого за ЗАВТРАК		545г	621.3
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью Н	60г	82.4
	Рассольник Ленинградский Н	200г	113.3
	Плов из отварной говядины Н	200г	341.9
	Компот из кураги Н	200г	102.2
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		750г	874.1
Итого за день		1295г	1495.4

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная овсяная Н	100г	147.1
	Омлет с сыром Н	75г	164.175
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Яблоки	150г	70.5
	Итого за ЗАВТРАК		600г
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) Н	200г	98.88
	Котлеты из курицы Н	90г	153.96
	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		810г	805.54
Итого за день		1410г	1412.915

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
24.01.2024

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
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Груша свежая	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК		625г	648.8
ОБЕД	Морковь отварная дольками Н	60г	37.6
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Шницель из говядины Н	75г	209
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Горошница Н	150г	204.8
	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		795г	832.64
Итого за день		1420г	1481.44

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
25.01.2024



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Запеканка из творога Н	75г	166.238
	Каша вязкая молочная пшеничная Н	100г	144.95
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Джем из абрикосов	10г	29
	Мандарин	70г	24.5
	Итого за ЗАВТРАК		530г
ОБЕД	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
	Суп фасолевый Н	200г	134.96
	Печень говяжья по-строгановски Н	100г	387.75
	Картофельное пюре Н	150г	158.3
	Компот из чернослива Н	200г	108.1
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		800г	1048.61
Итого за день		1330г	1637.698

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
 МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
 ОВЗ (1-4 класс)
 26.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Банан	150г	142.5
	Горошек зеленый Н	30г	11.05
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за ЗАВТРАК		605г
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Рассольник Ленинградский Н	200г	113.3
	Фрикадельки из говядины Н	80г	153
	Соус красный основной Н	20г	14.72
	Макароны отварные Н	150г	208
	Компот из смородины Н	200г	35.4
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		800г	770.22
Итого за день		1405г	1411.745

(должность) _____ (подпись) _____ (расшифровка подписи) _____

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора
Документов

И.В. Михеенко

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В. Михеенко



МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
27.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная ячневая Н	100г	124.55
	Сырники Н	75г	114.6
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Яблоки	150г	70.5
	Итого за ЗАВТРАК		600г
ОБЕД	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	Биточек из курицы Н	75г	126.4
	Соус сметанный натуральный Н	20г	38.08
	Горошница Н	150г	204.8
	Компот из яблок и вишни Н	200г	42.5
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		795г	754.63
Итого за день		1395г	1289.88

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
29.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15г	54.55
	Каша вязкая молочная овсяная Н	200г	294.2
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Мандарин	70г	24.5
	Итого за ЗАВТРАК		560г
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Рассольник домашний Н	200г	105.02
	Котлета рыбная любительская (минтай) Н	100г	55.2
	Соус молочный натуральный Н	20г	26.2
	Рис отварной Н	150г	213.5
	Компот из чернослива Н	200г	108.1
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		820г	753.82
Итого за день		1380г	1351.47

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
30.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Огурец в нарезке Н	30г	4.55
	Каша жидкая молочная кукурузная Н	100г	111.15
	Какао с молоком Н	200г	106.7
	Омлет натуральный Н	75г	118.538
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Яблоки	150г	70.5
Итого за ЗАВТРАК		630г	609.438
ОБЕД	Салат из моркови с яблоками Н	60г	74.4
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной Н	200г	92.34
	Тефтели из говядины с рисом Н	90г	159.15
	Соус белый основной Н	20г	13.1
	Картофель отварной в молоке Н	150г	189.9
	Компот из клубники Н	200г	29.3
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Хлеб ржаной	30г	89.1	
Итого за ОБЕД		810г	792.49
Итого за день		1440г	1401.928

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Иванченко И.В.



МЕНЮ
ОВЗ (1-4 класс)
31.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Сыр твердых сортов в нарезке Н	15г	54.55
	Каша вязкая молочная пшеничная Н	200г	292.1
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Хлеб пшеничный	45г	108.9
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Груша свежая	150г	142.5
	Итого за ЗАВТРАК		640г
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200г	111.22
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	100г	234.25
	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		800г	898.67
Итого за день		1440г	1638.72

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)