

УТВЕРЖДАЮ

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

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
01.09.2023

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	Банан	100г	95
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	95
О Б Е Д	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200г	111.22
	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		620г	611.14
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	50г	587.5
Итого за ПОЛДНИК		250г	689.5
У Ж И Н	Сырники из творога со сгущенным молоком	200г	152.8
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	300.2
Итого за день		1840г	1943.485

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
 Директор _____
 МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

 А. М. Леонтьева

МЕНЮ
 О В З (3-7 лет)
 04.09.2023

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	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	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		690г	665.09
ПОЛДНИК	Вафли	50г	408.334
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		250г	510.334
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	60г	22.1
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		460г	433.075
Итого за день		1915г	1931.909

(должность)

(подпись)

(рагшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
05.09.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	260.91
	Бутерброд с повидлом	45г	170
	Какао с молоком Н	200г	106.7
Итого за ЗАВТРАК		425г	537.61
ЗАВТРАК № 2	Банан	100г	95
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	95
О Б Е Д	Винегрет с растительным маслом	60г	68.85
	Суп крестьянский с крупой (крупка 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		690г
ПОЛДНИК	Булочка ванильная Н	60г	177
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		260г	279
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	291.76
Итого за день		1925г	1932.575

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
 Директор _____
 МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

 А. М. Леонтьева

МЕНЮ
 О В З (3-7 лет)
 06.09.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	180г	200.07
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	372.97
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	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		700г	675.451
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	119.34
	Печенье сахарное	50г	695
Итого за ПОЛДНИК		250г	814.34
У Ж И Н	Каша гречневая рассыпчатая Н	200г	350
	Хлеб пшеничный	50г	121
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за У Ж И Н		450г	573
Итого за день		1915г	2458.761

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
07.09.2023

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	60г	25.2	
	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		710г	666.067
	ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ		70г	161.875	
Итого за ПОЛДНИК		270г	203.375	
У Ж И Н	Капуста тушеная	200г	162.4	
	Напиток из шиповника	200г	61.3	
	Хлеб пшеничный	50г	121	
Итого за У Ж И Н		450г	344.7	
Итого за день		1960г	1973.955	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
 Директор _____
 МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

 А. М. Леонтьева

МЕНЮ
 О В З (3-7 лет)
 08.09.2023

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	Банан	100г	95
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	95
О Б Е Д	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	60г	37.3
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	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		690г	611.57
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	50г	587.5
Итого за ПОЛДНИК		250г	689.5
У Ж И Н	Пудинг из творога с рисом	200г	516
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	664.6
Итого за день		1915г	2440.44

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
11.09.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	180г	259.8
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	373.1
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Рассольник домашний	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		710г
ПОЛДНИК	Вафли	50г	408.334
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		250г	510.334
У Ж И Н	Рагу из овощей	200г	129.2
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	311.5
Итого за день		1925г	1859.651

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
12.09.2023

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
О Б Е Д	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 О Б Е Д		710г	566.18
ПОЛДНИК	Коржик молочный	60г	239
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		260г	341
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	291.76
Итого за день		1945г	1774.13

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
13.09.2023

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	60г	82.4
	Запеканка из печени с рисом	180г	271
	Суп гороховый Н	200г	141.1
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		680г	748.18
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	119.34
	Печенье сахарное	50г	695
Итого за ПОЛДНИК		250г	814.34
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	60г	22.1
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		460г	407.775
Итого за день		1905г	2395.985

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ
 МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
 О В З (3-7 лет)
 14.09.2023

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	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
	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
	Кисель из смородины	180г	46.44
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		710г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		270г	313.334
У Ж И Н	Суп молочный с гречневой крупой Н	200г	138.72
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	321.02
Итого за день		1955г	1772.798

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

О В З (3-7 лет)

15.09.2023

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	Банан	100г	95
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	95
О Б Е Д	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200г	111.22
	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		620г	611.14
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	50г	587.5
Итого за ПОЛДНИК		250г	689.5
У Ж И Н	Сырники из творога со сгущенным молоком	200г	152.8
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	300.2
Итого за день		1840г	1943.485

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
18.09.2023

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	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	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		690г	665.09
ПОЛДНИК	Вафли	50г	408.334
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		250г	510.334
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	60г	22.1
	Чай с молоком и сахаром Н	200г	52.9
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		460г	433.075
Итого за день		1915г	1931.909

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

О В З (3-7 лет)

19.09.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная пшеничная Н	180г	260.91	
	Бутерброд с повидлом	45г	170	
	Какао с молоком Н	200г	106.7	
Итого за ЗАВТРАК		425г	537.61	
ЗАВТРАК № 2	Банан	100г	95	
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	95	
О Б Е Д	Винегрет с растительным маслом	60г	68.85	
	Суп крестьянский с крупой (крупка 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		690г	729.205
	ПОЛДНИК	Булочка ванильная Н	60г	177
Молоко кипяченое		200г	102	
Итого за ПОЛДНИК		260г	279	
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36	
	Чай с сахаром Н	200г	26.4	
	Хлеб пшеничный	50г	121	
Итого за У Ж И Н		450г	291.76	
Итого за день		1925г	1932.575	

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

О В З (3-7 лет)

20.09.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная кукурузная Н	180г	200.07
	Кофейный напиток с молоком Н	200г	86
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	372.97
ЗАВТРАК № 2	Сок фруктовый	100г	23
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	23
О Б Е Д	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	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		700г
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	119.34
	Печенье сахарное	50г	695
Итого за ПОЛДНИК		250г	814.34
У Ж И Н	Каша гречневая рассыпчатая Н	200г	350
	Хлеб пшеничный	50г	121
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за У Ж И Н		450г	573
Итого за день		1915г	2458.761

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Директор

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
21.09.2023

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	60г	25.2
	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		710г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70г	161.875
Итого за ПОЛДНИК		270г	203.375
У Ж И Н	Капуста тушеная	200г	162.4
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	344.7
Итого за день		1960г	1973.955

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

О В З (3-7 лет)

22.09.2023

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	Банан	100г	95
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	95
О Б Е Д	Салат из свежих помидоров и огурцов Н	60г	37.3
	Щи из свежей капусты со сметаной Н	200г	99.45
	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		690г
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	50г	587.5
Итого за ПОЛДНИК		250г	689.5
У Ж И Н	Пудинг из творога с рисом	200г	516
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	664.6
Итого за день		1915г	2440.44

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

О В З (3-7 лет)

25.09.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром Н	180г	259.8
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Булочка бутербродная со сливочным маслом	35г	86.9
Итого за ЗАВТРАК		415г	373.1
ЗАВТРАК № 2	Яблоки	100г	47
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	47
О Б Е Д	Огурец в нарезке Н	60г	9.1
	Рассольник домашний	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		710г	617.717
ПОЛДНИК	Вафли	50г	408.334
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		250г	510.334
У Ж И Н	Рагу из овощей	200г	129.2
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	311.5
Итого за день		1925г	1859.651

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

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

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
26.09.2023

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
О Б Е Д	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 О Б Е Д		710г	566.18
ПОЛДНИК	Коржик молочный	60г	239
	Молоко кипяченое	200г	102
Итого за ПОЛДНИК		260г	341
У Ж И Н	Суп молочный с макаронными изделиями	200г	144.36
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	291.76
Итого за день		1945г	1774.13

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

О В З (3-7 лет)

27.09.2023

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	60г	82.4
	Запеканка из печени с рисом	180г	271
	Суп гороховый Н	200г	141.1
	Компот из кураги Н	180г	91.98
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		680г
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200г	119.34
	Печенье сахарное	50г	695
Итого за ПОЛДНИК		250г	814.34
У Ж И Н	Горошек зеленый Н	60г	22.1
	Чай с лимоном и сахаром Н	200г	27.6
	Омлет натуральный Н	150г	237.075
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		460г	407.775
Итого за день		1905г	2395.985

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

_____ А. М. Леонтьева

МЕНЮ
О В З (3-7 лет)
28.09.2023

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	Свекла отварная дольками Н	60г	25.2
	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
	Кисель из смородины	180г	46.44
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за О Б Е Д		710г	630.264
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	200г	41.5
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		270г	313.334
У Ж И Н	Суп молочный с гречневой крупой Н	200г	138.72
	Напиток из шиповника	200г	61.3
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	321.02
Итого за день		1955г	1772.798

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

О В З (3-7 лет)

29.09.2023

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	Банан	100г	95
Итого за ЗАВТРАК № 2		100г	95
О Б Е Д	Суп картофельный с макаронными изделиями Н	200г	111.22
	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		620г	611.14
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200г	102
	Сухарики	50г	587.5
Итого за ПОЛДНИК		250г	689.5
У Ж И Н	Сырники из творога со сгущенным молоком	200г	152.8
	Чай с сахаром Н	200г	26.4
	Хлеб пшеничный	50г	121
Итого за У Ж И Н		450г	300.2
Итого за день		1840г	1943.485

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)