

УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети до 3 лет
10.10.2022

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|-----------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 35г | 40 |
| | Макароны отварные с сыром Н | 100г | 144.334 |
| | Чай с сахаром Н | 180г | 23.76 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 315г | 208.094 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 100г | 23 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 23 |
| О Б Е Д | 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 изюма Н | 150г | 56.85 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за О Б Е Д | | 530г |
| ПОЛДНИК | Молоко кипяченое | 150г | 76.5 |
| | Пряники | 20г | 244 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 170г | 320.5 |
| У Ж И Н | Рагу из овощей | 150г | 96.9 |
| | Напиток из шиповника | 150г | 45.975 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| Итого за У Ж И Н | | 330г | 215.475 |
| Итого за день | | 1445г | 1315.908 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ

О В З (3-7 лет)

10.10.2022

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|-----------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 40г | 45.715 |
| | Макароны отварные с сыром Н | 120г | 173.2 |
| | Чай с сахаром Н | 200г | 26.4 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 360г | 245.315 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 100г | 23 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 23 |
| О Б Е Д | 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 изюма Н | 180г | 68.22 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за О Б Е Д | | 650г |
| ПОЛДНИК | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| | Пряники | 20г | 244 |
| | Итого за ПОЛДНИК | | 200г |
| 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 | | 1700г | 1486.752 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

МЕНЮ
Дети свыше 3 лет
10.10.2022

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|-----------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 40г | 45.715 |
| | Макароны отварные с сыром Н | 120г | 173.2 |
| | Чай с сахаром Н | 200г | 26.4 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 360г | 245.315 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 100г | 23 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 23 |
| О Б Е Д | 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 изюма Н | 180г | 68.22 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за О Б Е Д | | 650г |
| ПОЛДНИК | Молоко кипяченое | 180г | 91.8 |
| | Пряники | 20г | 244 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 200г | 335.8 |
| 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 | | 1700г | 1486.752 |

(должность)

(подпись)

(графика/образка подписи)