



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

**МЕНЮ**  
Дети свыше 3 лет  
29.09.2022

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	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
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		650г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		250г	309.184
У Ж И Н	Капуста тушеная	200г	162.4
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		410г	290.17
Итого за день		1835г	1750.038

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

А. М. Леонтьева

**МЕНЮ**  
О В З (3-7 лет)  
29.09.2022

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	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
	Компот из смеси сухофруктов Н	180г	83.88
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
	Хлеб ржаной	30г	89.1
	Итого за О Б Е Д		650г
ПОЛДНИК	Компот из яблок Н	180г	37.35
	Булочка домашняя	70г	271.834
Итого за ПОЛДНИК		250г	309.184
У Ж И Н	Капуста тушеная	200г	162.4
	Напиток из шиповника	180г	55.17
	Хлеб пшеничный	30г	72.6
Итого за У Ж И Н		410г	290.17
Итого за день		1835г	1750.038

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)