



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
01.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша "Дружба" на сухом молоке | 180г | 161.91 |
| | Бутерброд с повидлом | 45г | 170 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 200г | 27.6 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 425г | 359.51 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| О Б Е Д | Салат из свеклы с изюмом | 60г | 74.4 |
| | 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 | 730.39 |
| 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 | | 1925г | 2080.309 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Зам. директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
02.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 180г | 260.91 |
| | Бутерброд с маслом | 40г | 45.715 |
| | Какао с молоком Н | 200г | 106.7 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 420г | 413.325 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 200г | 46 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 200г | 46 |
| О Б Е Д | Винегрет с растительным маслом | 60г | 68.85 |
| | Суп картофельный с клецками Н | 200г | 94.06 |
| | Оладьи из печени по-кунцевски Н | 70г | 163.975 |
| | 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 |
| ПОЛДНИК | Кисель из облепихи Н | 200г | 58.8 |
| | Булочка ванильная Н | 60г | 177 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 260г | 235.8 |
| 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 | | 2040г | 1737.47 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
03.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша жидкая молочная кукурузная Н | 180г | 200.07 |
| | Бутерброд с повидлом | 45г | 170 |
| | Кофейный напиток с молоком Н | 200г | 86 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 425г | 456.07 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| О Б Е Д | Салат из моркови с курагой | 60г | 40.8 |
| | 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 | 704.751 |
| ПОЛДНИК | Йогурт питьевой | 200г | 119.34 |
| | Печенье сахарное | 50г | 695 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 250г | 814.34 |
| У Ж И Н | Напиток из шиповника | 200г | 61.3 |
| | Хлеб пшеничный | 50г | 121 |
| | Вареники ленивые отварные с маслом | 200г | 421.936 |
| Итого за У Ж И Н | | 450г | 604.236 |
| Итого за день | | 1925г | 2626.397 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
04.04.2024

| 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 | Сок фруктовый | 200г | 46 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 200г | 46 |
| О Б Е Д | Свекла отварная дольками Н | 60г | 25.2 |
| | Суп фасолевый Н | 200г | 134.96 |
| | Макароны отварные Н | 120г | 166.4 |
| | Компот из смородины Н | 180г | 31.86 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Гуляш из мяса курицы | 90г | 334.125 |
| | 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 | 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 | | 2060г | 2389.433 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Зам.директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
05.04.2024

| 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 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| О Б Е Д | 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 | 90г | 131.915 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| Итого за О Б Е Д | | 650г | 603.585 |
| ПОЛДНИК | Молоко кипяченое | 200г | 102 |
| | Пряники | 50г | 610 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 250г | 712 |
| У Ж И Н | Пудинг из творога с рисом | 200г | 516 |
| | Сгущенное молоко | 30г | 521.764 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 200г | 27.6 |
| | Хлеб пшеничный | 50г | 121 |
| Итого за У Ж И Н | | 480г | 1186.364 |
| Итого за день | | 1905г | 2928.719 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
08.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|-----------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 40г | 45.715 |
| | Макароны отварные с сыром Н | 180г | 259.8 |
| | Чай с сахаром Н | 200г | 26.4 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 420г | 331.915 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 200г | 46 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 200г | 46 |
| О Б Е Д | Морковь отварная дольками Н | 60г | 37.6 |
| | 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 | | 2030г | 1845.966 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
09.04.2024

| 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 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| О Б Е Д | Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 60г | 59.4 |
| | 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 |
| ПОЛДНИК | Кисель из брусники Н | 200г | 60.7 |
| | Коржик молочный | 60г | 239 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 260г | 299.7 |
| 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 | 1732.73 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Зам.директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
10.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность | |
|----------------------|----------------------------------|-----------------|--------------|---------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 180г | 262.89 | |
| | Бутерброд с маслом | 40г | 45.715 | |
| | Чай с молоком и сахаром Н | 200г | 52.9 | |
| Итого за ЗАВТРАК | | 420г | 361.505 | |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 200г | 46 | |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 200г | 46 | |
| О Б Е Д | Винегрет с растительным маслом | 60г | 68.85 | |
| | Суп гороховый Н | 200г | 141.1 | |
| | Печень говяжья по-строгановски Н | 90г | 348.975 | |
| | Макароны отварные Н | 120г | 166.4 | |
| | Компот из кураги Н | 180г | 91.98 | |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 | |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 | |
| | Итого за О Б Е Д | | 710г | 979.005 |
| | 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 | | 2040г | 2608.625 | |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
11.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная овсяная Н | 180г | 264.78 |
| | Бутерброд с повидлом | 45г | 170 |
| | Какао с молоком Н | 200г | 106.7 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 425г | 541.48 |
| 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 |
| | Кисель из смородины | 180г | 46.44 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Жаркое по - домашнему с птицей | 180г | 259.07 |
| Итого за О Б Е Д | | 680г | 591.86 |
| 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 | | 1925г | 1814.694 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Зам. директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
12.04.2024

| 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 | Сок фруктовый | 200г | 46 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 200г | 46 |
| 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 |
| | Пряники | 50г | 610 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 250г | 712 |
| 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 | | 1940г | 1916.985 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора
И.В.Михеенко

МЕНЮ
Дети от 3 до 7 лет
15.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша "Дружба" на сухом молоке | 180г | 161.91 |
| | Бутерброд с повидлом | 45г | 170 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 200г | 27.6 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 425г | 359.51 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| О Б Е Д | Салат из свеклы с изюмом | 60г | 74.4 |
| | 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 | 730.39 |
| 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 | | 1925г | 2080.309 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет

16.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность | |
|----------------------|--------------------------------------|----------------------|--------------|---------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 180г | 260.91 | |
| | Бутерброд с маслом | 40г | 45.715 | |
| | Какао с молоком Н | 200г | 106.7 | |
| Итого за ЗАВТРАК | | 420г | 413.325 | |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 200г | 46 | |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 200г | 46 | |
| О Б Е Д | Винегрет с растительным маслом | 60г | 68.85 | |
| | Суп картофельный с клецками Н | 200г | 94.06 | |
| | Оладьи из печени по-кунцевски Н | 70г | 163.975 | |
| | 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 | 750.585 |
| | ПОЛДНИК | Кисель из облепихи Н | 200г | 58.8 |
| Булочка ванильная Н | | 60г | 177 | |
| Итого за ПОЛДНИК | | 260г | 235.8 | |
| 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 | | 2040г | 1737.47 | |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Зам. директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет

17.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша жидкая молочная кукурузная Н | 180г | 200.07 |
| | Бутерброд с повидлом | 45г | 170 |
| | Кофейный напиток с молоком Н | 200г | 86 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 425г | 456.07 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| О Б Е Д | Салат из моркови с курагой | 60г | 40.8 |
| | 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 |
| У Ж И Н | Напиток из шиповника | 200г | 61.3 |
| | Хлеб пшеничный | 50г | 121 |
| | Вареники ленивые отварные с маслом | 200г | 421.936 |
| Итого за У Ж И Н | | 450г | 604.236 |
| Итого за день | | 1925г | 2626.397 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Зам. директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
18.04.2024

| 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 | Сок фруктовый | 200г | 46 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 200г | 46 |
| О Б Е Д | Свекла отварная дольками Н | 60г | 25.2 |
| | Суп фасолевый Н | 200г | 134.96 |
| | Макароны отварные Н | 120г | 166.4 |
| | Компот из смородины Н | 180г | 31.86 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Гуляш из мяса курицы | 90г | 334.125 |
| Итого за О Б Е Д | | 710г | 854.245 |
| ПОЛДНИК | Компот из яблок Н | 200г | 41.5 |
| | КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 70г | 161.875 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 270г | 203.375 |
| 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 | | 2060г | 2389.433 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Зам.директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
19.04.2024

| 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 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| О Б Е Д | 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 | 90г | 131.915 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| Итого за О Б Е Д | | 650г | 603.585 |
| ПОЛДНИК | Молоко кипяченое | 200г | 102 |
| | Пряники | 50г | 610 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 250г | 712 |
| У Ж И Н | Пудинг из творога с рисом | 200г | 516 |
| | Сгущенное молоко | 30г | 521.764 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 200г | 27.6 |
| | Хлеб пшеничный | 50г | 121 |
| Итого за У Ж И Н | | 480г | 1186.364 |
| Итого за день | | 1905г | 2928.719 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Зам. директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
22.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|-----------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 40г | 45.715 |
| | Макароны отварные с сыром Н | 180г | 259.8 |
| | Чай с сахаром Н | 200г | 26.4 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 420г | 331.915 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 200г | 46 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 200г | 46 |
| О Б Е Д | Морковь отварная дольками Н | 60г | 37.6 |
| | 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 | 646.217 |
| 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 | | 2030г | 1845.966 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
23.04.2024

| 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 | Яблоки | 100г | 47 | |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 | |
| О Б Е Д | Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 60г | 59.4 | |
| | 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 | 614.08 |
| | ПОЛДНИК | Кисель из брусники Н | 200г | 60.7 |
| Коржик молочный | | 60г | 239 | |
| Итого за ПОЛДНИК | | 260г | 299.7 | |
| 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 | 1732.73 | |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
24.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|----------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 180г | 262.89 |
| | Бутерброд с маслом | 40г | 45.715 |
| | Чай с молоком и сахаром Н | 200г | 52.9 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 420г | 361.505 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 200г | 46 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 200г | 46 |
| О Б Е Д | Винегрет с растительным маслом | 60г | 68.85 |
| | Суп гороховый Н | 200г | 141.1 |
| | Печень говяжья по-строгановски Н | 90г | 348.975 |
| | Макароны отварные Н | 120г | 166.4 |
| | Компот из кураги Н | 180г | 91.98 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Итого за О Б Е Д | | 710г |
| 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 | | 2040г | 2608.625 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Зам.директора

УТВЕРЖДАЮ

MAOU ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
25.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная овсяная Н | 180г | 264.78 |
| | Бутерброд с повидлом | 45г | 170 |
| | Какао с молоком Н | 200г | 106.7 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 425г | 541.48 |
| 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 |
| | Кисель из смородины | 180г | 46.44 |
| | Хлеб пшеничный | 30г | 72.6 |
| | Хлеб ржаной | 30г | 89.1 |
| | Жаркое по - домашнему с птицей | 180г | 259.07 |
| | Итого за О Б Е Д | | 680г |
| 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 | | 1925г | 1814.694 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Зам.директора

УТВЕРЖДАЮ

MAOU ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
26.04.2024

| 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 | Сок фруктовый | 200г | 46 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 200г | 46 |
| 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 |
| | Пряники | 50г | 610 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 250г | 712 |
| 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 | | 1940г | 1916.985 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



Зам.директора

УТВЕРЖДАЮ

MAOU ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
29.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша "Дружба" на сухом молоке | 180г | 161.91 |
| | Бутерброд с повидлом | 45г | 170 |
| | Чай с лимоном и сахаром Н | 200г | 27.6 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 425г | 359.51 |
| ЗАВТРАК № 2 | Яблоки | 100г | 47 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 100г | 47 |
| О Б Е Д | Салат из свеклы с изюмом | 60г | 74.4 |
| | 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 | 730.39 |
| 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 | | 1925г | 2080.309 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети от 3 до 7 лет
30.04.2024

| Прием пищи | Блюдо | Выход | Калорийность |
|----------------------|--------------------------------------|-------|--------------|
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшеничная Н | 180г | 260.91 |
| | Бутерброд с маслом | 40г | 45.715 |
| | Какао с молоком Н | 200г | 106.7 |
| Итого за ЗАВТРАК | | 420г | 413.325 |
| ЗАВТРАК № 2 | Сок фруктовый | 200г | 46 |
| Итого за ЗАВТРАК № 2 | | 200г | 46 |
| О Б Е Д | Винегрет с растительным маслом | 60г | 68.85 |
| | Суп картофельный с клецками Н | 200г | 94.06 |
| | Оладьи из печени по-кунцевски Н | 70г | 163.975 |
| | 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 |
| ПОЛДНИК | Кисель из облепихи Н | 200г | 58.8 |
| | Булочка ванильная Н | 60г | 177 |
| Итого за ПОЛДНИК | | 260г | 235.8 |
| 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 | | 2040г | 1737.47 |

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)