

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В. Михеенко

МЕНЮ
Дети (1-4 класс)
06.11.2023



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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		820г	753.82

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора _____
МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И. В. Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

07.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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		810г	792.49

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

08.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200г	111.2	
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	100г	234.25	
	Каша перловая рассыпчатая Н	150г	205.2	
	Компот из кураги	200г	121.4	
	Хлеб пшеничный	60г	145.2	
	Хлеб ржаной	30г	89.1	
	Итого за ОБЕД		800г	917.85
	Итого за день		800г	917.85

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Выход	Калорийность
ОБЕД	60г	11.5
	200г	111.2
	100г	234.25
	150г	205.2
	200г	121.4
	60г	145.2
	30г	89.1
	800г	917.85
	800г	917.85



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

09.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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
Итого за день		795г	807.1

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

60г	9.1
200г	141.1
75г	126.4
20г	13.1
150г	189.9
200г	93.2
60г	145.2
30г	89.1
795г	807.1
795г	807.1

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

10.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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		800г	790.75

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

13.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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		750г	874.1

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

14.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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		810г	805.54

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

15.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
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		795г	832.64

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

	60г	37.6
картофелем Н	200г	92.34
	75г	209
	20г	13.1
	150г	204.8
	200г	41.5
	60г	145.2
	30г	89.1
	795г	832.64
	795г	832.64

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

М.В.Михеенко

МЕНЮ
Дети (1-4 класс)
16.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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		800г	1048.61

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

17.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Рассольник Ленинградский Н	200г	113.3
	Фрикадельки из говядины Н	80г	153
	Соус красный основной	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		800г	770.22

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Выход	Калорийность
60г	11.5
200г	113.3
80г	153
20г	14.72
150г	208
200г	35.4
60г	145.2
30г	89.1
800г	770.22
800г	770.22

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

18.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
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		795г	754.63

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

60г	9.1
200г	99.45
75г	126.4
20г	38.08
150г	204.8
200г	42.5
60г	145.2
30г	89.1
795г	754.63
795г	754.63

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

20.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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		820г	753.82

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Выход	Калорийность
60г	11.5
200г	105.02
100г	55.2
20г	26.2
150г	213.5
200г	108.1
60г	145.2
30г	89.1
820г	753.82
820г	753.82

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В. Михеенко

МЕНЮ
Дети (1-4 класс)
21.11.2023



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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		810г	792.49

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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		810г	792.49

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В. Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

22.11.2023



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ОБЕД	Помидор в нарезке Н	60г	11.5
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200г	111.2
	Оладьи из печени по-кунцевски Н	100г	234.25
	Каша перловая рассыпчатая Н	150г	205.2
	Компот из кураги	200г	121.4
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Хлеб ржаной	30г	89.1
Итого за ОБЕД		800г	917.85
Итого за день		800г	917.85

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ
Дети (1-4 класс)
23.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
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		795г	807.1

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

200г	141.1
75г	126.4
20г	13.1
150г	189.9
200г	93.2
60г	145.2
30г	89.1
795г	807.1
795г	807.1

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора _____ МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

24.11.2023



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
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		800г	790.75

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В. Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

25.11.2023



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность	
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		795г	785.18

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В. Михеенко

МЕНЮ
Дети (1-4 класс)
27.11.2023



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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
Итого за день		750г	874.1

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

	Выход	Калорийность
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	750г	874.1

Зам.директора

УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

28.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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		810г	805.54

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

И.В.Михеенко

МЕНЮ

Дети (1-4 класс)

29.11.2023

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
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		795г	832.64

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

