

Утверждаю
ЕЛИЗАРОВА И.К.
20.10.2025
МБДОУ-детский сад комбинированного вида № 572

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 20.10.2025, 7.ДОУ 572, Дети, 5-д 10,5 н

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда
Завтрак					
Каша пшеничная на концентрате молоке со сливочным маслом	163,90216	4,02045	5,90364	19,60023	200,000
Батон с маслом	116,60341	2,57125	5,11705	17,66534	45,000
Кофейный напиток с молоком	99,63830	2,07943	2,04125	15,68932	200,000
Итого:	380,14387	8,67113	13,06194	52,95489	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	47,04545	0,50568	0,10114	10,21477	100,000
Итого:	47,04545	0,50568	0,10114	10,21477	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 50гр.	60,35670	0,74602	3,71250	5,68136	50,000
Суп-лапша на курином бульоне 0,180	73,58807	1,38250	2,73784	9,56057	180,000
Котлета из мяса курицы	107,80068	12,14352	3,61761	4,19795	80,000
Картофельное пюре 150 гр	150,64625	3,19693	5,19989	19,95080	150,000
Компот из кураги	64,56523	0,22216	0,00000	15,44045	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	59,64773	2,14875	0,39068	13,60875	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	57,19875	1,85591	0,21977	12,23466	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	573,80341	21,69579	15,87829	80,67454	730,000
Полдник					
Джем 5 г	15,53977	0,02466	0,00000	4,06500	5,000
Запеканка творожная 120 гр	278,64443	12,88409	16,75898	10,98602	120,000
Чай 200 гр ,	49,82989	0,00000	0,00000	11,80636	200,000
Итого:	344,01409	12,90875	16,75898	26,85738	325,000
Всего:	1 345,00682	43,78135	45,80035	170,70158	1 600,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

21.10.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 10 от 21.10.2025, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 200гр	224,61926	5,88432	5,61444	33,18222	200,000
Батон с маслом	133,02222	3,10506	5,32506	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80346	2,81605	16,86593	200,000
Итого:	473,51148	11,79284	13,75555	71,40815	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,56790	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,56790	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с кукурузой с растительным маслом 50 гр.	58,60741	0,85469	3,40160	6,81469	50,000
Рассольник с крупой и сметаной 180 гр	103,59877	1,72840	4,20383	12,86753	180,000
Суфле рыбное.	100,06790	9,51198	4,58272	2,25086	80,000
Картофельное пюре 150 гр	150,79580	3,19691	5,19988	19,95086	150,000
Компот из изюма	76,40173	0,16926	0,00000	18,37654	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,13210	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,15556	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	623,75927	20,05124	18,07803	89,92048	730,000
Полдник					
Чай с лимоном	55,38543	0,04235	0,00444	12,93753	200,000
Сдоба обыкновенная 90 гр	319,81062	8,31420	6,01815	50,67395	90,000
Итого:	375,19605	8,35655	6,02259	63,61148	290,000
Всего:	1 519,03470	40,70063	37,95617	235,04011	1 565,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)



Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

22.10.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 22.10.2025, 7.ДОУ 572, Дети 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	225,74747	6,39193	8,07398	26,76048	200,000
Батон с повидлом (джемом) .	119,43976	3,11843	1,20000	27,65602	50,000
Какао с молоком.	63,08000	1,24458	1,15277	10,97277	200,000
Итого:	408,26723	10,75494	10,42675	65,38927	450,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,55422	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,55422	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с реп.луком,сол.огурцом раст.маслом 50гр.	58,01602	0,73169	3,04253	5,67855	50,000
Суп-пюре картофельный вегетарианский.	130,57819	2,61578	5,07229	16,21133	200,000
Свекла тушеная в сметанном соусе	130,02795	2,68373	5,21699	18,32036	150,000
Бифштекс рубленый паровой 80 гр.	196,00506	20,13663	10,21133	0,29940	80,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,29398	0,48880	0,02639	17,99060	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,11325	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,13494	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	728,16939	31,24663	24,25953	88,16024	750,000
Полдник					
Макаронник 120г	229,98699	5,72795	7,57819	29,87795	120,000
Чай с сахаром.	38,35663	0,00000	0,00000	9,08181	200,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,37831	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	291,72193	6,48795	7,66819	43,96976	330,000
Всего:	1 474,71277	48,98952	42,45447	207,61927	1 630,000

Заведующий
(должность)


(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

23.10.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 23.10.2025, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Салат из моркови с растительным маслом 40гр	42,81069	0,59966	2,15310	5,24253	40,000
Омлет натуральный 120 гр.	178,77664	9,41149	12,06046	3,02874	120,000
Батон с маслом	132,91034	3,10506	5,32506	21,36000	45,000
Чай с сахаром.	38,33563	0,00000	0,00000	9,08184	200,000
Итого:	392,83330	13,11621	19,53862	38,71311	405,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,52874	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,52874	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым луком и растит.маслом 50гр.	73,24805	0,88517	3,81264	7,21207	50,000
Суп крестьянский со сметаной	94,93023	1,03195	4,08966	11,08724	200,000
Гуляш из мяса свинины 80 гр.	233,87161	15,26184	14,77701	3,71667	80,000
Каша гречневая рассыпчатая 150г	190,06057	4,71770	6,32345	28,98598	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,25057	0,48885	0,02644	17,99069	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,07816	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,09655	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	805,53574	26,97551	29,71920	98,65265	750,000
Полдник					
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным 150г	147,15310	2,74529	4,47885	19,59862	150,000
Кофейный напиток на молоке	85,89115	1,48747	1,40805	14,72747	200,000
Мармелад 20 гр	59,27356	0,08000	0,00000	15,32000	20,000
Итого:	292,31781	4,31276	5,88690	49,64609	370,000
Всего:	1 537,21559	44,90448	55,24472	197,11185	1 625,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)



ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

24.10.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 24.10.2025, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10, 5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	230,53756	6,42500	7,88037	26,95598	200,000
Батон с маслом	133,00244	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80341	2,81598	16,86585	200,000
Итого:	479,41000	12,33341	16,02135	65,18183	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,56098	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,56098	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом	36,29927	0,85280	2,04768	4,57085	50,000
Щи со сметаной 180г	62,52134	1,62866	2,50402	8,07280	180,000
Тефтели из говядины с рисом "Ёжики"	181,89793	10,87366	10,33024	5,74500	80,000
Макаронные изделия отварные .	225,08183	4,91622	5,71915	34,12317	150,000
Кисель из шиповника	92,28183	0,32524	0,00524	21,62451	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,12256	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,14512	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	732,34988	23,18658	21,29633	103,79633	730,000
Полдник					
Кефир 100 г	56,62146	2,79549	3,19488	4,09341	100,000
Манник (68 гр)	316,01195	7,54098	9,35037	44,09183	68,000
Мак	0,14171	0,00220	0,00585	0,00256	1,000
Итого:	372,77512	10,33867	12,55110	48,18780	169,000
Всего:	1 631,09598	46,35866	49,96878	227,26596	1 444,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443724

Владелец Жидкова Наталья Александровна

Действителен с 06.05.2025 по 06.05.2026