

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

05.11.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 11 от 05.11.2025, 7.ДОУ 572, Ясли 5 д 10,5 ч

| Блюдо                                               | Энергетическая<br>ценность, ккал | Белки, г        | Жиры, г         | Углеводы, г      | Выход блюда, г   |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                                      |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Каша ячневая молочная с маслом<br>сливочным 150г    | 166,41000                        | 4,41333         | 4,21167         | 24,88583         | 150,000          |
| Батон с маслом                                      | 88,67000                         | 1,94500         | 4,05000         | 13,35667         | 29,000           |
| Чай с сахаром.                                      | 28,42500                         | 0,00000         | 0,00000         | 6,81167          | 150,000          |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>283,50500</b>                 | <b>6,35833</b>  | <b>8,26167</b>  | <b>45,05417</b>  | <b>329,000</b>   |
| <b>Завтрак второй</b>                               |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Сок фруктовый 100 г                                 | 46,00000                         | 0,50000         | 0,10000         | 10,10000         | 100,000          |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>46,00000</b>                  | <b>0,50000</b>  | <b>0,10000</b>  | <b>10,10000</b>  | <b>100,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                         |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Салат из белокачанной капусты с<br>помидорами 45 гр | 32,14750                         | 0,74083         | 2,31333         | 2,87000          | 45,000           |
| Суп картофельный с бобовыми 0,150                   | 97,74000                         | 3,18833         | 2,98667         | 13,19917         | 150,000          |
| Плов из отварной куры.                              | 542,73583                        | 25,07583        | 29,20333        | 29,47167         | 180,000          |
| Компот из изюма                                     | 71,68000                         | 0,16917         | 0,00000         | 17,46833         | 150,000          |
| Хлеб ржаной 35 гр                                   | 63,35000                         | 2,31000         | 0,42000         | 14,63000         | 35,000           |
| Хлеб пшеничный 30 гр                                | 69,30000                         | 2,28000         | 0,27000         | 15,03000         | 30,000           |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>876,95333</b>                 | <b>33,76416</b> | <b>35,19333</b> | <b>92,66917</b>  | <b>590,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                      |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Суп молочный с лапшой 0,15                          | 79,79250                         | 2,46583         | 2,86667         | 9,39167          | 150,000          |
| Повидло 5 гр                                        |                                  |                 |                 |                  | 5,000            |
| Батон 20 гр                                         | 47,00000                         | 1,54000         | 0,60000         | 10,66000         | 20,000           |
| Чай с сахаром.                                      | 28,42500                         | 0,00000         | 0,00000         | 6,81167          | 150,000          |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>155,21750</b>                 | <b>4,00583</b>  | <b>3,46667</b>  | <b>26,86334</b>  | <b>325,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                       | <b>1 361,67583</b>               | <b>44,62832</b> | <b>47,02167</b> | <b>174,68668</b> | <b>1 344,000</b> |

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

06.11.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 11 от 06.11.2025, 7.ДОУ 572, Ясли, 5 д 10,5 ч

| Блюдо                                   | Энергетическая<br>ценность, ккал | Белки, г        | Жиры, г         | Углеводы, г      | Выход блюда, г   |
|-----------------------------------------|----------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                          |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Каша манная молочная с маслом сливочным | 177,69000                        | 5,11444         | 6,45889         | 21,22667         | 150,000          |
| Кофейный напиток с молоком              | 88,06111                         | 2,10333         | 2,11222         | 12,87667         | 150,000          |
| Печенье 20 гр                           | 91,60000                         | 2,08000         | 1,04000         | 15,36000         | 20,000           |
| <b>Итого:</b>                           | <b>357,35111</b>                 | <b>9,29777</b>  | <b>9,61111</b>  | <b>49,46334</b>  | <b>320,000</b>   |
| <b>Завтрак второй</b>                   |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Сок фруктовый 100 г                     | 46,00000                         | 0,50000         | 0,10000         | 10,10000         | 100,000          |
| <b>Итого:</b>                           | <b>46,00000</b>                  | <b>0,50000</b>  | <b>0,10000</b>  | <b>10,10000</b>  | <b>100,000</b>   |
| <b>Обед</b>                             |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Огурец консервированный 20 гр           | 2,60000                          | 0,15000         | 0,01778         | 0,45556          | 20,000           |
| Рассольник с крупой и сметаной 180 гр   | 102,45333                        | 1,72889         | 4,20333         | 12,86778         | 180,000          |
| Бифштекс рубленый паровой 70 гр.        | 159,10778                        | 11,35000        | 10,72222        | 0,26222          | 70,000           |
| Пюре из гороха со сливочным маслом.     | 149,12000                        | 7,72667         | 3,60889         | 19,43000         | 120,000          |
| Напиток из шиповника                    | 65,37000                         | 0,28778         | 0,00000         | 15,81222         | 150,000          |
| Хлеб ржаной 35 гр                       | 63,35000                         | 2,31000         | 0,42000         | 14,63000         | 35,000           |
| Хлеб пшеничный 30 гр                    | 69,30000                         | 2,28000         | 0,27000         | 15,03000         | 30,000           |
| <b>Итого:</b>                           | <b>611,30111</b>                 | <b>25,83334</b> | <b>19,24222</b> | <b>78,48778</b>  | <b>605,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                          |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Зеленый горошек 20гр                    | 7,86667                          | 0,57444         | 0,03444         | 1,16556          | 20,000           |
| Омлет натуральный 100 гр.               | 146,33333                        | 7,71444         | 9,94222         | 2,51667          | 100,000          |
| Батон 20 гр                             | 47,00000                         | 1,54000         | 0,60000         | 10,66000         | 20,000           |
| Чай с сахаром.                          | 28,63556                         | 0,00000         | 0,00000         | 6,81111          | 150,000          |
| <b>Итого:</b>                           | <b>229,83556</b>                 | <b>9,82888</b>  | <b>10,57666</b> | <b>21,15334</b>  | <b>290,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                           | <b>1 244,48778</b>               | <b>45,45999</b> | <b>39,52999</b> | <b>159,20446</b> | <b>1 315,000</b> |

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

07.11.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 11 от 07.11.2025, 7.ДОУ 572, Ясли, 5 д 10,54

| Блюдо                                            | Энергетическая<br>ценность, ккал | Белки, г        | Жиры, г         | Углеводы, г      | Выход блюда, г   |
|--------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                                   |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Каша пшенная молочная с маслом<br>сливочным 150г | 173,61000                        | 4,83667         | 4,74000         | 23,46833         | 150,000          |
| Батон с маслом                                   | 88,67000                         | 1,94500         | 4,05000         | 13,35667         | 29,000           |
| Чай с сахаром.                                   | 28,42500                         | 0,00000         | 0,00000         | 6,81167          | 150,000          |
| <b>Итого:</b>                                    | <b>290,70500</b>                 | <b>6,78167</b>  | <b>8,79000</b>  | <b>43,63667</b>  | <b>329,000</b>   |
| <b>Завтрак второй</b>                            |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Сок фруктовый 100 г                              | 46,00000                         | 0,50000         | 0,10000         | 10,10000         | 100,000          |
| <b>Итого:</b>                                    | <b>46,00000</b>                  | <b>0,50000</b>  | <b>0,10000</b>  | <b>10,10000</b>  | <b>100,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                      |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Огурец свежий порционный 50 гр                   | 3,57000                          | 0,20333         | 0,02500         | 0,96833          | 25,000           |
| Свекольник со сметаной 180гр                     | 96,35167                         | 1,57833         | 4,11667         | 12,63500         | 150,000          |
| Суфле из мяса свинины 80 гр.                     | 268,13333                        | 19,39833        | 17,15833        | 2,40667          | 80,000           |
| Картофель отварной 150 г                         | 142,44000                        | 2,83333         | 2,70667         | 24,72833         | 150,000          |
| Компот из кураги                                 | 62,75000                         | 0,44000         | 0,00000         | 15,38667         | 150,000          |
| Хлеб ржаной 35 гр                                | 63,35000                         | 2,31000         | 0,42000         | 14,63000         | 35,000           |
| Хлеб пшеничный 30 гр                             | 69,30000                         | 2,28000         | 0,27000         | 15,03000         | 30,000           |
| <b>Итого:</b>                                    | <b>705,89500</b>                 | <b>29,04332</b> | <b>24,69667</b> | <b>85,78500</b>  | <b>620,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                   |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Чай с молоком 200 гр                             | 67,40000                         | 1,31667         | 1,40833         | 11,22000         | 200,000          |
| Сдоба обыкновенная 90 гр                         | 311,56000                        | 7,95833         | 5,71833         | 50,65167         | 90,000           |
| <b>Итого:</b>                                    | <b>378,96000</b>                 | <b>9,27500</b>  | <b>7,12666</b>  | <b>61,87167</b>  | <b>290,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                    | <b>1 421,56000</b>               | <b>45,59999</b> | <b>40,71333</b> | <b>201,39334</b> | <b>1 339,000</b> |

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