

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

17.11.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 17.11.2025, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная на концентрате молоке со сливочным маслом	228,91747	5,59937	8,33595	27,27443	200,000
Батон с маслом	127,85759	2,93456	5,25861	20,17937	45,000
Кофейный напиток с молоком	107,31127	2,42177	2,40747	16,24557	200,000
Итого:	464,08633	10,95570	16,00203	63,69937	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	48,32911	0,51899	0,10380	10,48354	100,000
Итого:	48,32911	0,51899	0,10380	10,48354	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 50гр.	58,17367	0,66823	3,70759	5,08899	50,000
Суп-лапша на курином бульоне 0,180	72,90861	1,35772	2,73772	9,38215	180,000
Рагу из мяса кур 200 гр	525,07987	24,59759	20,78987	47,72797	200,000
Компот из кураги	77,42785	0,48886	0,00000	18,71152	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	53,95633	1,93823	0,35241	12,27544	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,88481	2,27038	0,26886	14,96658	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	857,43114	31,32101	27,85645	108,15265	700,000
Полдник					
Джем 5 г	42,03101	0,06316	0,00000	10,97924	5,000
Запеканка творожная 120 гр	281,87127	12,96848	16,98038	11,02101	120,000
Чай 200 гр ,	49,89367	0,00000	0,00000	11,80633	200,000
Итого:	373,79595	13,03164	16,98038	33,80658	325,000
Всего:	1 743,64253	55,82734	60,94266	216,14214	1 570,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)



ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

18.11.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 18.11.2025, 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	224,76156	5,88442	5,61455	33,18221	200,000
Батон с маслом	133,10649	3,10506	5,32506	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80338	2,81597	16,86597	200,000
Итого:	473,73805	11,79286	13,75558	71,40818	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,59740	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,59740	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с кукурузой с растительным маслом 50 гр.	58,68636	0,85481	3,40169	6,81481	50,000
Рассольник "Ленинградский" с мясом куры со сметаной	213,25312	10,25584	10,77636	14,25948	200,000
Суфле рыбное.	100,24961	9,52610	4,58130	2,25065	80,000
Картофельное пюре 150 гр	150,88909	3,19701	5,19987	19,95078	150,000
Компот из изюма	76,45013	0,16922	0,00000	18,37662	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,17273	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,20000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	733,90104	28,59298	24,64922	91,31234	750,000
Полдник					
Чай с лимоном	55,42052	0,04234	0,00442	12,93753	200,000
Сдоба обыкновенная 90 гр	320,34987	8,33273	6,03377	50,67519	90,000
Корица 2 пачки (граммы)	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	20,000
Итого:	375,77039	8,37507	6,03819	63,61272	310,000
Всего:	1 630,00688	49,26091	44,54299	236,43324	1 605,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

19.11.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 19.11.2025, 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	238,81338	6,62446	7,67973	30,59568	200,000
Батон с повидлом (джемом) .	119,27703	3,10797	1,19595	27,58392	50,000
Какао с молоком.	63,16905	1,24459	1,15284	10,97270	200,000
Итого:	421,25946	10,97702	10,02852	69,15230	450,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	52,21622	0,56081	0,11216	11,32838	100,000
Итого:	52,21622	0,56081	0,11216	11,32838	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом 50гр.	58,13243	0,73554	3,04311	5,69041	50,000
Суп-пюре картофельный вегетарианский.	131,43716	2,63946	5,07230	16,38216	200,000
Бифштекс рубленый паровой 80 гр.	175,88365	17,55905	9,26230	0,29932	80,000
Свекла тушеная в сметанном соусе	126,77905	2,63973	4,92203	18,27149	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,40878	0,48878	0,02635	17,99068	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	58,45811	2,10041	0,38189	13,30257	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,54865	2,29027	0,27122	15,09770	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	700,64783	28,45324	22,97920	87,03433	750,000
Полдник					
Джем 5 г	11,08108	0,01743	0,00000	2,88081	5,000
Макаронник 120г	230,42230	5,73176	7,58149	29,87811	120,000
Чай с сахаром.	38,41216	0,00000	0,00000	9,08176	200,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,41216	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	303,32770	6,50919	7,67149	46,85068	335,000
Всего:	1 477,45121	46,50026	40,79137	214,36569	1 635,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

20.11.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 20.11.2025, 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 45 гр	35,35638	0,58500	1,84325	5,08325	45,000
Омлет натуральный 120 гр.	179,37475	9,43700	12,08188	3,03025	120,000
Батон с маслом	114,97688	2,51313	5,09438	17,26263	45,000
Чай с сахаром.	38,37375	0,00000	0,00000	9,08175	200,000
Итого:	368,08176	12,53513	19,01951	34,45788	410,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	47,72500	0,51250	0,10250	10,35250	100,000
Итого:	47,72500	0,51250	0,10250	10,35250	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым луком и растит.маслом 50гр.	72,03438	0,80125	3,81250	6,92463	50,000
Суп крестьянский со сметаной	107,71163	2,16275	4,62125	13,61313	200,000
Гуляш из мяса свинины 80 гр.	197,50538	13,07038	12,10950	3,70763	80,000
Каша гречневая рассыпчатая 150г	169,06775	4,70438	4,26713	28,96538	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,32938	0,48875	0,02638	17,99075	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	53,28188	1,91400	0,34800	12,12200	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,01125	2,24200	0,26550	14,77950	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	747,94165	25,38351	25,45026	98,10302	750,000
Полдник					
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным 150г	169,01450	3,16675	4,37750	24,49338	150,000
Кофейный напиток на молоке	71,96213	0,82950	0,70400	13,65825	200,000
Мармелад 20 гр	68,12250	0,09200	0,00000	17,61800	20,000
Итого:	309,09913	4,08825	5,08150	55,76963	370,000
Всего:	1 472,84754	42,51939	49,65377	198,68303	1 630,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

21.11.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 21.11.2025, 7.ДОУ 572, Дети 5 д 10,5

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	230,92333	6,42486	7,88042	26,95597	200,000
Батон с маслом	133,22500	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Сыр 6 гр	19,70222	1,43514	1,47931	0,00000	6,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80347	2,81597	16,86597	200,000
Итого:	499,72055	13,76847	17,50070	65,18194	451,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,63889	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,63889	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом	36,37944	0,85278	2,04778	4,57083	50,000
Щи со сметаной 180г	62,58611	1,62847	2,50403	8,07278	180,000
Тефтели из говядины с рисом "Ёжики"	184,99167	11,06361	10,48319	5,74500	80,000
Макаронные изделия отварные .	225,45847	4,91625	5,71917	34,12306	150,000
Кисель из шиповника	92,43625	0,32528	0,00528	21,62458	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,22986	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,26250	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	736,34430	23,37639	21,44945	103,79625	730,000
Полдник					
Кефир 100 г	56,71556	2,79556	3,19486	4,09347	100,000
Манник (68 гр)	316,77194	7,55556	9,36264	44,09264	68,000
Итого:	373,48750	10,35112	12,55750	48,18611	168,000
Всего:	1 656,19124	47,99598	51,60765	227,26430	1 449,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340216

Владелец Елизарова Ирина Юрьевна

Действителен с 28.11.2025 по 28.11.2026