

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

01.12.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 01.12.2025, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 0,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	198,43783	5,36120	5,34108	27,50410	200,000
Батон с маслом	129,86867	3,00301	5,28530	20,65361	45,000
Кофейный напиток на сгущенном молоке без сахара	82,94940	1,73867	1,73217	12,58325	200,000
Итого:	411,25590	10,10288	12,35855	60,74096	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	47,66265	0,51205	0,10241	10,34337	100,000
Итого:	47,66265	0,51205	0,10241	10,34337	100,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом 50 гр.	38,99928	0,55361	3,36458	2,19193	50,000
Суп картофельный с зеленым горошком со сметаной 180г	66,13482	1,45446	2,47241	8,33277	180,000
Плов из отварной кури.	490,96687	18,88337	24,62048	35,45024	230,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,29398	0,48880	0,02639	17,99060	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	60,18795	2,16687	0,39398	13,72349	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	78,76265	2,56386	0,30361	16,90120	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Куркума	0,46916	0,01012	0,01289	0,08446	1,000
Итого:	814,81471	26,12109	31,19434	94,67469	731,000
Полдник					
Сгущенное молоко 15 гр	49,77349	1,10590	1,30554	8,60157	15,000
Сырники запеченные	396,87928	17,68024	22,05723	20,39012	150,000
Чай с сахаром.	38,35663	0,00000	0,00000	9,08181	200,000
Итого:	485,00940	18,78614	23,36277	38,07350	365,000
Всего:	1 758,74266	55,52216	67,01807	203,83252	1 641,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

02.12.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 02.12.2025, 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	224,49035	5,88447	5,61447	33,18235	200,000
Батон с маслом	132,94588	3,10506	5,32506	21,36000	45,000
Чай с сахаром.	38,34588	0,00000	0,00000	9,08176	200,000
Итого:	395,78211	8,98953	10,93953	63,62411	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,54118	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,54118	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом 60гр.	67,19588	0,75200	4,44671	5,38176	60,000
Суп овощной с мясом куры	136,88200	7,35612	7,83094	6,58176	200,000
Биточки рыбные	116,41600	8,68212	4,57976	7,10129	80,000
Картофельное пюре 150 гр	150,71129	3,19694	5,19988	19,95082	150,000
Компот из изюма	76,35788	0,16918	0,00000	18,37659	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,09529	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,11529	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	681,77363	24,74636	22,74729	87,05222	760,000
Полдник					
Чай с лимоном	55,35365	0,04235	0,00435	12,93741	200,000
Сдоба обыкновенная 90 гр	319,47247	8,29753	6,00400	50,67318	90,000
Мак	0,13671	0,00212	0,00565	0,00247	1,000
Итого:	374,96283	8,34200	6,01400	63,61306	291,000
Всего:	1 499,05975	42,57789	39,80082	224,38939	1 596,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

03.12.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 03.12.2025, 7.ДОУ 572, Дети 5 д 10:5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	217,75229	3,87277	7,70446	25,80952	200,000
Батон с маслом	132,98313	3,10506	5,32506	21,36000	45,000
Какао с молоком.	63,08000	1,24458	1,15277	10,97277	200,000
Итого:	413,81542	8,22241	14,18229	58,14229	445,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 200г	93,10843	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Итого:	93,10843	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Обед					
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст.мас 50гр.	70,65807	0,71337	4,48072	5,48578	50,000
Суп картофельный с бобовыми 0,200	131,47711	4,25072	3,98289	17,59940	200,000
Гуляш из мяса свинины 80 гр.	234,00036	15,26181	14,77699	3,71687	80,000
Макаронные изделия отварные .	225,04916	4,91614	5,71916	34,12325	150,000
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:	874,72687	30,22084	29,67615	108,57590	750,000
Полдник					
Суп молочный с лапшой 0,15	80,75386	2,46614	2,86578	9,39253	150,000
Повидло 5 гр	12,95181	0,02048	0,00000	3,37711	5,000
Батон 20 гр	47,56627	1,54000	0,60000	10,66000	20,000
Чай с сахаром.	38,35663	0,00000	0,00000	9,08181	200,000
Итого:	179,62857	4,02662	3,46578	32,51145	375,000
Всего:	1 561,27929	43,46987	47,52422	219,42964	1 770,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

05.12.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 10 от 05.12.2025, 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 200гр	239,26753	6,66169	6,54662	31,63597	200,000
Батон с маслом	127,91818	2,93506	5,25883	20,18325	45,000
Чай с молоком 200 гр	105,72883	2,98675	3,19558	13,93532	200,000
Итого:	472,91454	12,58350	15,00103	65,75454	445,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	43,78442	0,38403	0,38403	11,32805	100,000
Итого:	43,78442	0,38403	0,38403	11,32805	100,000
Обед					
Огурец свежий порционный 30 гр	4,27455	0,24052	0,03013	1,14273	30,000
Свекольник со сметаной 180гр	117,45130	1,99195	5,44636	14,06468	180,000
Запеканка картофельная с печенью	156,83299	13,46545	9,18442	1,03727	200,000
Компот из кураги	77,45299	0,48883	0,00000	18,71143	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	52,88961	1,89857	0,34519	12,02429	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,00000	2,24052	0,26532	14,76974	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	477,90144	20,32584	15,27142	61,75014	680,000
Полдник					
Молоко 150 г	89,55740	4,10597	4,39299	6,67208	150,000
Манник (68 гр)	303,31792	6,55260	8,51442	44,03610	68,000
Итого:	392,87532	10,65857	12,90741	50,70818	218,000
Всего:	1 387,47572	43,95194	43,56389	189,54091	1 443,000

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