

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

19.01.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 19.01.2026, 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	234,23571	6,44845	6,31845	31,28940	200,000
Батон с маслом	132,96429	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80345	2,81595	16,86595	200,000
Итого:	483,07000	12,35690	14,45940	69,51535	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,54762	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,54762	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 50гр.	58,78143	0,69333	3,70917	5,27988	50,000
Суп-лапша на курином бульоне 0,180	72,85702	1,35762	2,73786	9,38226	180,000
Рагу из мяса кур 200 гр	791,72833	43,51071	38,63631	48,84036	200,000
Компот из изюма	76,36845	0,16917	0,00000	18,37655	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,10417	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Сухари	46,75000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,12500	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	1 180,71440	51,84083	45,95334	121,55905	720,000
Полдник					
Джем 5 г	13,57143	0,02143	0,00000	3,54321	5,000
Запеканка творожная 120 гр	321,33988	15,23560	19,61631	11,44762	120,000
Чай 200 гр ,	49,85655	0,00000	0,00000	11,80631	200,000
Итого:	384,76786	15,25703	19,61631	26,79714	325,000
Всего:	2 095,09988	79,95476	80,12905	227,97154	1 590,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

22.01.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 10 от 22.01.2026, 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	35,39870	0,58507	1,84333	5,08333	45,000
Омлет натуральный 120 гр.	178,85130	9,43768	12,08261	3,03029	120,000
Батон с маслом	133,30435	3,10507	5,32507	21,36000	45,000
Чай с сахаром.	38,44928	0,00000	0,00000	9,08174	200,000
Итого:	386,00333	13,12782	19,25101	38,55536	410,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,66667	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,66667	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым луком и растит.маслом 50гр.	78,47580	0,88507	3,81261	7,21203	50,000
Суп крестьянский со сметаной	95,19623	1,03174	4,08957	11,08725	200,000
Гуляш из мяса свинины 80 гр.	234,56855	15,26188	14,77710	3,71681	80,000
Картофель отварной 180 г	136,74783	3,23342	4,98841	28,70319	180,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	63,21739	0,00000	0,00000	19,08812	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,28812	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,30435	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	869,77827	25,06811	23,33769	99,46740	780,000
Полдник					
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным 150г	147,63894	2,74522	4,47875	19,59870	150,000
Кофейный напиток на молоке	88,15101	1,48739	1,40737	14,72754	200,000
Мармелад 20 гр	68,44928	0,06000	0,00000	15,32000	20,000
Итого:	283,23823	4,31261	5,88612	49,64624	370,000
Всего:	1 535,68480	43,00854	53,57537	197,76900	1 660,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

20.01.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 20.01.2026, 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	224,52143	5,88440	5,61452	33,18226	200,000
Батон с маслом	132,96429	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80345	2,81595	16,86595	200,000
Итого:	473,35572	11,79285	13,75547	71,40821	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,54762	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,54762	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с кукурузой с растительным маслом 50 гр.	58,60738	0,85464	3,40167	6,81464	50,000
Рассольник с крупой и сметаной 180 гр	103,61167	1,72869	4,20405	12,86738	180,000
Суфле рыбное.	100,26345	9,53452	4,60107	2,25202	80,000
Картофельное пюре 150 гр	150,73167	3,19690	5,19988	19,95083	150,000
Компот из изюма	76,36845	0,16917	0,00000	18,37655	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,10417	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,12500	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	623,81179	20,07392	18,09667	89,92142	730,000
Полдник					
Молоко 150 г	89,45524	4,10595	4,39298	6,67214	150,000
Сдоба обыкновенная 90 гр	319,53917	8,30155	6,00738	50,67321	90,000
Корица 2 пачки (граммы)	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	20,000
Итого:	408,99441	12,40750	10,40036	57,34535	260,000
Всего:	1 552,70954	44,77427	42,35250	228,77498	1 535,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

23.01.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 23.01.2026, 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	231,38618	6,40200	7,85582	26,91873	200,000
Сыр 6 гр	19,71200	1,42655	1,47036	0,00000	6,000
Батон с маслом	163,05727	4,06418	5,69873	27,99836	45,000
Кофейный напиток с молоком	113,79727	2,75673	2,81600	16,65255	200,000
Итого:	527,95272	14,64946	17,84091	71,56964	451,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	49,34545	0,52727	0,10545	10,65091	100,000
Итого:	49,34545	0,52727	0,10545	10,65091	100,000
Обед					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом	36,58384	0,85273	2,04764	4,57073	50,000
Щи со сметаной 180г	81,08091	2,15455	2,55982	12,10964	180,000
Суфле из печени	179,24000	17,99727	9,01745	1,83364	80,000
Макаронные изделия отварные .	226,41309	4,91618	5,71909	34,12309	150,000
Кисель из шиповника	92,82764	0,32527	0,00527	21,62455	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	72,89364	2,61600	0,47564	16,56800	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	40,74000	1,29891	0,15382	8,56255	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	729,77692	30,16091	19,97673	99,39220	730,000
Полдник					
Кефир 130 г	96,59127	4,75091	5,42064	6,95673	130,000
Манник (68 гр)	811,93673	7,51909	6,76727	44,08509	68,000
Мак	2,00709	0,05727	0,15545	0,06800	1,000
Итого:	410,33609	12,32727	14,35236	51,10982	199,000
Всего:	1 717,49218	57,66491	52,27745	232,72257	1 480,000

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