



ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

09.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 09.02.2026, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	209,29226	5,44274	6,31405	27,63583	200,000
Батон с маслом	132,96429	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток на сгущеном молоке без сахара	104,83333	2,20179	2,24405	16,07060	200,000
<b>Итого:</b>	<b>447,08988</b>	<b>10,74953</b>	<b>13,88310</b>	<b>65,06643</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,54762	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,54762</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из моркови с растительным маслом 60 гр	47,07786	0,78000	2,45762	6,77762	60,000
Суп-лапша .	105,15440	1,97179	3,39012	14,82607	200,000
Гуляш из тушенки 80г	150,61369	9,18881	9,81167	2,29417	80,000
Каша гречневая рассыпчатая 150г	190,13202	4,71762	6,32357	28,98595	150,000
Напиток из шиповника	76,05476	0,31964	0,00000	18,17452	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
<b>Итого:</b>	<b>703,26190</b>	<b>21,56786</b>	<b>22,67298</b>	<b>100,71833</b>	<b>760,000</b>
<b>Полдник</b>					
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	201,10786	6,05643	5,27250	28,27476	130,000
Чай с лимоном	55,36131	0,04226	0,00440	12,93750	200,000
Печенье 20 гр	92,69048	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>349,15965</b>	<b>8,17869</b>	<b>6,31690</b>	<b>56,57226</b>	<b>350,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 546,05905</b>	<b>40,99608</b>	<b>42,97298</b>	<b>232,45702</b>	<b>1 655,000</b>

Заведующий  
(должность)  
(подпись)ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

10.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 10.02.2026, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным 200г	190,86963	4,61915	6,23573	25,05329	200,000
Батон с маслом	133,00244	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Чай с сахаром.	38,36220	0,00000	0,00000	9,08183	200,000
<b>Итого:</b>	<b>362,23427</b>	<b>7,72415</b>	<b>11,56073</b>	<b>55,49512</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,56098	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,56098</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 50гр.	58,83610	0,69329	3,70927	5,27988	50,000
Щи с мясом со сметаной 180 г	105,81951	5,14500	5,77963	6,53951	180,000
Рыба(горбуша), запеченная с картофелем по-русски 200 г	384,14793	24,42976	14,46134	30,10524	200,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,30549	0,48878	0,02634	17,99073	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
<b>Итого:</b>	<b>762,37671</b>	<b>35,34683</b>	<b>24,66658</b>	<b>89,57536</b>	<b>700,000</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с лимоном	55,37720	0,04232	0,00439	12,93744	200,000
Ватрушка с творогом	260,15573	7,27841	9,58768	29,63110	90,000
<b>Итого:</b>	<b>315,53293</b>	<b>7,32073</b>	<b>9,59207</b>	<b>42,56854</b>	<b>290,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 486,70489</b>	<b>50,89171</b>	<b>45,91938</b>	<b>197,73902</b>	<b>1 535,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

11.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 11.02.2026, 7, ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша манная молочная с маслом сливочным	225,99500	6,39211	8,07395	26,76053	200,000
Батон с маслом	133,12895	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Какао с молоком.	63,14658	1,24461	1,15276	10,97289	200,000
<b>Итого:</b>	<b>422,27053</b>	<b>10,74172</b>	<b>14,55171</b>	<b>59,09342</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,60526	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,60526</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Огурец консервированный 20 гр	2,64105	0,15039	0,01763	0,45513	20,000
Суп крестьянский с крупой со сметаной 0,180	89,36539	1,65895	4,22118	9,38303	180,000
Бигус с мясом 200г	193,18434	14,04474	12,77382	14,53211	200,000
Кисель из шиповника	92,36961	0,32526	0,00526	21,62447	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,18355	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,21184	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>511,95578</b>	<b>20,76934</b>	<b>17,70789</b>	<b>75,65474</b>	<b>670,000</b>
<b>Полдник</b>					
Джем 5 г	14,22632	0,02118	0,00000	3,68355	5,000
Запеканка творожная 120 гр	321,01816	15,23855	19,61868	11,44789	120,000
Чай с сахаром.	38,39868	0,00000	0,00000	9,08184	200,000
<b>Итого:</b>	<b>373,64316</b>	<b>15,25973</b>	<b>19,61868</b>	<b>24,21328</b>	<b>325,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 354,47473</b>	<b>47,27079</b>	<b>51,97828</b>	<b>169,06144</b>	<b>1 540,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

12.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 12.02.2026, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 200гр	234,52579	6,44842	6,31829	31,28947	200,000
Батон с маслом	133,12895	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Чай с сахаром.	38,39868	0,00000	0,00000	9,08184	200,000
<b>Итого:</b>	<b>406,05342</b>	<b>9,55342</b>	<b>11,64329</b>	<b>61,73131</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Яблоко 100гр	40,19211	0,35197	0,35197	10,38395	100,000
<b>Итого:</b>	<b>40,19211</b>	<b>0,35197</b>	<b>0,35197</b>	<b>10,38395</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	36,34342	0,85276	2,04763	4,57079	50,000
Свекольник со сметаной 180гр	90,76329	1,53316	3,67039	12,27974	180,000
Запеканка картофельная с печенью 200г.	350,30197	25,03224	12,14184	28,12355	200,000
Компот из кураги	77,46605	0,48882	0,00000	18,71132	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,18355	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,21184	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>689,27012</b>	<b>32,49698</b>	<b>18,54986</b>	<b>93,34540</b>	<b>700,000</b>
<b>Полдник</b>					
Молоко 150 г	89,57132	4,10592	4,39289	6,67211	150,000
Ватрушка с повидлом 80 гр	260,36737	4,73263	6,08776	41,00658	80,000
<b>Итого:</b>	<b>349,93869</b>	<b>8,83855</b>	<b>10,48065</b>	<b>47,67869</b>	<b>230,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 485,45434</b>	<b>51,24092</b>	<b>41,02577</b>	<b>213,13935</b>	<b>1 475,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

13.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 13.02.2026, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливоч. маслом	197,36831	5,50922	7,90325	23,64364	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
<b>Итого:</b>	<b>446,34480</b>	<b>11,41766</b>	<b>16,04428</b>	<b>61,86961</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,59740	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,59740</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 50гр.	65,95039	0,84896	3,07610	7,07714	50,000
Суп гороховый со сметаной 180 гр	106,72000	3,74078	2,62000	15,47922	180,000
Биштекс рубленный паровой 70 гр.	155,09597	15,32169	8,29156	0,26221	70,000
Каша гречневая рассыпчатая 150г	190,37922	4,71766	6,32351	28,98597	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,36753	0,48883	0,02636	17,99078	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
<b>Итого:</b>	<b>731,88584</b>	<b>29,70792</b>	<b>21,02753</b>	<b>99,45532</b>	<b>720,000</b>
<b>Полдник</b>					
Икра кабачковая.	37,09117	0,60000	2,70000	2,82000	30,000
Омлет натуральный 100 гр	162,48468	8,96260	11,01636	2,17065	100,000
Чай с сахаром.	38,39221	0,00000	0,00000	9,08182	200,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,40000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
<b>Итого:</b>	<b>261,36806</b>	<b>10,32260</b>	<b>13,80636</b>	<b>19,08247</b>	<b>340,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 486,19610</b>	<b>51,94818</b>	<b>50,97817</b>	<b>190,50740</b>	<b>1 605,000</b>

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