

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

13.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 11 от 13.02.2026, 7.ДОУ 572, Ясли, 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	145,21000	3,61875	5,29500	18,48125	150,000
Батон с маслом	88,67000	1,94500	4,05000	13,35750	29,000
Кофейный напиток с молоком	87,85000	2,10250	2,11250	12,87625	150,000
<b>Итого:</b>	<b>321,73000</b>	<b>7,66625</b>	<b>11,45750</b>	<b>44,71500</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 отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 30гр.	41,54000	0,56875	1,85750	4,75500	30,000
Суп гороховый со сметаной 150 гр	89,11250	3,07375	2,68875	11,92375	150,000
Бифштекс рубленый паровой 70 гр.	123,66625	12,16375	6,92000	0,26250	70,000
Каша гречневая рассыпчатая 150г	166,41000	4,59000	4,53500	28,24750	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	78,35000	0,48875	0,02625	17,99000	200,000
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>631,72875</b>	<b>25,47500</b>	<b>16,71750</b>	<b>92,83875</b>	<b>665,000</b>
<b>Полдник</b>					
Икра кабачковая.	30,50000	0,50000	2,25000	2,35000	25,000
Омлет натуральный 100 гр	158,59000	8,84625	10,91875	2,16500	100,000
Чай с сахаром.	28,42500	0,00000	0,00000	6,81125	150,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
<b>Итого:</b>	<b>240,61500</b>	<b>10,10625</b>	<b>13,25875</b>	<b>16,33625</b>	<b>285,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 240,07375</b>	<b>43,74750</b>	<b>41,53375</b>	<b>163,99000</b>	<b>1 379,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)



ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

12.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 11 от 12.02.2026, 7.ДОУ 572, Ясли, 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 180г	208,61375	5,80375	5,68625	28,16125	130,000
Батон с маслом	88,67000	1,94500	4,05000	13,35750	29,000
Чай с сахаром.	28,42500	0,00000	0,00000	6,81125	150,000
<b>Итого:</b>	<b>325,70875</b>	<b>7,74875</b>	<b>9,73625</b>	<b>48,33000</b>	<b>309,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Яблоко 100гр	39,60000	0,35250	0,35250	10,38375	100,000
<b>Итого:</b>	<b>39,60000</b>	<b>0,35250</b>	<b>0,35250</b>	<b>10,38375</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом	19,74125	0,51125	1,02875	2,75000	30,000
Свекольник со сметаной 150гр	80,00250	1,31500	3,43000	10,52875	150,000
Запеканка картофельная с печенью	202,44250	12,22625	6,61625	20,04125	150,000
Компот из кураги	62,75000	0,44000	0,00000	15,38750	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>497,58625</b>	<b>19,08250</b>	<b>11,76500</b>	<b>78,36750</b>	<b>545,000</b>
<b>Полдник</b>					
Молоко 150 г	88,35250	4,10625	4,39250	6,67250	150,000
Ватрушка с повидлом 80 гр	271,39875	5,76500	4,66500	46,70375	80,000
<b>Итого:</b>	<b>359,75125</b>	<b>9,87125</b>	<b>9,05750</b>	<b>53,37625</b>	<b>230,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 222,64625</b>	<b>37,05500</b>	<b>30,91125</b>	<b>190,45750</b>	<b>1 184,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)



Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

11.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 11 от 11.02.2026, 7.ДОУ 572, Ясли, 5 д 10,5 Ч № 572

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша манная молочная с маслом сливочным 180г	177,63375	4,70125	4,89500	25,58625	150,000
Батон с маслом	88,67000	1,94500	4,05000	13,35750	29,000
Какао с молоком.	91,29000	2,61625	2,59875	13,18625	150,000
<b>Итого:</b>	<b>357,59375</b>	<b>9,26250</b>	<b>11,54375</b>	<b>52,13000</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 консервированный 20 гр	2,60000	0,15000	0,01750	0,45500	20,000
Суп крестьянский с крупой со сметаной 0,180	88,37000	1,65875	4,22125	9,38250	180,000
Бигус с мясом 150г	156,75875	11,16125	11,68125	9,43625	150,000
Кисель из шиповника	80,22000	0,29125	0,00375	19,08125	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>460,59875</b>	<b>17,85125</b>	<b>16,61375</b>	<b>68,01500</b>	<b>565,000</b>
<b>Полдник</b>					
Джем 5 г	13,91250	0,02125	0,00000	3,68375	5,000
Запеканка творожная 100 гр	269,41000	12,91125	16,89875	9,35750	100,000
Чай с сахаром.	28,42500	0,00000	0,00000	6,81125	150,000
<b>Итого:</b>	<b>311,74750</b>	<b>12,93250</b>	<b>16,89875</b>	<b>19,85250</b>	<b>255,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 175,94000</b>	<b>40,54625</b>	<b>45,15625</b>	<b>150,09750</b>	<b>1 249,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

10.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 11 от 10.02.2026, 7.ДОУ 572, Ясли, 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 150г	141,55571	3,46429	4,67714	18,78857	150,000
Батон с маслом	88,67000	1,94571	4,05000	13,35714	29,000
Чай с сахаром.	28,69571	0,00000	0,00000	6,81143	150,000
<b>Итого:</b>	<b>258,92142</b>	<b>5,41000</b>	<b>8,72714</b>	<b>38,95714</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 отварной свеклы с растительным маслом 30гр.	35,53714	0,41571	2,23286	3,16857	30,000
Рыба(горбуша), запеченная с картофелем по-русски 200 г	377,91857	24,42857	14,46143	30,10571	150,000
Щи с мясом со сметаной	73,98286	2,98571	4,05571	5,43286	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	78,35000	0,48857	0,02571	17,99143	200,000
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>698,43857</b>	<b>32,90856</b>	<b>21,46571</b>	<b>86,35857</b>	<b>595,000</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с лимоном	46,80000	0,03429	0,00286	11,07714	150,000
Ватрушка с творогом	183,07143	6,12714	4,80000	24,89571	60,000
<b>Итого:</b>	<b>229,87143</b>	<b>6,16143</b>	<b>4,80286</b>	<b>35,97285</b>	<b>210,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 233,23142</b>	<b>44,97999</b>	<b>35,09571</b>	<b>171,38856</b>	<b>1 234,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

09.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 11 от 09.02.2026, 7 ДОУ 572, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	170,06000	4,54000	4,94571	23,23857	150,000
Батон с маслом	88,67000	1,94571	4,05000	13,35714	29,000
Кофейный напиток на сгущеном молоке без сахара	67,80000	1,44000	1,49571	10,58286	150,000
<b>Итого:</b>	<b>326,53000</b>	<b>7,92571</b>	<b>10,49142</b>	<b>47,17857</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 моркови с растительным маслом 40гр	42,82429	0,60000	2,15286	5,24286	40,000
Суп-лапша .	84,30429	1,57857	2,69000	12,16286	150,000
Гуляш из тушенки 80г	148,64571	9,18714	9,81143	2,29429	80,000
Каша гречневая рассыпчатая 150г	166,94429	4,59000	4,53429	28,24714	150,000
Напиток из шиповника	65,37000	0,28714	0,00000	15,81286	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>640,73858</b>	<b>20,83285</b>	<b>19,87858</b>	<b>93,42001</b>	<b>635,000</b>
<b>Полдник</b>					
Макаронные изделия отварные с сыром 100 гр	152,99286	4,65857	4,05571	21,75143	100,000
Чай с лимоном	46,80000	0,03429	0,00286	11,07714	150,000
Печенье 20 гр	91,60000	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>291,39286</b>	<b>6,77286</b>	<b>5,09857</b>	<b>48,18857</b>	<b>270,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 304,66144</b>	<b>36,03142</b>	<b>35,56857</b>	<b>198,88715</b>	<b>1 334,000</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