



ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

18.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 18.02.2026, 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	264,10059	7,33000	9,41078	31,28275	200,000
Батон с маслом	155,63333	3,81471	5,60157	26,27196	45,000
Какао с молоком.	63,56000	1,24451	1,15275	10,97275	200,000
<b>Итого:</b>	<b>483,29392</b>	<b>12,38922</b>	<b>16,16510</b>	<b>68,52746</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	54,11765	0,57843	0,11569	11,68431	100,000
<b>Итого:</b>	<b>54,11765</b>	<b>0,57843</b>	<b>0,11569</b>	<b>11,68431</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из отварного картофеля с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом 50гр.	62,49725	0,88922	3,04843	6,60843	50,000
Суп-пюре картофельный вегетарианский.	131,20980	2,61549	5,07235	16,21118	200,000
Бифштекс рубленый паровой 80 гр.	221,25804	23,40980	11,03471	0,29941	80,000
Свекла тушеная в сметанном соусе	132,12431	2,69824	5,31373	18,33647	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,88627	0,48882	0,02647	17,99078	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	50,11216	1,78196	0,32392	11,28608	35,000
Гренки 20 гр	44,29176	1,48902	0,25353	9,12922	20,000
Хлеб пшеничный 30 гр	105,53529	3,42745	0,40588	22,59412	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>826,91488</b>	<b>36,80000</b>	<b>25,47902</b>	<b>102,45569</b>	<b>770,000</b>
<b>Полдник</b>					
Джем 5 г	26,81373	0,04255	0,00000	7,01412	5,000
Макаронные изделия отварные	236,67137	5,88451	3,48471	40,92471	150,000
Чай с молоком 200 гр	68,72157	1,31608	1,40804	11,22020	200,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,55294	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
<b>Итого:</b>	<b>355,75961</b>	<b>8,00314</b>	<b>4,98275</b>	<b>64,16903</b>	<b>365,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 720,08606</b>	<b>57,77079</b>	<b>46,74256</b>	<b>246,83649</b>	<b>1 680,000</b>

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

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

19.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 19.02.2026, 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>					
Салат из моркови с растительным маслом 45 гр	35,37412	0,58500	1,84324	5,08324	45,000
Омлет натуральный 120 гр.	179,44294	9,41235	12,06088	3,02882	120,000
Батон с маслом	133,33235	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Чай с сахаром.	38,45735	0,00000	0,00000	9,08176	200,000
<b>Итого:</b>	<b>386,60676</b>	<b>13,10235</b>	<b>19,22912</b>	<b>38,55382</b>	<b>410,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,67647	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,67647</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Икра кабачковая.	37,15618	0,60000	2,70000	2,82000	30,000
Суп крестьянский с мясом со сметаной <i>тушенка</i>	145,26015	4,79662	7,08279	13,25382	250,000
Гуляш из мяса свинины 80 гр.	234,61809	15,26191	14,77691	3,71676	80,000
Каша гречневая рассыпчатая 150г	190,59941	4,71765	6,32353	28,98603	150,000
Кисель Витошка	52,50000	0,00000	0,00000	11,93015	180,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,28162	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,31912	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>794,73457</b>	<b>29,96618</b>	<b>31,57323</b>	<b>90,36676</b>	<b>760,000</b>
<b>Полдник</b>					
Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным 150г	147,58397	2,74529	4,47868	19,59882	150,000
Кофейный напиток на молоке	86,16515	1,48750	1,40794	14,72750	200,000
Мармелад 40 гр	118,92353	0,16000	0,00000	30,64000	40,000
<b>Итого:</b>	<b>352,67265</b>	<b>4,39279</b>	<b>5,88662</b>	<b>64,96632</b>	<b>390,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 580,69045</b>	<b>47,96132</b>	<b>56,78897</b>	<b>203,98690</b>	<b>1 660,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

20.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 20.02.2026, 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	231,21091	6,42485	7,88045	26,95606	200,000
Сыр 6 гр	19,73333	1,43515	1,47939	0,00000	6,000
Батон с маслом	133,39091	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80348	2,81606	16,86591	200,000
<b>Итого:</b>	<b>500,20515</b>	<b>13,76848</b>	<b>17,50090</b>	<b>65,18197</b>	<b>451,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,69697	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,69697</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом	36,43758	0,85273	2,04773	4,57076	50,000
Щи со сметаной 180г	62,73970	1,62894	2,50409	8,07303	180,000
Тефтели из говядины с рисом "Ёжики"	184,64424	11,39939	10,55015	5,93379	80,000
Макаронные изделия отварные .	225,73924	4,91621	5,71909	34,12318	150,000
Кисель из шиповника	92,55136	0,32515	0,00530	21,62455	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,30985	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,35000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>736,77197</b>	<b>23,71242</b>	<b>21,51636</b>	<b>103,98531</b>	<b>730,000</b>
<b>Полдник</b>					
Кефир 120 г	68,26061	3,36000	3,84000	4,92000	120,000
Манник (68 гр)	316,95788	7,53727	9,34727	44,09152	68,000
Мак	0,17606	0,00273	0,00727	0,00318	1,000
<b>Итого:</b>	<b>385,39455</b>	<b>10,90000</b>	<b>13,19454</b>	<b>49,01470</b>	<b>189,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 669,06864</b>	<b>48,88090</b>	<b>52,31180</b>	<b>228,28198</b>	<b>1 470,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

16.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 16.02.2026, 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 на концентрате молока со сливочным маслом	216,82688	6,33088	8,81225	22,63625	200,000
Батон с маслом	133,04250	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80350	2,81600	16,86600	200,000
<b>Итого:</b>	<b>465,73938</b>	<b>12,23938</b>	<b>16,95325</b>	<b>60,86225</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,57500	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,57500</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.	58,89350	0,69325	3,70913	5,27988	50,000
Суп-лапша на курином бульоне 0,180	81,07075	1,58288	2,76013	10,95275	180,000
Рагу из мяса кур 200 гр	792,29950	43,51088	38,63638	48,84038	200,000
Компот из кураги	77,41575	0,48875	0,00000	18,71138	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,14188	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,16625	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>1 143,98763</b>	<b>50,86576</b>	<b>45,79564</b>	<b>113,44439</b>	<b>700,000</b>
<b>Полдник</b>					
Джем 5 г	14,21063	0,02125	0,00000	3,68350	5,000
Запеканка творожная 120 гр	321,24063	15,26688	19,64300	11,44938	120,000
Чай 200 гр ,	49,88588	0,00000	0,00000	11,80638	200,000
<b>Итого:</b>	<b>385,33714</b>	<b>15,28813</b>	<b>19,64300</b>	<b>26,93926</b>	<b>325,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>2 041,63915</b>	<b>78,89327</b>	<b>82,49189</b>	<b>211,34590</b>	<b>1 570,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

17.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 17.02.2026, 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 ячневая молочная с маслом сливочным 200гр	195,20955	5,01463	5,50866	27,14448	200,000
Батон с маслом	141,42836	3,36940	5,42806	23,18970	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80343	2,81597	16,86582	200,000
<b>Итого:</b>	<b>452,50791</b>	<b>11,18746</b>	<b>13,75269</b>	<b>67,20000</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	48,05970	0,51493	0,10299	10,40149	100,000
<b>Итого:</b>	<b>48,05970</b>	<b>0,51493</b>	<b>0,10299</b>	<b>10,40149</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокочанной капусты с кукурузой с растительным маслом 50 гр.	60,80493	0,90552	3,41403	7,23940	50,000
Рассольник "Ленинградский" с мясом кури со сметаной	186,66388	8,30627	8,98791	14,17299	200,000
Суфле рыбное.	113,85672	11,32672	5,10896	2,26537	80,000
Картофельное пюре 150 гр	171,32194	3,84269	6,51478	20,99955	150,000
Компот из изюма	76,59642	0,16925	0,00000	18,37642	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	78,34328	2,82224	0,51313	17,87418	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	79,29851	2,57493	0,30493	16,97418	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>766,88568</b>	<b>29,94762</b>	<b>24,84374</b>	<b>97,90209</b>	<b>750,000</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с лимоном	55,62507	0,04478	0,00463	12,95075	200,000
Сдоба обыкновенная 90 гр	320,65627	8,31687	6,02030	50,67433	90,000
Корица 2 пачки (граммы)	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>376,28134</b>	<b>8,36165</b>	<b>6,02493</b>	<b>63,62508</b>	<b>310,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 643,73463</b>	<b>50,01166</b>	<b>44,72435</b>	<b>239,12866</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