

Утверждаю  
 ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
 24.02.2026  
 № 572

Меню-раскладка  
 ТРЕБ. дети № 10 от 24.02.2026, 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	212,25986	5,68014	8,92027	24,67014	200,000
Батон с маслом	131,58784	3,05297	5,30473	20,99986	45,000
Какао на сгущенном молоке	112,68243	2,48541	2,55203	17,71216	200,000
<b>Итого:</b>	<b>456,53013</b>	<b>11,21852</b>	<b>16,77703</b>	<b>63,38216</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Яблоко 110 гр.	48,24122	0,42284	0,42284	12,47486	110,000
<b>Итого:</b>	<b>48,24122</b>	<b>0,42284</b>	<b>0,42284</b>	<b>12,47486</b>	<b>110,000</b>
<b>Обед</b>					
Огурец консервированный 20 гр	2,64392	0,15054	0,01757	0,45554	20,000
Уха рыбацкая 0,180	98,55149	5,89014	3,05338	9,85176	180,000
Голубцы ленивые в молочном соусе	336,62486	18,73041	18,71324	16,37378	230,000
Кисель из шиповника	92,40203	0,32527	0,00527	21,62446	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	70,93243	2,55527	0,46459	16,18338	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	71,79730	2,33135	0,27608	15,36851	30,000
<b>Итого:</b>	<b>672,95203</b>	<b>29,98298</b>	<b>22,53013</b>	<b>79,85743</b>	<b>695,000</b>
<b>Полдник</b>					
Суп молочный с лапшой 0,15	80,90851	2,46608	2,86581	9,39257	150,000
Чай с сахаром.	38,41216	0,00000	0,00000	9,08176	200,000
Пряник 40 гр	141,89189	1,92000	1,12000	31,08000	40,000
<b>Итого:</b>	<b>261,21256</b>	<b>4,38608</b>	<b>3,98581</b>	<b>49,55433</b>	<b>390,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 438,93594</b>	<b>46,01042</b>	<b>43,71581</b>	<b>205,26878</b>	<b>1 640,000</b>

Заведующий  
(должность)

  
(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

25.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 25.02.2026, 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	226,77767	6,39200	8,07400	26,76033	200,000
Батон с маслом	156,50250	3,85583	5,61750	26,55683	45,000
Чай с сахаром.	38,53167	0,00000	0,00000	9,08183	200,000
<b>Итого:</b>	<b>421,81184</b>	<b>10,24783</b>	<b>13,69150</b>	<b>62,39899</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,76667	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,76667</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из моркови и яблок с растительным маслом 60 гр.	57,65733	0,55600	3,12100	7,94000	60,000
Борщ с фасолью вегетарианский со сметаной	88,57483	1,92467	4,07517	10,51217	200,000
Рыба, тушеная с овощами 80 гр.	186,26250	17,64217	9,18333	3,84000	80,000
Картофельное пюре 150 гр	151,44400	3,19700	5,19983	19,95083	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,65583	0,48883	0,02633	17,99067	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,40583	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Гренки 20 гр	40,78533	1,37317	0,23367	8,41900	20,000
Хлеб пшеничный 30 гр	92,01500	2,98933	0,35400	19,70600	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>760,80065</b>	<b>30,48117</b>	<b>22,61333</b>	<b>102,98867</b>	<b>780,000</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с молоком 200 гр	68,52333	1,31600	1,40800	11,22033	200,000
Сдоба обыкновенная 90 гр	321,89200	8,35867	6,05550	50,67667	90,000
Ванилин 1 пачка	48,00000	0,01667	0,01667	2,11667	1 000,000
<b>Итого:</b>	<b>438,41533</b>	<b>9,69134</b>	<b>7,48017</b>	<b>64,01367</b>	<b>1 290,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 667,79449</b>	<b>50,92034</b>	<b>43,88500</b>	<b>239,50133</b>	<b>2 615,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)



ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

27.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 27.02.2026, 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	225,51738	5,88443	5,61426	33,18246	200,000
Батон с маслом	133,55410	3,10508	5,32508	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80344	2,81607	16,86607	200,000
<b>Итого:</b>	<b>474,94148</b>	<b>11,79295</b>	<b>13,75541</b>	<b>71,40853</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,75410	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,75410</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из отварного картофеля, морск.капусты и репчат.лука с растит.маслом 50гр.	73,48672	0,74721	4,27689	6,18000	50,000
Щи с мясом со сметаной 180 г	106,31705	5,14508	5,77984	6,53967	180,000
Суфле из печени	173,69951	16,65328	9,03754	1,88180	80,000
Картофельное пюре 150 гр	151,40393	3,19689	5,20000	19,95082	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,63443	0,48885	0,02639	17,99066	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,38852	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,43607	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>719,36623</b>	<b>30,82131</b>	<b>25,01066</b>	<b>82,20295</b>	<b>730,000</b>
<b>Полдник</b>					
Повидло	51,27049	0,08066	0,00000	13,30557	20,000
Сырники запеченые	433,97508	19,67590	24,46738	20,77967	150,000
Какао с молоком.	63,35590	1,24459	1,15279	10,97279	200,000
<b>Итого:</b>	<b>548,60147</b>	<b>21,00115</b>	<b>25,62017</b>	<b>45,05803</b>	<b>370,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 789,66328</b>	<b>64,11541</b>	<b>64,48624</b>	<b>208,76951</b>	<b>1 645,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

26.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 26.02.2026, 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 (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	210,16597	5,44258	6,31403	27,63597	200,000
Сыр 8 гр	26,34323	1,91355	1,97242	0,00000	8,000
Батон с маслом	133,51935	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80339	2,81597	16,86581	200,000
<b>Итого:</b>	<b>485,89855</b>	<b>13,26452</b>	<b>16,42742</b>	<b>65,86178</b>	<b>453,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,74194	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,74194</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	36,48548	0,85290	2,04774	4,57097	50,000
Суп крестьянский со сметаной	98,09726	1,81484	4,49065	11,52839	200,000
Азу 180г	274,16339	13,27306	12,47177	21,18113	180,000
Компот из кураги	77,69323	0,48887	0,00000	18,71145	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,37177	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,41774	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>621,22887</b>	<b>21,01967</b>	<b>19,70016</b>	<b>85,65194</b>	<b>700,000</b>
<b>Полдник</b>					
Кукуруза консервированная..	30,19032	0,70500	0,13194	5,59645	30,000
Омлет натуральный 100 гр.	149,92242	7,81742	10,02887	2,52258	100,000
Батон 10 гр	23,87903	0,77000	0,30000	5,33000	10,000
Чай с сахаром.	38,51129	0,00000	0,00000	9,08177	200,000
<b>Итого:</b>	<b>242,50306</b>	<b>9,29242</b>	<b>10,46081</b>	<b>22,53080</b>	<b>340,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 396,37242</b>	<b>44,07661</b>	<b>46,68839</b>	<b>184,14452</b>	<b>1 593,000</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