

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

06.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 06.03.2026, 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	235,15429	6,44825	6,31841	31,28937	200,000
Батон с маслом	133,48571	3,10508	5,32508	21,36000	45,000
Чай с сахаром.	38,50159	0,00000	0,00000	9,08175	200,000
Итого:	407,14159	9,55333	11,64349	61,73112	445,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	40,31429	0,35206	0,35206	10,38397	100,000
Итого:	40,31429	0,35206	0,35206	10,38397	100,000
Обед					
Огурец свежий порционный 30 гр	4,27333	0,23968	0,03000	1,13857	30,000
Свекольник со сметаной 180гр	90,92016	1,53317	3,67032	12,27984	180,000
Суфле из мяса говядины 80 гр.	277,17968	19,70032	17,41524	2,42413	80,000
Картофель отварной 150 г	144,70095	2,83413	2,70587	24,72841	150,000
Компот из кураги	77,67365	0,48873	0,00000	18,71127	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,35556	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,40000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	729,50333	29,38603	24,51143	88,94222	710,000
Полдник					
Чай с молоком 200 гр	68,46984	1,31603	1,40794	11,22032	200,000
Манник (68 гр)	317,06413	7,52714	9,33857	44,09095	68,000
Итого:	385,53397	8,84317	10,74651	55,31127	268,000
Всего:	1 562,49318	48,13459	47,25349	216,36858	1 523,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

05.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 05.03.2026, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 ч № 572

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	226,38925	6,39194	8,07403	26,76045	200,000
Батон с маслом	133,36119	3,10507	5,32507	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80343	2,81597	16,86582	200,000
Итого:	475,62044	12,30044	16,21507	64,98627	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,68657	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,68657	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Огурец консервированный 50 гр	6,61254	0,37597	0,04403	1,13746	50,000
Рассольник с крупой и сметаной 180 гр	103,82612	1,72866	4,20373	12,86761	180,000
Бифштекс рубленый паровой 70 гр.	206,98925	14,73746	13,44940	0,26224	70,000
Пюре из гороха со сливочным маслом.	189,18209	9,65851	4,51000	24,28791	150,000
Напиток из шиповника	76,28179	0,31955	0,00000	18,17448	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,29552	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,33433	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	717,52164	31,41015	22,89716	86,38970	720,000
Полдник					
Зеленый горошек 20гр	8,07164	0,57448	0,03463	1,16597	20,000
Омлет натуральный 120 гр.	179,11493	9,45746	12,09925	3,03134	120,000
Батон 10 гр	23,85075	0,77000	0,30000	5,33000	10,000
Чай с сахаром.	38,46567	0,00000	0,00000	9,08179	200,000
Итого:	249,50299	10,80194	12,43388	18,60910	350,000
Всего:	1 489,33164	55,01253	51,64611	180,08507	1 615,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)



ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

04.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 04.03.2026, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 № 572

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	208,73068	5,47082	8,14452	24,01219	200,000
Сыр 6 гр	19,72164	1,43521	1,47932	0,00000	6,000
Батон с маслом	133,20000	3,10507	5,32507	21,36000	45,000
Какао с молоком.	63,18479	1,24452	1,15274	10,97288	200,000
Итого:	424,83711	11,25562	16,10165	56,34507	451,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,63014	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,63014	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из белокачанной капусты с помидорами	30,83438	0,76233	2,06151	3,00904	50,000
Суп картофельный с бобовыми 0,200	131,63562	4,25068	3,98288	17,59945	200,000
Гуляш из мяса свинины 80 гр.	234,38397	15,26178	14,77699	3,71685	80,000
Макаронные изделия отварные .	225,41616	4,91616	5,71918	34,12315	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,42329	0,48877	0,02644	17,99068	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,21781	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,24932	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	836,16055	30,26972	27,25700	106,09917	750,000
Полдник					
Суп молочный с лапшой 0,15	80,91151	2,46603	2,86575	9,39247	150,000
Повидло 5 гр	12,97945	0,02041	0,00000	3,37712	5,000
Батон 20 гр	47,64384	1,54000	0,60000	10,66000	20,000
Чай с сахаром.	38,41918	0,00000	0,00000	9,08178	200,000
Итого:	179,95398	4,02644	3,46575	32,51137	375,000
Всего:	1 487,58178	46,05178	46,92440	205,05561	1 676,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

02.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 02.03.2026, 7, ДОУ 572, Дети, 5 д 10, 5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	210,33559	5,44271	6,31407	27,63576	200,000
Батон с маслом	133,62712	3,10508	5,32508	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80356	2,81593	16,86576	200,000
Итого:	459,83271	11,35135	14,45508	65,86152	445,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	40,36271	0,35203	0,35203	10,38407	100,000
Итого:	40,36271	0,35203	0,35203	10,38407	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом 60гр.	67,54220	0,75203	4,44661	5,38169	60,000
Суп картофельный с зеленым горошком со сметаной 180г	66,08542	1,48000	2,53458	8,07237	180,000
Плов из отварной кури.	721,51695	32,46661	37,75763	40,69847	230,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,67797	0,48881	0,02644	17,99068	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,42373	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,47458	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Куркума	0,48000	0,01017	0,01288	0,08441	1,000
Итого:	1 070,20085	39,78762	45,46814	101,88762	741,000
Полдник					
Кефир 120 г	68,38644	3,36000	3,84000	4,92000	120,000
Повидло	51,27119	0,08068	0,00000	13,30559	20,000
Сырники запеченые	434,55475	19,70271	24,49000	20,78119	150,000
Итого:	554,21238	23,14339	28,33000	39,00678	290,000
Всего:	2 124,60865	74,63439	88,60525	217,13999	1 576,000

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