



ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

10.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 10.03.2026, 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	212,69597	5,58455	6,46584	27,86636	200,000
Батон с маслом	128,68117	2,96013	5,26857	20,35636	45,000
Кофейный напиток на сгущеном молоке без сахара	110,76364	2,32494	2,38000	16,99714	200,000
Итого:	452,14078	10,86962	14,11441	65,21986	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	48,38961	0,51948	0,10390	10,49351	100,000
Итого:	48,38961	0,51948	0,10390	10,49351	100,000
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом 60 гр	47,12455	0,78000	2,45766	6,77766	60,000
Суп-лапша .	105,28987	1,97325	3,39026	14,83494	200,000
Котлета из мяса куры	145,64675	19,25468	4,39584	4,01286	80,000
Каша гречневая рассыпчатая 150г	189,55338	5,10987	5,22909	31,44481	150,000
Напиток из шиповника	76,13610	0,31961	0,00000	18,17455	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	68,99156	2,48571	0,45195	15,74286	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	68,52000	2,22468	0,26351	14,66558	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	701,26221	32,14780	16,18831	105,65326	760,000
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 100 гр	182,62831	4,88338	5,93143	23,57000	100,000
Чай с лимоном	55,73766	0,05039	0,00519	12,98039	200,000
Итого:	238,36597	4,93377	5,93662	36,55039	300,000
Всего:	1 440,15857	48,47067	36,34324	217,91702	1 605,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

11.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 11.03.2026, 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 (рис, кукуруза) с маслом сливочным 200г	190,92713	4,61913	6,23575	25,05313	200,000
Батон с маслом	133,04250	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Чай с сахаром.	38,37375	0,00000	0,00000	9,08175	200,000
Итого:	362,34338	7,72413	11,56075	55,49488	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,57500	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,57500	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 50гр.	58,89350	0,69325	3,70913	5,27988	50,000
Щи с мясом со сметаной 180 г	105,92263	5,14488	5,77963	6,53938	180,000
Рыба(горбуша), запеченная с картофелем по-русски 200 г	384,22375	24,42975	14,46125	30,10525	200,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	111,91163	0,00000	0,00000	25,44538	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
Итого:	795,25964	34,85788	24,64001	97,02989	700,000
Полдник					
Снежок 120 г	100,89688	3,12000	3,84000	13,08000	120,000
Ватрушка с творогом	260,25363	7,28000	9,58900	29,63113	90,000
Итого:	361,15051	10,40000	13,42900	42,71113	210,000
Всего:	1 565,32853	53,48201	49,72976	205,33590	1 455,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

12.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 12.03.2026, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша 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
Итого:	422,27053	10,74172	14,55171	59,09342	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,60526	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,60526	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат картофельный с огурцом 50 гр	43,41737	0,81750	1,59158	6,02447	50,000
Суп крестьянский с крупой со сметаной 0,180	89,36539	1,65895	4,22118	9,38303	180,000
Бигус с мясом 200г	194,43171	14,06632	12,76053	14,75355	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
Итого:	553,97947	21,45803	19,26855	81,44552	700,000
Полдник					
Джем 5 г	13,58553	0,02145	0,00000	3,54316	5,000
Сырники запеченые	433,07513	19,64711	24,44303	20,77803	150,000
Чай с сахаром.	38,39868	0,00000	0,00000	9,08184	200,000
Итого:	485,05934	19,66856	24,44303	33,40303	355,000
Всего:	1 507,91460	52,36831	58,36329	184,04197	1 600,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.
(расшифровка подписи)



ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

13.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10 от 13.03.2026, 7.ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливоч. маслом	230,34944	6,12042	8,43264	30,21764	200,000
Батон с маслом	134,20417	3,13708	5,33750	21,58208	45,000
Кофейный напиток с молоком	107,67556	2,43792	2,42486	16,27194	200,000
Итого:	472,22917	11,69542	16,19500	68,07166	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	51,11111	0,54861	0,10972	11,08194	100,000
Итого:	51,11111	0,54861	0,10972	11,08194	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 50гр.	69,14625	0,91833	3,09292	7,71708	50,000
Суп гороховый со сметаной 180 гр	146,11056	6,21972	2,79319	22,13458	180,000
Биштекс рубленный паровой 70 гр.	214,02847	15,33278	13,92875	0,26222	70,000
Картофельное пюре 150 гр	151,02847	3,19694	5,20000	19,95083	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	57,63958	0,00000	0,00000	13,62264	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	56,56250	2,03042	0,36917	12,85931	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	68,01667	2,20611	0,26125	14,54292	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	762,53250	29,90430	25,64528	91,08958	720,000
Полдник					
Икра кабачковая.	36,46444	0,58309	2,65083	2,76861	30,000
Омлет натуральный 120 гр.	178,79458	9,37708	12,03125	3,02681	120,000
Молоко 180 г	99,12000	4,53472	4,85167	7,36889	180,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,42083	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	337,79985	15,26083	19,62375	18,17431	340,000
Всего:	1 623,67263	57,40916	61,57375	188,41749	1 605,000

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