

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

10.03.2026

Меню-раскладка  
 ТРЕБ. дети № 11 от 10.03.2026, 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	4,94667	23,23778	150,000
Батон с маслом	88,67000	1,94556	4,05000	13,35778	29,000
Кофейный напиток на сгущеном молоке без сахара	67,80000	1,43889	1,49556	10,58333	150,000
<b>Итого:</b>	<b>326,53000</b>	<b>7,92445</b>	<b>10,49223</b>	<b>47,17889</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	43,30556	0,60000	2,15333	5,24333	40,000
Суп-лапша .	57,75667	0,80667	2,61333	6,78667	150,000
Котлета из мяса куры	91,30889	11,61889	2,79444	3,13556	60,000
Каша гречневая рассыпчатая 150г	166,82556	4,59000	4,53333	28,24667	150,000
Напиток из шиповника	65,37000	0,28778	0,00000	15,81222	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>557,21668</b>	<b>22,49334</b>	<b>12,78443</b>	<b>88,88445</b>	<b>615,000</b>
<b>Полдник</b>					
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	198,97000	6,05667	5,27222	28,27556	130,000
Чай с лимоном	46,80000	0,03333	0,00333	11,07667	150,000
<b>Итого:</b>	<b>245,77000</b>	<b>6,09000</b>	<b>5,27555</b>	<b>39,35223</b>	<b>280,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 175,51668</b>	<b>37,00779</b>	<b>28,65221</b>	<b>185,51557</b>	<b>1 324,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

11.03.2026

Меню-раскладка  
 ТРЕБ. дети № 11 от 11.03.2026, 7.ДОУ 572, Ясли, 5 д 10,5 ч вида

№ 572

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	141,42750	3,46500	4,67625	18,79125	150,000
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>258,52250</b>	<b>5,41000</b>	<b>8,72625</b>	<b>38,96000</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.	34,86500	0,41625	2,23250	3,16875	30,000
Щи с мясом со сметаной	73,85000	2,99125	4,05625	5,43375	150,000
Рыба(горбуша), запеченная с картофелем по-русски 200 г	392,51750	24,84000	14,51375	32,64000	150,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	89,53000	0,00000	0,00000	20,67375	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>723,41250</b>	<b>32,83750</b>	<b>21,49250</b>	<b>91,57625</b>	<b>545,000</b>
<b>Полдник</b>					
Снежок 100 г	82,89625	2,59625	3,19500	10,88250	100,000
Ватрушка с творогом	182,92500	6,12875	4,80000	24,89625	60,000
<b>Итого:</b>	<b>265,82125</b>	<b>8,72500</b>	<b>7,99500</b>	<b>35,77875</b>	<b>160,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 293,75625</b>	<b>47,47250</b>	<b>38,31375</b>	<b>176,41500</b>	<b>1 134,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

12.03.2026

Меню-раскладка  
 ТРЕБ. дети № 11 от 12.03.2026, 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 манная молочная с маслом сливочным 180г	177,51600	4,70000	4,89600	25,58600	150,000
Батон с маслом	88,67000	1,94600	4,05000	13,35800	29,000
Какао с молоком.	91,10000	2,61800	2,59800	13,18800	150,000
<b>Итого:</b>	<b>357,28600</b>	<b>9,26400</b>	<b>11,54400</b>	<b>52,13200</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 картофельный с огурцом 50 гр	25,83800	0,49200	0,96200	3,61400	30,000
Суп крестьянский с крупой со сметаной 0,180	88,30800	1,65800	4,22200	8,38400	180,000
Бигус с мясом 150г	161,38800	11,79400	12,24200	9,23400	150,000
Кисель из шиповника	80,55000	0,29200	0,00400	19,08000	150,000
Хлеб ржаной 35 гр	63,63000	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>488,73200</b>	<b>18,32800</b>	<b>18,11000</b>	<b>70,97200</b>	<b>575,000</b>
<b>Полдник</b>					
Джем 5 г	13,50000	0,02200	0,00000	3,49800	5,000
Сырники из творога 100	323,58000	14,19600	16,98400	20,36000	100,000
Чай с сахаром.	28,80400	0,00000	0,00000	8,81200	150,000
<b>Итого:</b>	<b>365,88400</b>	<b>14,21800</b>	<b>16,98400</b>	<b>30,67000</b>	<b>255,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 257,90200</b>	<b>42,30800</b>	<b>46,73800</b>	<b>163,87400</b>	<b>1 259,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю  
ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

13.03.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 11 от 13.03.2026, 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	141,88000	4,19500	5,45300	17,83500	150,000
Батон с маслом	88,67000	1,94500	4,05000	13,35700	29,000
Кофейный напиток с молоком	87,85000	2,10300	2,11200	12,87700	150,000
<b>Итого:</b>	<b>318,40000</b>	<b>8,24300</b>	<b>11,61500</b>	<b>44,06900</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	0,56800	1,85700	4,75500	30,000
Суп гороховый со сметаной 150 гр	89,28200	3,07400	2,68900	11,92400	150,000
Бифштекс рубленый паровой 70 гр.	208,13300	15,26700	13,87600	0,26200	70,000
Картофельное пюре 150 гр	148,94100	3,19700	5,20000	19,95000	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	80,50000	0,53800	0,02900	18,42800	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	2,29000	0,27000	15,03000	30,000
<b>Итого:</b>	<b>701,04600</b>	<b>27,23400</b>	<b>24,34100</b>	<b>84,97900</b>	<b>665,000</b>
<b>Полдник</b>					
Икра кабачковая.	30,50000	0,50000	2,25000	2,35000	25,000
Омлет натуральный 110 гр.	156,59700	8,16700	10,66700	2,75000	110,000
Молоко 150 г	88,38200	4,10600	4,39300	6,67200	150,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
<b>Итого:</b>	<b>298,57900</b>	<b>13,52300</b>	<b>17,40000</b>	<b>16,78200</b>	<b>295,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 364,02500</b>	<b>49,51000</b>	<b>53,45600</b>	<b>155,93000</b>	<b>1 389,000</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