

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

10.04.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 10.04.2026, 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 пшенная молочная с маслом сливочным 200гр	185,06378	4,34514	5,87676	23,25135	200,000
Батон с маслом	130,79392	3,02703	5,29459	20,81986	45,000
Чай с сахаром.	38,41216	0,00000	0,00000	9,08176	200,000
<b>Итого:</b>	<b>354,26986</b>	<b>7,37217</b>	<b>11,17135</b>	<b>53,15297</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Банан 120 гр	81,92811	1,35649	0,09041	19,71432	120,000
<b>Итого:</b>	<b>81,92811</b>	<b>1,35649</b>	<b>0,09041</b>	<b>19,71432</b>	<b>120,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом	36,36095	0,85284	2,04757	4,57081	50,000
Свекольник со сметаной 180гр	89,45351	1,60541	3,20459	13,23378	180,000
Печень по-строгановски 80 гр.	174,73054	10,75959	11,47703	2,03203	80,000
Картофель отварной 150 г	144,36486	2,83405	2,70595	24,72838	150,000
Компот из кураги	77,49324	0,48878	0,00000	18,71135	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	70,07635	2,52405	0,45892	15,98568	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,86081	2,30054	0,27243	15,16541	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>663,34026</b>	<b>21,36526</b>	<b>20,16649</b>	<b>94,42744</b>	<b>730,000</b>
<b>Полдник</b>					
Молоко 150 г	89,60027	4,10595	4,39297	6,67216	150,000
Сдоба обыкновенная 90 гр	320,73257	8,34784	6,04649	50,67595	90,000
<b>Итого:</b>	<b>410,33284</b>	<b>12,45379</b>	<b>10,43946</b>	<b>57,34811</b>	<b>240,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 509,87107</b>	<b>42,54771</b>	<b>41,86771</b>	<b>224,64284</b>	<b>1 535,000</b>

110

Заведующий  
(должность)

Бед

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.И

09.04.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 09.04.2026, 7,ДОУ 572, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда
<b>Завтрак</b>					
Каша из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливоч. маслом	197,39842	5,50947	7,90329	23,64368	200,000
Батон с маслом	133,12895	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком	115,87000	2,80342	2,81605	16,86592	200,000
<b>Итого:</b>	<b>446,39737</b>	<b>11,41789</b>	<b>16,04434</b>	<b>61,86960</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Яблоко 120 гр	48,23289	0,42237	0,42237	12,46079	120,000
<b>Итого:</b>	<b>48,23289</b>	<b>0,42237</b>	<b>0,42237</b>	<b>12,46079</b>	<b>120,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 50гр.	65,87974	0,84895	3,07605	7,07711	50,000
Суп гороховый со сметаной 180 гр	106,83500	3,74079	2,61987	15,47934	180,000
Бифштекс рубленый паровой 70 гр.	159,21276	15,79539	8,49724	0,26224	70,000
Каша гречневая рассыпчатая 150г	190,40974	4,71763	6,32355	28,98592	150,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,38092	0,48882	0,02645	17,99079	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
<b>Итого:</b>	<b>736,11355</b>	<b>30,18158</b>	<b>21,23316</b>	<b>99,45540</b>	<b>720,000</b>
<b>Полдник</b>					
Икра кабачковая.	37,09763	0,60000	2,70000	2,82000	30,000
Омлет натуральный 120 гр.	179,15929	9,40855	12,05789	3,02855	120,000
Чай с сахаром.	38,39868	0,00000	0,00000	9,08184	200,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,40395	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
<b>Итого:</b>	<b>278,05955</b>	<b>10,76855</b>	<b>14,84789</b>	<b>19,94039</b>	<b>360,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 508,80336</b>	<b>52,79039</b>	<b>52,54776</b>	<b>193,72618</b>	<b>1 645,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

08.04.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 08.04.2026, 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	225,74747	6,39193	8,07398	26,76048	200,000
Батон с маслом	132,98313	3,10506	5,32506	21,36000	45,000
Какао с молоком.	63,08000	1,24458	1,15277	10,97277	200,000
<b>Итого:</b>	<b>421,81060</b>	<b>10,74157</b>	<b>14,55181</b>	<b>59,09325</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,55422	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,55422</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	43,30699	0,81735	1,59145	6,02446	50,000
Суп крестьянский с крупой со сметаной 0,180	89,26651	1,65867	4,22133	9,38301	180,000
Бигус с мясом 200г	191,84434	13,98687	12,76783	14,38759	200,000
Кисель из шиповника	92,26843	0,32530	0,00530	21,62458	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,11325	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,13494	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>550,93446</b>	<b>21,37819</b>	<b>19,27591</b>	<b>81,07964</b>	<b>700,000</b>
<b>Полдник</b>					
Джем 5 г	13,40361	0,02120	0,00000	3,49795	5,000
Сырники запеченые	432,46193	19,69867	24,48663	20,78096	150,000
Чай с сахаром.	38,35663	0,00000	0,00000	9,08181	200,000
<b>Итого:</b>	<b>484,22217</b>	<b>19,71987</b>	<b>24,48663</b>	<b>33,36072</b>	<b>355,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 503,52145</b>	<b>52,33963</b>	<b>58,41435</b>	<b>183,63361</b>	<b>1 600,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

06.04.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 06.04.2026, 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	209,20736	5,44264	6,31402	27,63575	200,000
Батон с маслом	132,91034	3,10506	5,32506	21,36000	45,000
Кофейный напиток на сгущеном молоке без сахара	104,79080	2,20184	2,24402	16,07069	200,000
<b>Итого:</b>	<b>446,90850</b>	<b>10,74954</b>	<b>13,88310</b>	<b>65,06644</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,52874	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,52874</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 60 гр	47,05552	0,78000	2,45759	6,77759	60,000
Суп-лапша домашняя с курой	99,71425	8,05011	2,12517	10,03310	200,000
Котлета из мяса курицы	124,56494	15,24092	3,96103	4,19724	80,000
Картофельное пюре 150 гр	150,66517	3,19690	5,20000	19,95080	150,000
Напиток из шиповника	76,02391	0,31966	0,00000	18,17448	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,07816	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,09655	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>632,19850</b>	<b>32,17759</b>	<b>14,43379</b>	<b>88,79321</b>	<b>760,000</b>
<b>Полдник</b>					
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	201,01782	6,05632	5,27253	28,27471	130,000
Чай с лимоном	55,33885	0,04230	0,00437	12,93747	200,000
<b>Итого:</b>	<b>256,35667</b>	<b>6,09862</b>	<b>5,27690</b>	<b>41,21218</b>	<b>330,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 381,99241</b>	<b>49,52575</b>	<b>33,69379</b>	<b>205,17183</b>	<b>1 635,000</b>

Заведующий  
(должность)

(подпись)

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

ЕЛИЗАРОВА И.Ю.

07.04.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 10 от 07.04.2026, 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 (рис, кукуруза) с маслом сливочным 200г	190,71284	4,61909	6,23557	25,05318	200,000
Батон с маслом	132,89318	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Чай с сахаром.	38,33068	0,00000	0,00000	9,08182	200,000
<b>Итого:</b>	<b>361,93670</b>	<b>7,72409</b>	<b>11,56057</b>	<b>55,49500</b>	<b>445,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,52273	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,52273</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.	58,78648	0,69330	3,70920	5,27989	50,000
Щи с мясом со сметаной 180 г	105,30489	5,11375	5,77659	6,46170	180,000
Рыба(горбуша), запеченная с картофелем по-русски 200 г	383,73773	24,42989	14,46125	30,10523	200,000
Компот из сухофруктов 200 гр,	79,24034	0,48875	0,02636	17,99068	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	64,06989	2,31000	0,42000	14,63000	35,000
Хлеб пшеничный 30 гр	70,08750	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>761,22683</b>	<b>35,31569</b>	<b>24,66340</b>	<b>89,49750</b>	<b>700,000</b>
<b>Полдник</b>					
Снежок 125 г	104,80636	3,24477	3,99364	13,60318	125,000
Ватрушка с творогом	259,88875	7,27455	9,58432	29,63091	90,000
<b>Итого:</b>	<b>364,69511</b>	<b>10,51932</b>	<b>13,57796</b>	<b>43,23409</b>	<b>215,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 534,38137</b>	<b>54,05910</b>	<b>49,90193</b>	<b>198,32659</b>	<b>1 460,000</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