ПОГОДЖЕНО
Начальник Чернівецького
районного управління
Головного управління
Держпродспоживслужби в
Чернівецькій області
Сергій Лазарєв
2 024р.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Начальник відділу освіти
Новоселицької міської ради
Аделіна Руснак
2 024р.

Примірне чотиритижневе сезонне меню для організації триразового харчування дітей в ЗДО та дошкільних підрозділів ЗЗСО Новоселицької територіальної громади на весняний період 2024р.

Понеділок 1 тиждень										
Найменування страв та виробів	Вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність, ккал	
	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Морква тушкована з чорносливом	53	70	0,91	1,20	2,06	2,58	8,34	10,92	51,69	66,62
Суп молочний з макаронами	180/1,8	200/2,5	5,70	6,20	5,20	5,98	22,80	25,70	160,00	181,00
Фрукти свіжі (яблука)	30	40	0,12	0,16	0,12	0,16	3,10	4,20	14,00	18,00
Сік фруктовий	120	180	0,80	1,30	0,00	0,00	15,60	23,40	64,80	97,00
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/5	30/5	3,60	3,60	3,85	3,85	9,90	9,90	89,00	89,00
Всього за сніданок:			**11,13**	**12,46**	**11,23**	**12,57**	**59,74**	**74,12**	**379,49**	**451,62**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Суп український з галушками	150/15	200/20	1,80	2,40	2,80	3,40	12,40	16,40	82,00	105,00
Рибна паличка з яйцем	46	69	9,20	13,52	4,63	6,24	4,77	6,74	97,56	137,31
Каша гречана розсипчаста	82	103	4,20	5,30	2,60	3,20	21,20	26,60	125,00	157,00
Фрукти свіжі (банани)	65	85	1,00	1,30	0,10	0,10	14,20	18,50	58,00	76,00
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
Компот із суміші сухофруктів	100	100	0,23	0,23			4,50	4,50	39,05	39,05
Всього за обід:			**18,53**	**24,85**	**12,53**	**15,34**	**66,97**	**82,64**	**472,71**	**585,46**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Пудинг сирно-яблучний	135	169	16,75	21,00	9,20	10,80	18,88	23,87	235,80	296,47
Молоко кип'ячене	160	190	4,5	5,4	4,0	4,8	7,6	9,0	83	99
Яблуко печене	53	70	0,24	0,32	0,24	0,32	9,23	12,31	38,37	51,16
Всього за полуденок:			**21,49**	**26,72**	**13,44**	**15,92**	**35,71**	**45,18**	**357,17**	**446,63**

Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Вівторок 1 тиждень										
Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Білки, г		**Жири, г**		**Вуглеводи, г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Котлета рублена з м'яса курки	58	77	9,3	10,9	5,0	6,3	10,3	13,4	152	169
Каша рисова розсипчаста	80	100	2,0	2,5	1,8	2,2	20,4	25,6	107	135
Фрукти свіжі (яблука)	30	40	0,1	0,2	0,1	0,2	3,1	4,2	14	18
Чай з цукром	150	180					7,50	7,50	28,43	37,90
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,90	9,90	89,00	89,00
Всього за сніданок:			**13,53**	**15,68**	**9,27**	**11,02**	**51,20**	**60,60**	**390,43**	**448,90**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Салат з зеленого горошку та цибулі	34	49	1,60	1,80	1,61	1,60	4,70	4,70	39,00	39,00
Суп гречаний	150	200	1,49	1,80	1,16	1,64	10,17	13,81	56,22	76,94
Біфштекс зі свинини та яловичини	41	52	7,99	10,70	10,17	13,30	0,11	0,22	124,00	165,00
Макарони відварені з овочами	100	130	3,36	4,37	2,31	2,91	21,54	28,04	120,98	156,57
Компот із свіжих фруктів (яблук)	120	160	0,24	0,32	0,24	0,32	12,23	16,30	49,84	66,32
Хліб цільнозерновий	30	30	1,00	1,00	0,20	0,20	15,00	15,00	68,00	68,00
Всього за обід:			**15,68**	**19,99**	**15,70**	**19,97**	**63,75**	**78,07**	**458,04**	**571,82**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Львівський сирник з морквою та сметаною	100/15	120/12	10,40	11,88	9,51	11,41	23,65	28,29	268,30	327,65
Кисіль вишневий	150	150	0,4	0,4	0,0	0,0	19,3	19,3	91,0	91,0
Всього за полуденок:			**10,81**	**12,29**	**9,51**	**11,41**	**42,95**	**47,59**	**359,30**	**418,65**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Середа 1 тиждень										
Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Білки,г		**Жири,г**		**Вуглеводи,г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Суфле з вареного м'яса курки та рису	100	133	10,3	13,7	5,3	7,0	10,9	14,6	133	176
Овочеве рагу	115	135	1,9	2,3	3,7	4,2	11,5	13,7	85	101
Соус сметанно-томатний	20	20	0,3	0,3	0,3	0,3	1,4	1,4	10	10
Компот із плодів сушених	160	190	0,4	0,4	0,0	0,0	22,1	25,9	84	98
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за сніданок:			**14,95**	**18,83**	**11,65**	**13,87**	**55,82**	**65,52**	**383,00**	**456,00**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										

Салат з капусти, моркви та яблук	50	70	1,50	2,10	1,80	2,60	3,20	4,60	34,00	48,00
Борщ український зі сметаною	150/4	200/5	2,10	2,80	2,50	3,20	10,00	13,10	69,00	89,00
Мафіни з овочами та твердим сиром	63	84	10,90	14,30	10,40	14,70	3,80	5,10	112,00	129,00
Каша кукурудзяна розсипчиста	90	113	2,50	3,10	1,80	2,30	21,40	26,80	113,00	131,00
Фрукти свіжі (мандарини)	60	80	0,48	0,64	0,18	0,24	5,20	6,96	24,00	32,00
Сік фруктовий	120	180	0,80	1,30			15,60	21,40	65,00	97,00
Хліб житній цільнозерновий	30	30	1,00	1,00	0,20	0,20	15,00	15,00	68,00	68,00
Всього за обід:			**19,28**	**25,24**	**16,88**	**23,24**	**74,20**	**92,96**	**485,00**	**594,00**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Млинці з повидлом яблучним	70/15	80/20	9,80	11,40	8,20	10,40	47,00	56,00	310,88	371,30
Какао з молоком	135	160	4,50	5,40	3,80	4,60	7,20	8,70	80,00	96,00
Всього за полуденок:			**14,30**	**16,80**	**12,00**	**15,00**	**54,20**	**64,70**	**390,88**	**467,30**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**

Четвер 1 тиждень

Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Біляки,г		**Жири,г**		**Вуглеводи,г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Зрази з кисломолочного сиру з родзинками	75	95	11,70	14,70	7,50	9,20	30,60	38,50	235,00	293,00
Соус сметанний (на молоці)	35	48	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
Фрукти свіжі (банани)	60	80	0,90	1,20	0,10	0,10	13,10	17,40	53,00	71,00
Узвар	140	170	0,18	0,20	0,65	0,79	7,45	11,19	70,40	81,57
Всього за сніданок:			13,76	17,65	10,69	14,06	55,82	**73,83**	**403,02**	514,56
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Суп овочевий зі сметаною	150/4	200/5	1,30	1,70	3,00	3,80	7,70	10,30	61,00	80,00
Нагетси з м`яса курки	56	75	11,49	15,43	4,62	6,08	12,16	16,64	138,00	183,00
Картопля тушкована з цибулею та томатом	100	113	2,46	2,81	3,49	4,04	19,69	22,38	118,56	135,45
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	100	130	0,20	0,26	0,20	0,26	5,20	6,76	42,00	54,00
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
Всього за обід:			**17,55**	**22,30**	**13,71**	**16,58**	**54,65**	**65,98**	**430,66**	**523,55**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Локшинник з фруктами	140	175	6,10	7,70	4,90	6,10	37,00	46,20	214,00	268,00
Соус з сухофруктів	28	28	0,30	0,30	0,00	0,00	9,72	9,72	43,69	43,69
Кисіль молочний	115	120	5,30	5,30	3,00	3,00	9,00	14,60	92,00	114,00
Всього за полуденок:			**11,70**	**13,30**	**7,90**	**9,10**	**55,72**	**70,52**	**349,69**	**425,69**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**

П'ятниця 1 тиждень

		Хімічний склад

Найменування страв та виробів	Вихід		Білки,г		Жири,г		Вуглеводи,г		Енергетична цінність, ккал	
	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Омлет	60	60	5,85	5,85	6,12	6,12	2,61	2,61	88,87	88,87
Макаронні вироби відварені з маслом вершковим	82	106	3,00	3,90	1,80	2,80	20,60	26,50	108,00	140,00
Молоко кип`ячене	160	190	4,5	5,4	4,0	4,8	7,6	9,0	83	99
Фрукти свіжі (апельсини)	40	60	0,36	0,54	0,08	0,12	3,80	5,70	16,00	24,00
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
Всього за сніданок:			**13,71**	**15,69**	**12,00**	**13,84**	**34,61**	**43,81**	**295,87**	**351,87**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Салат з вареного буряка	35	47	0,60	0,70	1,10	1,40	3,30	4,40	25,00	33,00
Суп-пюре з квасолі зі сметаною	150/4,5	200/6	5,00	6,70	4,60	6,40	13,70	18,30	114,00	153,00
Зрази картопляні з м'ясом курки "Човники"	120	155	9,80	11,40	5,76	7,13	18,83	23,43	173,62	209,00
Соус сметанний з томатом		7		0,30		1,80		0,80		21,00
Компот із суміші сухофруктів	100	100	0,23	0,23			10,50	10,50	39,05	39,05
Хліб цільнозерновий	30	30	1,00	1,00	0,20	0,20	15,00	15,00	68,00	68,00
Всього за обід:			**16,63**	**20,33**	**11,66**	**16,93**	**61,33**	**72,43**	**419,67**	**523,05**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Вертута з яблуком	80	100	5,50	6,88	6,10	7,59	27,90	35,90	183,20	244,30
Какао з молоком	135	160	4,50	5,40	3,80	4,60	7,20	8,70	80,00	96,00
Фрукти свіжі (банани)	60	80	0,90	1,20	0,10	0,10	13,10	17,40	53,00	71,00
Всього за полуденок:			**10,90**	**13,48**	**10,00**	**12,29**	**48,20**	**62,00**	**316,20**	**411,30**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**

Понеділок 2 тиждень

Найменування страв та виробів	Вихід		Хімічний склад							
			Білки,г		Жири,г		Вуглеводи,г		Енергетична цінність, ккал	
	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Салат морквяно-яблучний з сиром твердим	94	126	2,45	3,19	4,22	5,37	10,17	13,43	84,87	109,98
Локшинник з фруктами	140	175	6,10	7,70	4,90	6,10	37,00	46,20	214,00	268,00
Соус яблучний	15	20	0,15	0,20	0,00	0,00	2,90	3,70	13,00	17,00
Кисіль молочний	120	120	3,40	5,31	3,00	3,00	15,00	15,00	98,00	98,00
Всього за сніданок:			**12,10**	**16,40**	**12,12**	**14,47**	**65,07**	**78,33**	**409,87**	**492,98**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Суп-харчо	200/5	250/6	2,00	2,40	2,40	3,30	13,50	16,90	83,00	107,00
Рулет рибний	53	79	7,95	11,90	3,60	4,80	3,10	4,60	76,00	109,00

Рагу овочеве з кашею	120	150	2,99	3,70	4,48	5,60	20,15	25,20	130,00	162,00
Фрукти свіжі (банани)	65	85	1,00	1,30	0,10	0,10	14,20	18,50	58,00	76,00
Чай (трав'яний)	140	170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/3	30/6	1,69	2,38	1,07	1,94	15,00	15,00	78,80	89,60
Всього за обід:			**15,63**	**21,68**	**11,65**	**15,74**	**65,95**	**80,20**	**425,80**	**543,60**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Каша боярська (із пшона з родзинками)	100	114	5,62	6,50	4,90	5,83	24,30	27,63	162,66	187,69
Яблуко фаршироване кисломолочним сиром	94	124	10,44	13,70	6,05	7,90	11,40	14,85	141,66	185,17
Какао з молоком	135	160	4,50	5,40	3,80	4,60	7,20	8,70	80,00	96,00
Всього за полуденок:			**20,56**	**25,60**	**14,75**	**18,33**	**42,90**	**51,18**	**384,32**	**468,86**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**

Вівторок 2 тиждень

Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Білки,г		**Жири,г**		**Вуглеводи,г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Суп молочний з гречаною крупою	150	200	3,60	4,80	3,10	4,20	12,70	16,90	93,00	124,00
Морквяна запіканка з сиром кисломолочним	105	138	9,60	12,60	8,20	11,70	16,80	21,80	176,00	234,00
Соус із сухофруктів	28	28	0,30	0,30	0,00	0,00	9,70	9,70	38,00	38,00
Сік фруктовий	150	185	0,41	0,51	0,00	0,00	19,25	24,14	90,59	113,35
Всього за сніданок:			**13,91**	**18,21**	**11,30**	**15,90**	**58,45**	**72,54**	**397,59**	**509,35**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Ікра з буряка	55	75	1,00	1,30	2,60	3,60	6,20	8,50	49,00	63,00
Суп гороховий	150	200	1,80	2,40	2,80	3,40	11,52	15,40	82,00	105,00
Котлета рублена з м'яса курки	58	77	10,30	13,90	4,00	5,30	8,30	11,40	111,00	145,00
Каша гречана розсипчаста	82	103	4,20	5,30	2,60	3,20	21,20	26,60	125,00	157,00
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	100	130	0,20	0,26	0,20	0,26	5,20	6,76	42,00	54,00
Хліб цільнозерновий	30	30	1,00	1,00	0,20	0,20	15,00	15,00	68,00	68,00
Всього за обід:			**18,50**	**24,16**	**12,40**	**15,96**	**67,42**	**83,66**	**477,00**	**592,00**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Сінабон з корицею із сметаним соусом	80/20	100/20	5,48	6,70	8,28	10,07	35,67	44,19	226,44	274,36
Компот із плодів сушених (родзинок)	116	140	0,3	0,3	0,0	0,0	16,0	19,1	61,0	72,0
Фрукти свіжі (банани)	65	85	1,00	1,30	0,10	0,10	14,20	18,50	58,00	76,00
Всього за полуденок:			**6,78**	**8,26**	**8,38**	**10,17**	**65,87**	**81,79**	**345,44**	**422,36**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**

Середа 2 тиждень

Найменування страв та виробів	**Вихід**	**Хімічний склад**			
		Білки,г	**Жири,г**	**Вуглеводи,г**	**Енергетична цінність, ккал**

	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Зрази рисові з овочами	127	154	5,3	6,6	5,7	6,6	31,4	38,9	197	239
Биточок рубленний з м'яса курки паровий	58	77	10,1	13,6	2,8	3,7	5,0	6,8	86	114
Соус сметанний з томатом	7	16	0,3	0,6	1,8	3,7	0,8	1,1	21	40
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за сніданок:			**17,80**	**22,90**	**12,70**	**16,40**	**47,10**	**56,70**	**375,00**	**464,00**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Капуста тушкована	60	80	1,50	2,10	2,00	2,70	5,00	7,30	44,00	59,00
Борщ з квасолею і картоплею зі сметаною	150/4	180/5	2,30	3,10	3,10	4,00	10,60	14,10	76,00	102,00
М'ясо відварне в кисло-солодкому соусі (свинина)	27/23	36/31	7,53	10,04	10,30	12,00	11,01	14,68	191,93	237,00
Каша ячна в'язка	82	103	1,77	2,17	1,68	2,09	11,87	14,59	69,92	86,19
Фрукти свіжі (апельсини)	60	80	0,54	0,72	0,12	0,16	5,70	7,60	24,00	32,00
Хліб цільнозерновий	30	30	1,00	1,00	0,20	0,20	15,00	15,00	68,00	68,00
Всього за обід:			14,64	19,13	17,40	21,15	59,18	73,26	473,85	584,19
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Вечеря:										
Гратен "Зебра" (запіканка сирна з какао) та сметаною	122/10	155/15	15,40	19,60	12,90	17,10	16,20	20,30	243,00	315,00
Соус із сухофруктів	28	28	0,30	0,30	0,00	0,00	9,70	9,70	38,00	38,00
Какао з молоком	135	160	4,50	5,40	3,80	4,60	7,20	8,70	80,00	96,00
Фрукти свіжі (яблука)	56	80	0,22	0,32	0,05	0,08	5,62	9,32	24,30	36,00
Всього за полуденок:			20,42	25,62	16,75	21,78	38,72	48,02	385,30	485,00
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**

Четвер 2 тиждень

Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Білки,г		**Жири,г**		**Вуглеводи,г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Пудинг з сирно-яблучний	140	178	13,04	16,43	12,00	15,00	20,62	25,97	255,72	322,01
Соус яблучний	15	20	0,15	0,20	0,00	0,00	2,90	3,70	13,00	17,00
Компот із суміші сухофруктів	100	150	0,23	0,23	0,00	0,00	10,50	15,74	39,05	58,57
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/8	1,92	2,84	1,36	2,52	15,00	15,00	82,40	94,00
Всього за сніданок:			**15,34**	**19,70**	**13,36**	**17,52**	**49,02**	**60,41**	**390,17**	**491,58**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Салат з білокачанної капусти	50	55	0,80	0,80	2,00	2,50	2,90	3,60	31,00	43,00
Куліш пшоняний з фрикаделькою та сметаною	150/11/7	200/15/9	4,90	6,40	5,20	6,60	13,20	17,30	119,00	154,00
Курка по-італійськи (підлива)	26/8	35/12	6,60	8,90	2,70	3,60	2,40	3,20	60,00	79,00

Макаронні вироби відварені з маслом вершковим	82	106	3,00	3,90	1,80	2,20	19,60	25,50	108,00	140,00
Кисіль фруктовий	150	150	0,41	0,40	0,00	0,00	19,25	19,30	90,59	91,00
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
Всього за обід:			**17,81**	**22,50**	**14,10**	**17,30**	**67,25**	**78,80**	**479,69**	**578,10**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Шарлотка яблучна	72	72	4,09	4,09	3,30	3,30	23,70	23,70	195,48	195,48
Соус сметанний (на молоці)	35	48	0,98	1,55	2,44	3,97	2,67	3,74	44,62	68,99
Фрукти свіжі (банани)	65	85	1,00	1,30	0,10	0,10	14,20	18,50	58,00	76,00
Сік фруктовий	120	180	0,60	0,90	0,00	0,00	17,40	26,00	71,00	106,00
Всього за полуденок:			**6,67**	**7,84**	**5,84**	**7,37**	**57,97**	**71,94**	**369,10**	**446,47**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
П'ятниця 2 тиждень										
Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Білки,г		**Жири,г**		**Вуглеводи,г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Ікра з моркви	65	75	1,0	1,2	2,7	3,1	6,4	7,5	50	58
Оладки з м'яса курки	70	93	10,9	14,5	5,5	7,1	5,3	7,0	115	149
Каша рисова розсипчаста з цибулею	101	127	2,4	3,0	2,3	2,9	23,7	29,9	127	159
Кисіль молочний	120	120	3,40	5,31	3,00	3,00	15,00	15,00	98,00	98,00
Всього за сніданок:			**17,70**	**24,01**	**13,50**	**16,10**	**50,40**	**59,40**	**390,00**	**464,00**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Борщ український	150	200	2,10	2,80	2,50	3,10	10,00	13,10	69,00	89,00
Суфле м'ясне з овочами	30	40	7,37	9,85	14,66	19,40	1,12	1,49	165,00	219,00
Каша кукурудзяна розсипчаста	90	113	2,46	3,09	1,80	2,26	21,38	26,82	112,00	141,00
Фрукти свіжі (мандарини)	60	80	0,50	0,60	0,10	0,20	5,00	7,00	23,00	31,00
Чай (трав'яний)	140	170	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хліб цільнозерновий	30	30	1,00	1,00	0,20	0,20	15,00	15,00	68,00	68,00
Всього за обід:			**13,43**	**17,34**	**19,26**	**25,16**	**52,50**	**63,41**	**437,00**	**548,00**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Каша пшоняна з фруктами	117	147	3,99	4,97	3,20	4,00	33,62	41,91	176,22	219,74
Сирники рожеві (з морквою)	66	80	9,90	11,90	8,10	10,00	10,50	12,60	155,00	188,00
Соус сметанний (на молоці)	35	48	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	100	130	0,20	0,26	0,20	0,26	5,20	6,76	42,00	54,00
Всього за полуденок:			**13,94**	**17,05**	**13,12**	**16,69**	**58,30**	**65,60**	**417,84**	**476,00**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Понеділок 3 тиждень										
			Хімічний склад							

Найменування страв та виробів	Вихід		Білки,г		Жири,г		Вуглеводи,г		Енергетична цінність, ккал	
	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Фріттата	50	50	4,60	4,60	5,60	5,60	4,20	4,20	144,35	144,35
Макароні вироби відварені з маслом вершковим	82	106	3,00	3,90	1,80	2,20	19,60	25,50	108,00	140,00
Какао з молоком	135	160	4,50	5,40	3,80	4,60	7,20	8,70	80,00	96,00
Фрукти свіжі (апельсини)	40	60	0,36	0,54	0,08	0,12	3,80	5,70	16,00	24,00
Всього за сніданок:			**12,46**	**14,44**	**11,28**	**12,52**	**34,80**	**44,10**	**348,35**	**404,35**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Ікра буряково-морквяна	30	50	0,40	0,58	1,57	2,62	2,50	4,10	26,00	42,00
Суп картопляний з макаронами	150	200	1,72	2,29	1,34	2,29	16,68	17,45	71,00	94,00
Курка по-італійськи (підлива)	36/11	48/12	9,18	12,29	3,80	5,00	3,30	4,40	84,00	110,00
Каша рисова розсипчаста	80	100	2,01	2,46	1,75	2,16	20,40	25,60	107,00	135,00
Фрукти свіжі (банани)	60	80	0,90	1,20	0,10	0,10	13,10	17,40	53,00	71,00
Компот із суміші сухофруктів	100	150	0,23	0,23	0,00	0,00	10,50	15,74	39,05	58,57
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
Всього за обід:			**16,54**	**21,15**	**10,96**	**14,57**	**76,38**	**94,59**	**451,15**	**581,67**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Вареники ліниві з соусом для лінивих вареників	100/25	100/25	10,58	10,58	7,28	7,28	17,02	17,02	238,07	238,07
Фрукти свіжі (яблука)	30	40	0,12	0,16	0,12	0,16	3,10	4,20	14,00	18,00
Сік фруктовий	120	180	0,80	1,30	0,00	0,00	15,60	23,40	64,80	97,00
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/5	30/5	3,60	3,60	3,85	3,85	9,90	9,90	89,00	89,00
Всього за полуденок:			**15,10**	**15,64**	**11,25**	**11,29**	**45,62**	**54,52**	**405,87**	**442,07**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**

Вівторок 3 тиждень

Найменування страв та виробів	Вихід		Хімічний склад							
			Білки,г		Жири,г		Вуглеводи,г		Енергетична цінність, ккал	
	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Пюре морквяне	28	36	0,4	0,5	1,5	2,0	3,0	3,9	26	34
Нагетси з м`яса курки	56	75	10,5	12,6	6,1	7,8	12,2	16,6	138	183
Полента (каша кукурудзяна запечена)	90	110	2,6	3,1	2,4	3,0	16,6	20,1	99	120
Банани	60	80	0,9	1,2	0,1	0,1	13,1	17,4	53	71
Компот із плодів сушених (родзинок)	116	140	0,3	0,3	0,0	0,0	16,0	19,1	61	72
Всього за сніданок:			**14,60**	**17,74**	**10,13**	**12,91**	**60,86**	**77,03**	**376,28**	**480,52**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Капуста тушкована	30	45	0,73	0,83	1,00	1,50	2,50	3,70	22,00	30,00

Суп польовий із сметаною	150/4	200/5	1,60	2,10	2,60	3,30	10,70	14,20	72,00	95,00
Биточки (особливі)	55	75	9,70	13,00	6,60	8,80	7,40	10,00	128,00	171,00
Макарони відварені з овочами	100	130	3,36	4,37	2,31	2,91	21,54	28,04	120,98	156,57
Компот із фруктів (яблук)	120	160	0,24	0,32	0,24	0,32	12,23	16,30	49,74	66,32
Хліб цільнозерновий	30	30	1,00	1,00	0,20	0,20	15,00	15,00	68,00	68,00
Всього за обід:			**16,63**	**21,62**	**12,95**	**17,03**	**69,37**	**87,24**	**460,72**	**586,89**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Пудинг з сирно-морквяний	135	169	16,75	21,00	10,34	12,97	18,88	23,87	235,80	296,47
Кисіль вишневий	180	180	0,4	0,4	0,0	0,0	23,7	23,7	107,0	107,0
Яблуко печене	53	70	0,24	0,32	0,24	0,32	9,23	12,31	38,37	51,16
Всього за полуденок:			**17,39**	**21,72**	**10,58**	**13,29**	**51,81**	**59,88**	**381,17**	**454,63**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Середа 3 тиждень										
Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Білки,г		**Жири,г**		**Вуглеводи,г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Салат з червоної капусти	50	70	0,7	1,0	1,1	2,1	3,0	5,0	28	28
Філе м`яса курки запечене під сиром	55	73	10,7	14,4	7,6	10,1	2,4	3,6	121	161
Каша рисова в'язка	82	103	1,3	1,6	1,6	2,0	12,9	15,8	72	89
Компот із суміші сухофруктів	100	150	0,23	0,23	0,00	0,00	10,50	15,74	39,05	58,57
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
Всього за сніданок:			**12,91**	**17,19**	**10,28**	**14,18**	**28,80**	**40,14**	**331,15**	**407,67**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Борщ з квасолею і картоплею зі сметаною	150/4	200/5	2,30	3,10	3,10	4,00	10,60	14,10	76,00	102,00
Шніцель зі свинини	60	81	8,36	11,09	14,49	19,15	8,58	11,17	198,68	262,02
Каша вівсяна вязка	82	103	2,22	2,77	2,67	3,34	10,53	13,16	73,82	92,28
Фрукти свіжі (мандарини)	60	80	0,50	0,60	0,10	0,20	5,00	7,00	23,00	31,00
Чай травяний	140	170								
Хліб цільнозерновий	30	30	1,00	1,00	0,20	0,20	15,00	15,00	68,00	68,00
Всього за обід:			**14,38**	**18,56**	**20,56**	**26,89**	**49,71**	**60,43**	**439,50**	**555,30**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Каша "Янтарна" (із пшона з яблуками)	100	125	4,28	5,33	4,56	5,69	15,89	18,91	141,25	175,57
Соус яблучний	15	20	0,15	0,20	0,00	0,00	2,90	3,70	13,00	17,00
Сік фруктовий	120	180	0,80	1,30	0,00	0,00	15,60	23,40	64,80	97,00
Яйце куряче відварне	30	30	3,80	3,80	3,50	3,50	0,20	0,20	47,00	47,00
Сир твердий	5	5	1,50	1,50	1,45	1,45	0,40	0,40	18,00	18,00
Фрукти свіжі (банани)	60	80	0,90	1,20	0,10	0,10	13,10	17,40	53,00	71,00
Всього за полуденок:			**11,43**	**13,33**	**9,61**	**10,74**	**48,09**	**64,01**	**337,05**	**425,57**

Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Четвер 3 тиждень										
Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Білки,г		**Жири,г**		**Вуглеводи,г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Каша пшоняна з фруктами	117	147	3,99	4,97	3,20	4,00	33,62	41,91	176,22	219,74
Морква тушкована в сметані	47	63	0,80	1,00	2,60	3,60	6,40	8,60	88,00	117,00
Молоко кип'ячене	160	190	4,50	5,40	3,60	4,80	7,60	9,00	83,00	99,00
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,00	71,00
Всього за сніданок:			**11,39**	**13,47**	**11,80**	**14,80**	**57,52**	**69,41**	**418,22**	**506,74**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Салат з вареного буряка	48	69	0,74	1,08	1,41	2,19	4,73	6,70	34,00	49,00
Суп овочевий зі сметаною	150/4	200/5	1,32	1,74	2,99	3,74	7,71	10,27	62,00	79,78
Котлета натуральна з філе м`яса курки панірована в сухарях	48	65	10,20	13,60	4,40	5,80	4,10	5,40	97,00	127,00
Каша рисова розсипчаста з цибулею	101	127	2,40	3,00	2,30	2,90	23,70	29,90	127,00	159,00
Фрукти свіжі (апельсини)	60	80	0,54	0,72	0,12	0,16	5,70	7,60	24,00	32,00
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,00	71,00
Компот із фруктів (яблук)	120	160	0,24	0,32	0,24	0,32	12,23	16,30	49,74	66,32
Всього за обід:			**17,3**	**22,2**	**13,6**	**17,2**	**55,8**	**69,8**	**415**	**518**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Гратен "Зебра" (запіканка сирна з какао) та сметаною	122/10	155/15	15,40	19,60	12,90	17,10	16,20	20,30	243,00	315,00
Соус із сухофруктів	28	28	0,30	0,30	0,00	0,00	9,70	9,70	38,00	38,00
Компот із плодів сушених (кураги)	140	160	0,9	1,0	0,0	0,0	17,2	19,6	68,0	77,0
Фрукти свіжі (яблука)	56	80	0,22	0,32	0,05	0,08	5,62	9,32	24,30	36,00
Всього за полуденок:			**16,8**	**21,2**	**13,0**	**17,2**	**48,7**	**58,9**	**373**	**466**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
П'ятниця 3 тиждень										
Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Білки,г		**Жири,г**		**Вуглеводи,г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Каша перлова вязка	82	103	1,69	2,11	1,65	2,06	12,18	15,22	70,82	88,53
Морквяники з яблуками	78	117	2,30	3,30	2,30	3,40	19,70	28,70	104,00	153,00
Соус сметанний (на молоці)	35	48	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
Какао з молоком	120	160	4,00	5,40	3,40	4,60	6,50	8,80	72,00	96,00

Хліб цільнозерновий	30		1,00		0,20		15,00		68,00	
Хліб цільнозерновий з сиром твердим		30/6		2,38		1,94		15,00		90,00
Всього за сніданок:			**9,97**	**14,74**	**9,99**	**15,97**	**58,05**	**74,46**	**359,44**	**496,52**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Салат з білокачанної капусти	50	70	0,70	1,00	1,60	2,10	4,70	6,70	45,00	69,00
Суп селянський з перловою крупою	150	200	1,30	1,80	2,20	2,70	8,80	11,70	59,00	77,00
Тюфтелька рибна в сметанно-томатному соусі	60/30	90/45	8,66	13,05	6,23	8,85	9,47	14,55	128,63	190,15
Каша кукурудзяна в'язка	82	102	1,90	2,40	1,80	2,10	16,50	20,60	90,00	113,00
Фрукти свіжі (банани)	45	80	0,70	1,20	0,05	0,10	9,81	17,40	40,00	71,00
Чай травяний	140	170								
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,00	71,00
Всього за обід:			**15,36**	**21,55**	**14,28**	**18,25**	**59,18**	**80,85**	**433,63**	**591,15**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Пудинг з сирно-яблучний	140	178	13,04	16,43	12,00	15,00	20,62	25,97	255,72	322,01
Соус яблучний	15	20	0,15	0,20	0,00	0,00	2,90	3,70	13,00	17,00
Компот із суміші сухофруктів	100	150	0,23	0,23	0,00	0,00	10,50	15,74	39,05	58,57
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/8	1,92	2,84	1,36	2,52	15,00	15,00	82,40	94,00
Всього за полуденок:			**15,34**	**19,70**	**13,36**	**17,52**	**49,02**	**60,41**	**390,17**	**491,58**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**

Понеділок 4 тиждень

Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Білки,г		**Жири,г**		**Вуглеводи,г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Морква тушкована з чорносливом	53	70	0,91	1,20	2,06	2,58	8,34	10,92	51,69	66,62
Суп молочний з макаронами	180/1,8	200/2,5	5,70	6,20	5,20	5,98	22,80	25,70	160,00	181,00
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	25/5	30/5	2,80	3,60	2,90	3,30	7,90	8,60	76,00	89,00
Фрукти свіжі (банани)	50	85	0,75	1,30	0,05	0,10	10,90	18,50	45,50	76,00
Компот із плодів сушених (кураги)	140	160	0,9	1,0	0,0	0,0	17,2	19,6	68,0	77,0
Всього за сніданок:			**11,06**	**13,30**	**10,21**	**11,96**	**67,14**	**83,32**	**401,19**	**489,62**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Салат з білокачанної капусти	50	55	0.80	0.80	2,00	2.50	2,90	4,60	31,00	43,00
Суп український з галушками	150/15	200/20/8	1.80	2,60	2,80	5,10	12,40	16,60	82,00	122,00
Котлета рублена з м'яса курки	58	77	10,32	13,89	4,04	5,33	8,28	11,37	111,00	149,00
Каша гречана в'язка	82	102	2,52	3,17	2,10	2,60	12,70	15,80	80,00	100,00
Кисіль фруктовий	150	150	0,41	0,41	0,00	0,00	19,26	19,26	91,00	91,00
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,00	71,00
Всього за обід:			**17,95**	**22,97**	**13,34**	**17,93**	**65,44**	**77,53**	**466,00**	**576,00**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**

Полуденок:										
Львівський сирник з морквою та сметаною	100/15	120/12	10,40	11,88	9,51	11,41	23,65	28,29	268,30	327,65
Сік фруктовий	120	180	0,10	0,20	0,00	0,00	19,10	28,60	82,00	122,00
Яблуко печене	53	70	0,24	0,32	0,24	0,32	9,23	12,31	38,37	51,16
Всього за полуденок:			**10,74**	**12,40**	**9,75**	**11,73**	**51,98**	**69,20**	**388,67**	**500,81**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Вівторок 4 тиждень										
Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Білки,г		**Жири,г**		**Вуглеводи,г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Пюре з гарбуза	60	75	0,9	1,1	2,5	3,1	3,9	4,9	41	51
Пудинг із м`яса курки	60	80	10,4	14,0	4,9	6,4	3,1	4,2	98	130
Каша кукурудзяна розсипчаста	90	113	2,5	3,1	1,8	2,3	21,4	26,8	112,64	141,22
Соус сметанний з томатом	5	7	0,2	0,3	1,4	1,8	0,6	0,8	15	21
Фрукти свіжі (яблука)	55	75	0,2	0,3	0,2	0,3	5,7	7,8	25	34
Хліб житній цільнозерновий	30	30	1,0	1,0	0,2	0,2	15,0	15,0	68	68
Всього за сніданок:			**15,20**	**19,76**	**11,00**	**14,10**	**49,71**	**59,54**	**359,64**	**445,22**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Салат з вареного буряка	35	47	0,60	0,70	1,10	1,40	3,30	4,40	25,00	33,00
Суп-пюре з квасолі зі сметаною	150/4,5	200/6	5,00	6,70	4,60	6,40	13,70	18,30	114,00	153,00
Голубці ліниві з м`ясом яловичини	78	97	7,90	9,80	4,40	5,40	8,90	11,10	107,00	133,00
Фрукти свіжі (банани)	65	85	1,00	1,30	0,10	0,10	14,20	18,50	58,00	76,00
Компот із плодів сушених (родзинок)	116	140	0,26	0,32	0,00	0,00	16,01	19,08	60,73	72,38
Хліб цільнозерновий	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,00	71,00
Всього за обід:			**16,86**	**20,92**	**12,60**	**15,70**	**66,01**	**81,28**	**435,73**	**538,38**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Запіканка вермішелево-сирна зі сметаною	116	145	10,70	12,90	9,60	11,40	16,29	17,99	246,93	297,01
Какао з молоком	135	160	4,50	5,40	3,80	4,60	7,20	8,70	80,00	137,36
Всього за полуденок:			**15,20**	**18,30**	**13,40**	**16,00**	**23,49**	**26,69**	**326,93**	**434,37**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Середа 4 тиждень										
Найменування страв та виробів	**Вихід**		**Хімічний склад**							
			Білки,г		**Жири,г**		**Вуглеводи,г**		**Енергетична цінність, ккал**	
	Від 1-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:										
Овочі припущені в сметанному соусі	59	113	1,3	2,5	3,4	6,6	4,2	8,3	52	99
Паличка куряча	45	60	10,2	13,6	4,4	5,7	5,7	7,5	104	135

Картопля запечена скибочками (з вареної)	85	94	2,2	2,4	2,2	2,5	19,0	20,9	104	115
Компот із суміші сухофруктів	100	150	0,2	0,2	0,0	0,0	10,5	15,7	39	59
Хліб житній з маслом вершковим	30/1,5	30/1,5	1,0	1,0	1,3	1,3	15,0	15,0	78	78
Всього за сніданок:			**14,9**	**19,7**	**11,3**	**16,1**	**54,4**	**67,4**	**377**	**485**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Салат з моркви та часнику	40	48	0,60	0,72	2,00	2,50	4,10	4,50	35,00	42,00
Борщ по – бахмацьки зі сметаною	150/6	200/8	2,60	3,40	4,50	6,00	14,70	19,50	107,00	142,00
Рибна паличка з яйцем	46	69	9,20	13,50	4,30	6,20	4,70	7,00	94,00	139,00
Каша рисова в'язка	80	100	1,28	1,56	1,63	2,03	12,90	15,80	72,00	89,00
Фрукти свіжі (банани)	55	75	0,83	1,13	0,06	0,08	11,99	16,35	49,00	67,00
Чай (трав'яний)	140	170								
Хліб	30	30	1,00	1,00	0,20	0,20	15,00	15,00	68,00	68,00
Всього за обід:			**15,51**	**21,31**	**12,69**	**17,01**	**63,39**	**78,15**	**425,00**	**547,00**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**
Полуденок:										
Каша в'язка пшенична з морквою	100	125	3,70	4,60	2,60	3,30	22,60	28,20	128,00	159,00
Сирники рожеві (з морквою)	68	80	10,10	11,90	8,10	10,00	10,80	12,60	158,00	188,00
Соус сметанний (на молоці)	20	35	0,50	1,00	1,40	2,40	2,70	4,70	26,00	45,00
Сік фруктовий	120	180	0,60	0,90	0,00	0,00	17,40	26,10	70,80	106,20
Всього за полуденок:			**14,90**	**18,40**	**12,10**	**15,70**	**53,50**	**71,60**	**382,80**	**498,20**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**

Четвер 4 тиждень

Найменування страв та виробів	Вихід		Хімічний склад							
			Білки,г		Жири,г		Вуглеводи,г		Енергетична цінність, ккал	
	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Зрази з кисломолочного сиру з родзинками	75	95	11,70	14,70	7,50	9,20	30,60	38,50	235,00	293,00
Соус сметанний (на молоці)	35	48	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
Фрукти свіжі (банани)	60	80	0,90	1,20	0,10	0,10	13,10	17,40	53,00	71,00
Чай каркаде	140	170								
Всього за сніданок:			**13,58**	**17,45**	**10,04**	**13,27**	**48,37**	**62,64**	**332,62**	**432,99**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**
Обід:										
Салат з червоної капусти	50	70	0,70	1,00	1,58	2,10	3,00	5,00	29,00	38,00
Суп з макаронними виробами та картоплею	150	200	1,60	2,10	2,10	2,80	11,50	15,40	71,00	94,00
Болоньєзе (зі свинини)	65	87	6,95	9,27	14,24	18,82	3,25	4,18	168,17	220,21
Каша гречана в'язка	90	113	2,79	3,49	2,20	2,70	13,90	17,40	86,90	108,60
Компот із фруктів (яблук)	120	160	0,24	0,32	0,24	0,32	12,23	16,30	49,74	66,32
Хліб	30	30	1,00	1,00	0,20	0,20	15,00	15,00	68,00	68,00
Всього за обід:			**13,28**	**17,18**	**20,56**	**26,94**	**58,88**	**73,28**	**472,81**	**595,13**
Згідно норм			**15-18**	**17-20**	**13-15**	**16-19**	**58-67**	**72-84**	**415-485**	**510-595**

Полуденок:										
Млинці з повидлом яблучним	70/15	80/20	9,80	11,40	8,20	10,40	47,00	56,00	310,88	371,30
Узвар	140	170	0,18	0,20	0,65	0,79	7,45	11,19	70,40	81,57
Всього за полуденок:			**9,98**	**11,60**	**8,85**	**11,19**	**54,45**	**67,19**	**381,28**	**452,87**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**

П'ятниця 4 тиждень

Найменування страв та виробів	Вихід		Хімічний склад							
			Білки,г		Жири,г		Вуглеводи,г		Енергетична цінність, ккал	
	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Локшинник з фруктами	140	175	6,10	7,70	4,90	6,10	37,00	46,20	214,00	268,00
Соус з сухофруктів	28	28	0,30	0,30	0,00	0,00	9,72	9,72	43,69	43,69
Кисіль молочний	115	120	5,30	5,30	3,00	3,00	9,00	14,60	92,00	114,00
Всього за сніданок:			**11,70**	**13,30**	**7,90**	**9,10**	**55,72**	**70,52**	**349,69**	**425,69**
Згідно норм			13-15	14-17	11-13	14-16	48-58	60-72	350-415	425-510
Обід:										
Салат з білокачанної капусти	50	55	0,80	0,81	2,00	2,50	2,90	4,63	31,00	43,00
Суп гороховий	150	200	3,33	4,40	3,30	4,40	11,52	15,40	97,07	129,40
М`ясо курки в сметані	30/9	40/12	9,08	12,19	5,90	7,94	0,40	0,62	91,00	122,00
Каша кукурудзяна в'язка	82	102	1,90	2,40	1,80	2,10	16,50	20,60	90,00	113,00
Компот із плодів сушених (родзинок)	116	140	0,26	0,32	0,00	0,00	16,01	19,08	60,73	72,38
Хліб	30	30	1,00	1,00	0,20	0,20	15,00	15,00	68,00	68,00
Всього за обід:			**16,37**	**21,12**	**13,20**	**17,14**	**62,33**	**75,33**	**437,80**	**547,78**
Згідно норм			15-18	17-20	13-15	16-19	58-67	72-84	415-485	510-595
Полуденок:										
Каша «Янтарна» (із пшона з яблуками)	100	125	4,28	5,33	4,56	5,69	20,89	25,91	141,25	175,57
Соус фруктовий	34	34	0,32	0,32	0,00	0,00	6,32	6,32	28,00	28,00
Какао з молоком	135	160	4,50	5,40	3,80	4,60	7,20	8,70	80,00	96,00
Шарлотка яблучна	72	72	4,09	4,09	3,30	3,30	23,70	23,70	195,48	195,48
Всього за полуденок:			**13,19**	**15,14**	**11,66**	**13,59**	**58,11**	**64,63**	**444,73**	**495,05**
Згідно норм			**13-15**	**14-17**	**11-13**	**14-16**	**48-58**	**60-72**	**350-415**	**425-510**

Інженер-технолог Єловська К.С.