|  |
| --- |
| **Понеділок 1 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Каша вівсяна в’язка | 82 | 82 | 105 | 2.2 | 2.2 | 5,0 | 3,2 | 3,2 | 4,0 | 29,1 | 33,6 | 41,9 | 159 | 176 | 220 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2.1 | 2.1 | 2.1 | 2.4 | 2.4 | 2.4 | 9.9 | 9.9 | 9.9 | 71 | 71 | 71 |
| Сир твердий | 8 | 8 | 13 | 1.2 | 1.2 | 3.0 | 1.5 | 1.5 | 3.8 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 18 | 18 | 57 |
| Курка по - італійськи | 60 | 60 | 60 | 5,9 | 5,9 | 5,9 | 6,1 | 6,1 | 6,1 | 2,6 | 2,6 | 2,6 | 89 | 89 | 100 |
| Буряк тушкований з чорносливом | 53 | 53 | 70 | 0,9 | 0,9 | 1,2 | 2,1 | 2,1 | 2,6 | 8,3 | 8,3 | 10,9 | 52 | 52 | 67 |
| Чай трав’яний | 150 | 150 | 180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **15,0** | **15,0** | **17,8** | **14,7** | **14,7** | **17,2** | **50,4** | **56,4** | **71,4** | **389** | **412** | **525** |

|  |
| --- |
| **Обід:** |
| Суп із білоркачанною капустою зі сметаною | 150/7 | 150/7 | 200/9 | 1,5 | 1,5 | 1,9 | 3,1 | 3,1 | 3,9 | 7,0 | 7,0 | 9,4 | 160 | 160 | 220 |
| Рибна паличка з яйцем | 46 | 46 | 69 | 9,2 | 9,2 | 13,5 | 4,6 | 4,6 | 6,2 | 4,8 | 4,8 | 6,7 | 98 | 98 | 137 |
| Пюре з бобових (гороху або сочевиці) з цибулею |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| із гороху лущеного | 100 | 100 | 125 | 10,3 | 10,3 | 12,9 | 3,2 | 3,2 | 3,9 | 24,4 | 24,4 | 30,5 | 167 | 167 | 208 |
|  компот із свіжих фруктів (з яблук) | 120 | 120 | 160 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 12,2 | 16,3 | 27 | 50 | 66 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| з компотом із свіжих фруктів (з яблук)  |  |  |  | **22,7** | **22,7** | **30,0** | **13,3** | **13,3** | **16,5** | **50,6** | **56,6** | **70,7** | **523** | **546** | **718** |
| **Підвечірок:** |
| Соус із сухофруктів ( чорносливу) | 57 | 57 | 75 | 1.1 | 1.1 | 1,5 | 2.1 | 2.1 | 2,7 | 6.8 | 6.8 | 9.1 | 48 | 48 | 63 |
| Каша боярська із пшона на молоці | 58 | 58 | 77 | 10,8 | 10,8 | 14,5 | 3,6 | 3,6 | 4,6 | 8,2 | 8,2 | 11,2 | 111 | 111 | 128 |
| Фрукти свіжі | 100 | 100 | 120 | 2,8 | 2,8 | 3,4 | 2,5 | 2,5 | 3,0 | 4,7 | 4,7 | 5,7 | 52 | 52 | 62 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **20,8** | **20,8** | **26,4** | **12,6** | **12,6** | **15,3** | **48,6** | **48,6** | **59,7** | **391** | **391** | **502** |

|  |
| --- |
| **Вівторок 1 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Салат із капусти з цибулею | 50 | 50 | 60 | 0,8 | 0,8 | 0,9 | 3.1 | 3,1 | 4.2 | 4.5 | 4.5 | 6.0 | 46 | 46 | 61 |
| Суфле із курячого вареного м’яса | 66/24 | 66/24 | 88/32 | 11,5 | 11,5 | 15,6 | 5,3 | 5,3 | 6,6 | 11,6 | 11,6 | 15,1 | 141 | 141 | 184 |
| Каша ячна розсипчаста | 90 | 90 | 103 | 3,0 | 3,0 | 3,4 | 1,8 | 1,8 | 2,2 | 20,0 | 20,0 | 22,7 | 109 | 109 | 125 |
| Какао  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **20.4** | **20.4** | **25.8** | **15.1** | **15.1** | **18.5** | **49.5** | **49.5** | **58.1** | **426** | **426** | **515** |
| **Обід:** |
| Суп овочевий зі сметаною | 150/4 | 150/4 | 200/5 | 1,3 | 1,3 | 1,7 | 3,0 | 3,0 | 3,7 | 7,7 | 7,7 | 10,3 | 131 | 131 | 180 |
| Мафіни з овочами  | 63 | 63 | 84 | 12,0 | 12,0 | 15,9 | 5,4 | 5,4 | 7,3 | 3,8 | 3,8 | 5,1 | 112 | 112 | 149 |
| Плов з родзинками | 100 | 100 | 120 | 2,6 | 2,6 | 3,1 | 2,7 | 2,7 | 3,2 | 31,1 | 31,1 | 37,3 | 156 | 156 | 186 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Компот із свіжих фруктів (з яблук)  |  |  |  | 22,7 | 22,7 | 30,0 | 13,3 | 13,3 | 16,5 | 50,6 | 56,6 | 70,7 | 523 | 546 | 718 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **18.5** | **18.5** | **23.5** | **13.7** | **13.7** | **16.7** | **58.1** | **58.1** | **70.1** | **495** | **495** | **618** |

|  |
| --- |
| **Підвечірок:** |
| Буряк тушкований з чорносливом | 40 | 40 | 60 | 0,6 | 0,6 | 0,8 | 1,2 | 1,2 | 1,7 | 3,9 | 3,9 | 5,527 | 27 | 27 | 40 |
| Биточок перловий | 134 | 140 | 178 | 16,0 | 16,0 | 20,4 | 12,0 | 12,0 | 15,0 | 14,1 | 20,6 | 26,0 | 231 | 256 | 322 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Сік фруктовий | 120 | 120 | 180 | 0,6 | 0,6 | 0,9 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 17,4 | 17,4 | 26,1 | 71 | 71 | 106 |
| фрукти свіжі (яблуко) | 54 | 54 | 80 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 5,6 | 5,6 | 8,3 | 24 | 24 | 36 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **17,9** | **17,9** | **23,0** | **15,1** | **15,1** | **19,1** | **37,8** | **44,8** | **61,7** | **360** | **386** | **510** |

|  |
| --- |
| **Середа 1 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Капуста тушкована | 50 | 50 | 70 | 0,9 | 0,9 | 1.9 | 2,1 | 2,1 | 2,8 | 2,4 | 2,4 | 3,2 | 37 | 37 | 54 |
| Гуляш курячий | 32/18 | 32/18 | 43/24 | 9,9 | 9,9 | 13,2 | 3,4 | 3,4 | 4,3 | 4,0 | 4,0 | 5,4 | 87 | 87 | 116 |
| Каша пшенична розсипчаста з цибулею | 97 | 97 | 121 | 4,1 | 4,1 | 5,1 | 2,4 | 2,4 | 3,0 | 25,6 | 25,6 | 31,9 | 142 | 142 | 177 |
| Хліб цільнозерновий з сиром твердим | 30/8 | 30/8 | 30/13 | 3,3 | 3,3 | 5,1 | 3,9 | 3,9 | 6,2 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 89 | 89 | 118 |
| Молочний кисіль | 120 | 120 | 180 | 2,2 | 2,8 | 4,5 | 2,5 | 2,5 | 4 | 4,7 | 4,7 | 7,6 | 52 | 52 | 83 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **18.4** | **18.4** | **25.5** | **11,8** | **11,8** | **16,3** | **45,7** | **50,7** | **62,5** | **389** | **389** | **512** |
| **Обід:** |
| Борщ з картоплею зі сметаною | 150\5 | 150\2 | 200\10 | 1,8 | 1,8 | 2,4 | 2,8 | 2,8 | 3,4 | 12,4 | 12,4 | 16,4 | 82 | 82 | 125 |
| Курятина тушкована | 30/9 | 30/9 | 40/12 | 14,2 | 14,2 | 19,0 | 5,7 | 5,7 | 7,5 | 0,3 | 0,3 | 0,4 | 113 | 113 | 151 |
| Каша гречана розсипчаста | 80 | 80 | 100 | 9,1 | 9,1 | 11,4 | 2,2 | 2,2 | 3,0 | 24,4 | 24,4 | 30,6 | 120 | 120 | 150 |
| Компот із свіжих фруктів  | 120 | 120 | 160 | 0,5 | 0,5 | 0,7 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 11,7 | 15,6 | 24 | 47 | 62 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  |  **15.3** | **15.3** | **19.4** | **23.8** | **23.8** | **29.8** | **57.2** | **57.2** | **70.2** | **602** | **602** | **729** |
| **Підвечірок:** |
| Морква тушкована | 57 | 57 | 75 | 1,1 | 1,1 | 1,5 | 2,1 | 2,1 | 2,7 | 6,8 | 6,8 | 9,1 | 48 | 48 | 63 |
| Пудинг сирно - яблучний | 76 | 80 | 100 | 3,6 | 3,6 | 4,4 | 4,8 | 4,8 | 5,5 | 19,6 | 23,1 | 28,1 | 136 | 150 | 180 |
| Соус сметанний | 57 | 57 | 72 | 1,0 | 1,0 | 1,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 14,8 | 14,8 | 18,5 | 60 | 60 | 75 |
| Кефір  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукти свіжі | 60 | 60 | 80 | 0,5 | 0,5 | 0,7 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 5,7 | 7,6 | 24 | 24 | 32 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **16,2** | **16,2** | **20,9** | **12,9** | **12,9** | **16,2** | **48,6** | **56,1** | **70,6** | **371** | **399** | **503** |

|  |
| --- |
| **Четвер 1 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
|  | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Салат із капусти з цибулею | 50 | 50 | 60 | 0,8 | 0,8 | 0,9 | 3.1 | 3,1 | 4.2 | 4.5 | 4.5 | 6.0 | 46 | 46 | 61 |
| Суфле з вареного курячого м’яса  | 100 | 100 | 133 | 10,72 | 10,72 | 14,30 | 4,79 | 4,79 | 6,26 | 10,9 | 10,9 | 14,49 | 132,3 | 132,32 | 175,32 |
| Вермишель відварна | 82 | 82 | 103 | 1,8 | 1,8 | 2,2 | 1,7 | 1,7 | 2,1 | 11,9 | 11,9 | 14,6 | 70 | 70 | 106 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Чай (трав’яний) | 150 | 150 | 180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **17,5** | **17,5** | **23,5** | **15,0** | **15,0** | **19,8** | **36,1** | **45,6** | **58,2** | **350** | **385** | **532** |
| **Обід:** |
| Борщ український з сметаною | 150 | 150 | 200 | 2,1 | 2,1 | 2,8 | 2,5 | 2,5 | 3,1 | 10,0 | 10,0 | 13,1 | 169 | 169 | 189 |
| Нагетси зі свинини | 56 | 56 | 75 | 12,0 | 12,0 | 16,0 | 4,2 | 4,2 | 5,4 | 12,1 | 12,1 | 16,5 | 136 | 136 | 182 |
| Каша ячна розсипна | 100 | 100 | 130 | 3,4 | 3,4 | 4,4 | 2,3 | 2,3 | 2,9 | 21,5 | 21,5 | 28,0 | 121 | 121 | 157 |
| Компот із свіжих фруктів  | 120 | 120 | 160 | 0,5 | 0,5 | 0,7 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 11,7 | 15,6 | 24 | 47 | 62 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  |  **20.1** |  **20.1** |  **25,9** |  **11.5** |  **11.5** |  **14.0** |  **59.3** |  **65.3** |  **83.2** |  **521** |  **544** |  **661** |
| **Підвечірок:** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Сирники рожеві (з морквою) | 78 | 83 | 115 | 12,4 | 12,4 | 17,1 | 10,2 | 10,2 | 13,7 | 8,6 | 13,1 | 18,0 | 177 | 194 | 294 |
| Какао | 150 | 150 | 180 | 5,02 | 5,02 | 6,02 | 4,25 | 4,25 | 5,10 | 8,06 | 8,06 | 9,67 | 89,2 | 89,20 | 107,04 |
| Соус сметанний | 57 | 57 | 72 | 1,0 | 1,0 | 1,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 14,8 | 14,8 | 18,5 | 60 | 60 | 75 |
| фрукти свіжі  | 54 | 54 | 80 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 5,6 | 5,6 | 8,3 | 24 | 24 | 36 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **19,53** | **19,53** | **24,67** | **14,1** | **14,1** | **17,00** | **40,3** | **40,3** | **49,3** | **410** | **410** | **512** |
| **П’ятниця 1 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Ікра з буряка з чорносливом | 60 | 60 | 60 | 5,3 | 5,3 | 5,3 | 6,4 | 6,4 | 6,4 | 1,9 | 1,9 | 1,9 | 86 | 86 | 106 |
| Вівсяна каша в’язка | 120 | 120 | 147 | 5,2 | 5,2 | 6,4 | 6,6 | 6,6 | 7,7 | 27,7 | 27,7 | 34,1 | 191 | 191 | 230 |
| Чахохбілі з куркою | 40 | 40 | 55 | 1,0 | 1,0 | 1,6 | 2,4 | 2,4 | 4,0 | 4,7 | 4,7 | 6,7 | 45 | 45 | 92 |
| Сік фруктовий  | 120 | 120 | 160 | 0,4 | 0,4 | 0,5 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 60.2 | 60.2 | 80.4 | 65 | 65 | 96 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Твердий сир | 3 | 3 | 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  |  **12.0** |  **12.0** |  **14.0** |  **15.7** |  **15.7** |  **18.3** |  **94.5** |  **94.5** |  **123.1** |  **417** |  **417** |  **524** |
| **Обід:** |
| Суп-пюре гороховий | 150 | 150 | 200 | 5,6 | 5,6 | 7,5 | 1,8 | 1,8 | 2,3 | 15,2 | 15,2 | 20,0 | 100 | 100 | 151 |
| Хлібець рибний | 48 | 48 | 72 | 7,9 | 7,9 | 11,9 | 3,3 | 3,3 | 4,2 | 3,5 | 3,5 | 5,2 | 76 | 76 | 106 |
| Банош по-гуцульськи  | 80/4 | 80/4 | 100/7 | 3,6 | 3,6 | 5,0 | 5,0 | 5,0 | 6,7 | 11,8 | 11,8 | 15,0 | 107 | 107 | 141 |
| Салат з капусти  | 68 | 68 | 95 | 2,6 | 2,6 | 3,4 | 3,1 | 3,1 | 4,2 | 4,4 | 4,4 | 6,1 | 54 | 54 | 73 |
| Компот із свіжих фруктів  | 120 | 120 | 160 | 0,5 | 0,5 | 0,7 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 11,7 | 15,6 | 24 | 47 | 62 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  |  **22.5** |  **22.8** |  **28.8** |  **10.9** |  **10.9** |  **13.1** |  **58.9** |  **66.5** |  **80.5** |  **445** |  **476** |  **670** |
| **Підвечірок:** |
| Соус з сухофруктів ( чорносливу) | 60 | 60 | 80 | 0,7 | 0,7 | 0,9 | 4.0 | 4,0 | 5.2 | 3,6 | 3,6 | 4,8 | 34 | 48 | 72 |
| Манний пудинг | 116 | 116 | 145 | 10,6 | 10,6 | 13,1 | 5,1 | 5,1 | 6,0 | 18,8 | 18,8 | 23,3 | 164 | 164 | 275 |
| Молочний кисіль | 120 | 120 | 180 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 19,1 | 19,1 | 28,6 | 82 | 82 | 122 |
| фрукти свіжі  | 54 | 54 | 80 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 5,6 | 5,6 | 8,3 | 24 | 24 | 36 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **14,5** | **14,5** | **20,1** | **14.8** | **14,8** | **18.5** | **47,9** | **47,9** | **63,6** | **370** | **370** | **512** |

|  |
| --- |
| **Понеділок 2 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Бурякова ікра | 92 | 94 | 126 | 2,5 | 2,5 | 3,2 | 4,2 | 4,2 | 5,4 | 8,2 | 10,2 | 13,4 | 77 | 85 | 110 |
| Гуляш курячий | 136 | 140 | 175 | 6,1 | 6,1 | 7,7 | 4,9 | 4,9 | 6,1 | 30,0 | 37,0 | 46,2 | 188 | 214 | 268 |
| Каша пшенична розсипчаста | 28 | 28 | 28 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 10,2 | 11,7 | 11,7 | 41 | 47 | 47 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Сік фруктовий | 120 | 120 | 180 | 0,5 | 0,5 | 0,7 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 12,4 | 12,4 | 18,5 | 50 | 50 | 76 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  |  9.3 |  9.3 |  **11.9** |  **9.1** |  **9.1** |  **11.5** |  **60.8** |  **71.2** |  **89.9** |  **357** |  **397** |  **500** |
| **Обід:** |
| Суп болгарський зі сметаною | 150/4 | 150/4 | 200/5 | 1,7 | 1,7 | 2,2 | 2,5 | 2,5 | 3,5 | 11,0 | 11,0 | 14,6 | 73 | 85 | 105 |
| Фіш боли в томатному соусі | 41/27 | 41/27 | 62/41 | 8,1 | 8,1 | 12,1 | 2,0 | 2,0 | 3,3 | 5,3 | 5,3 | 7,7 | 71 | 102 | 126 |
| Гречана каша розсипчаста | 95 | 95 | 120 | 2,4 | 2,4 | 3,0 | 3,9 | 3,9 | 4,5 | 14,8 | 15,8 | 20,1 | 102 | 126 | 182 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Компот фруктовий | 120 | 120 | 160 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 12,2 | 16,3 | 27 | 70 | 82 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Всього за обід:** |  |  |  |  **17,7** |  **18.2** |  **22.9** |  **14.2** |  **14.2** |  **22.9** |  **56.2** |  **64.6** |  **143.1** |  **418** |  **528** |  **648** |
| **Підвечірок:** |
| Соус з сухофруктів ( чорносливу) | 60 | 60 | 80 | 11,8 | 11,8 | 15,7 | 5,4 | 5,4 | 6,7 | 5,3 | 5,3 | 7,0 | 167 | 167 | 193 |
| Каша рисова з фруктовим соусом | 90 | 90 | 113 | 2,4 | 2,4 | 3,0 | 1,7 | 1,7 | 2,1 | 15,1 | 15,1 | 18,9 | 87 | 87 | 109 |
| Фрукти свіжі  | 54 | 54 | 80 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 5,6 | 5,6 | 8,3 | 24 | 24 | 36 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  |  **19.8** |  **19.8** |  **25.9** |  **13.1** |  **13.1** |  **16.8** |  **41.8** |  **46.8** |  **59.8** |  **376** |  **396** |  **554** |

|  |
| --- |
| **Вівторок 2 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
|  | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Салат з капусти, моркви та яблук | 68 | 68 | 95 | 2,6 | 2,6 | 3,4 | 3,1 | 3,1 | 4,2 | 4,4 | 4,4 | 6,1 | 54 | 54 | 73 |
| Курка по-італійськи | 75 | 75 | 75 | 6,8 | 6,8 | 6,8 | 7,5 | 7,5 | 7,5 | 6,0 | 6,0 | 6,0 | 118 | 118 | 118 |
| Вівсяна каша в’язка | 100 | 100 | 120 | 3,6 | 3,6 | 4,4 | 4,9 | 4,9 | 6,0 | 14,2 | 14,2 | 17,2 | 145 | 145 | 217 |
| Кисіль молочний  | 142 | 150 | 185 | 0,4 | 0,4 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 11,8 | 19,3 | 24,1 | 62 | 91 | 113 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Сир твердий | 3 | 3 | 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **13,3** | **13,3** | **15,1** | **15,4** | **15,4** | **17,7** | **36,3** | **43,8** | **53,4** | **386** | **408** | **521** |
| **Обід:** |
|  |  | 30 | 50 |  | 0,3 | 0,5 |  | 2.0 | 3.0 |  | 1.3 | 1,8 |  | 24 | 36 |
| Борщ з картоплею зі сметаною |  |  | 200/7 |  |  | 1,9 |  |  | 5,0 |  |  | 13,9 |  |  | 190 |
| Борщ з картоплею | 150 | 150 |  | 1,3 | 1,3 |  | 2,6 | 2,6 |  | 9,2 | 10,2 |  | 137 | 137 |  |
| Голубці з м’ясом і рисом | 90 | 90 | 120 | 8,2 | 8,2 | 11,0 | 3,1 | 3,1 | 4,5 | 7,7 | 7,7 | 10,4 | 90,9 | 90,9 | 165 |
| Компот фруктовий | 120 | 120 | 160 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 12,2 | 16,3 | 27 | 70 | 82 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  |  **27.5** | **27.5** |  **35.4** |  **13.0** |  **13.0** |  **18.0** |  **50.8** |  **51.8** |  **62.4** |  **467** |  **5011** |  **671** |

|  |
| --- |
| **Підвечірок:** |
| Буряк тушкований з чорносливом | 40 | 40 | 60 | 0,6 | 0,6 | 0,8 | 1,2 | 1,2 | 1,7 | 3,9 | 3,9 | 5,5 | 27 | 27 | 40 |
| Биточок перловий | 134 | 140 | 178 | 16,0 | 16,0 | 20,4 | 12,0 | 12,0 | 15,0 | 14,1 | 20,6 | 26,0 | 231 | 256 | 322 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Сік фруктовий | 120 | 120 | 180 | 0,6 | 0,6 | 0,9 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 17,4 | 17,4 | 26,1 | 71 | 71 | 106 |
| фрукти свіжі (яблуко) | 54 | 54 | 80 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 5,6 | 5,6 | 8,3 | 24 | 24 | 36 |
| **Всього за підвечірок** |  |  |  | **18,7** | **18,7** | **25,5** | **15,7** | **15,7** | **21,7** | **33,9** | **33,9** | **40,5** | **354** | **354** | **511** |

|  |
| --- |
| **Середа 2 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Ікра з буряка | 55 | 55 | 75 | 3,0 | 3,0 | 3,8 | 0,0 | 0,0 | 0,1 | 24,2 | 24,2 | 31,0 | 40,1 | 40,1 | 55 |
| Суфле з вареного курячого м’яса | 45 | 45 | 68 | 7,8 | 7,8 | 11,7 | 2,9 | 2,9 | 4,3 | 1,3 | 1,3 | 2,0 | 62,5 | 62,5 | 125 |
| Вермішель відварна | 82 | 82 | 103 | 4,2 | 4,2 | 5,3 | 2,6 | 2,6 | 3,2 | 21,1 | 21,1 | 26,4 | 125 | 125,0 | 162 |
| Какао  | 120 | 120 | 180 | 0,8 | 0,8 | 1,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 15,6 | 15,6 | 23,4 | 64,8 | 64,8 | 98 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **18,0** | **18,0** | **24,2** | **7,9** | **7,9** | **9,9** | **72,2** | **72,2** | **92,7** | **363** | **363** | **511** |
| **Обід:** |
| Суп овочевий із сметаною | 150/7 | 150/7 | 200/9 | 1,5 | 1,5 | 1,9 | 3,1 | 3,1 | 3,9 | 7,0 | 7,0 | 9,4 | 160 | 160 | 220 |
| Курятина тушкована | 30/9 | 30/9 | 40/12 | 14,2 | 14,2 | 19,0 | 5,7 | 5,7 | 7,5 | 0,3 | 0,3 | 0,4 | 113 | 113 | 151 |
| Каша ячна розсипчаста | 80 | 80 | 100 | 9,1 | 9,1 | 11,4 | 2,2 | 2,2 | 3,0 | 24,4 | 24,4 | 30,6 | 120 | 120 | 150 |
|  Компот із свіжих фруктів (яблук) | 120 | 120 | 160 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 12,2 | 16,3 | 27,0 | 49,7 | 76 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Всього за обід:** |  |  |  |  **21.6** |  **21.6** |  **26.1** |  **13.9** |  **13.9** |  **16.6** |  **52.1** |  **52.1** |  **69.1** |  **416** |  **439** |  **604** |
| **Підвечірок:** |
| Гратен «Зебра» (запіканка сирна з какао) | 116 | 122 | 155 | 15,1 | 15,1 | 19,1 | 10,8 | 10,8 | 14,0 | 9,9 | 15,9 | 19,8 | 200 | 222 | 298 |
| Соус із сметани | 54 | 55 | 74 | 1,0 | 1,0 | 1,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 14,8 | 16,3 | 20,5 | 60 | 82 | 102 |
| Фрукти свіжі  | 60 | 60 | 80 | 0,9 | 0,9 | 1,2 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 13,1 | 13,1 | 17,4 | 53 | 53 | 96 |
| Кефір  | 120 | 120 | 180 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 19,1 | 19,1 | 28,6 | 63 | 82 | 122 |
| **Всього за підвечірок** |  |  |  | **17,6** | **17,6** | **22,4** | **13,4** | **13,4** | **17,1** | **41,0** | **48,5** | **62,1** | **368** | **400** | **506** |
| **Четвер 2 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Салат капусти і цибулі | 62 | 62 | 83 | 0,6 | 0,6 | 0,8 | 3,6 | 3,6 | 4,1 | 2,8 | 2,8 | 3,8 | 45 | 45 | 53 |
| Курятина відварна в кисло-солодкому соусі | 27/23 | 27/23 | 36/31 | 7,5 | 7,5 | 10,0 | 13,3 | 13,3 | 17,9 | 11,0 | 11,0 | 14,7 | 192 | 192 | 247 |
| Полента | 90 | 90 | 110 | 2,5 | 2,5 | 3,1 | 2,4 | 2,4 | 3,0 | 16,6 | 16,6 | 20,1 | 99 | 99 | 160 |
| Чай трав’яний | 116 | 116 | 140 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 10,0 | 16,0 | 19,1 | 38 | 61 | 72 |
| Хліб цільнозерновий з сиром твердим | 30/7,5 | 30/7,5 | 30/11 | 3,8 | 3,8 | 4,6 | 4,6 | 4,6 | 5,6 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 98 | 98 | 111 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **17,9** | **17,9** | **23,0** | **12,9** | **12,9** | **15,7** | **44,3** | **50,3** | **59,5** | **365** | **408** | **539** |
| **Обід:** |
| Суп український з сметаною | 150/15 | 150/15 | 200/20 | 1,8 | 1,8 | 2,4 | 2,8 | 2,8 | 3,4 | 12,4 | 12,4 | 16,4 | 82 | 82 | 125 |
| Биточок рублений зі с винини  | 58 | 58 | 77 | 10,6 | 10,6 | 14,2 | 2,4 | 2,4 | 3,0 | 5,0 | 5,0 | 6,6 | 86 | 106 | 143 |
| Каша гречана | 82 | 82 | 103 | 1,8 | 1,8 | 2,2 | 1,7 | 1,7 | 2,1 | 11,9 | 11,9 | 14,6 | 70 | 70 | 106 |
| Компот із свіжих фруктів | 120 | 120 | 180 | 0,5 | 0,5 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 6,1 | 6,1 | 8,1 | 28 | 28 | 42 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  |  **15** |  **15** |  **19** |  **21** |  **21** |  **27** |  **54** |  **54** |  **67** |  **463** |  **463** |  **659** |
| **Підвечірок:** |
| Зрази з сиру кисломолочного з родзинками | 127 | 127 | 154 | 5,3 | 5,3 | 6,6 | 5,7 | 5,7 | 6,6 | 31,4 | 31,4 | 38,9 | 197 | 197 | 260 |
| Соус сметанний  | 7 | 7 | 16 | 0,3 | 0,3 | 0,6 | 1,8 | 1,8 | 3,7 | 0,8 | 0,8 | 1,1 | 41 | 41 | 70 |
| Какао  | 120 | 120 | 180 | 0,8 | 0,8 | 1,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 15,6 | 15,6 | 23,4 | 64,8 | 64,8 | 98 |
| Фрукти свіжі  | 40 | 40 | 60 | 0,8 | 0,8 | 1,2 | 0,3 | 0,3 | 0,5 | 12 | 12 | 18 | 45 | 45 | 68 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **12,3** | **11,6** | **13,2** | **14,5** | **14,7** | **17,6** | **47,9** | **44,1** | **55,0** | **367** | **382** | **502** |

|  |
| --- |
| **П’ятниця 2 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Ікра бурякова | 45 | 45 | 60 | 2,7 | 2,7 | 3,4 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 22,0 | 22,0 | 27,8 | 35 | 35 | 45 |
| Паличка куряча | 45 | 45 | 60 | 10,6 | 10,6 | 14,1 | 3,9 | 3,9 | 5,0 | 5,6 | 5,6 | 7,4 | 143 | 143 | 234 |
| Вермішель відварна | 90 | 90 | 113 | 2,8 | 2,8 | 3,5 | 1,8 | 1,8 | 2,2 | 19,9 | 19,9 | 25,0 | 108 | 108 | 135 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Сік фруктовий | 165 | 165 | 180 | 5,9 | 5,9 | 6,4 | 5,0 | 5,0 | 5,5 | 9,5 | 9,5 | 10,4 | 105 | 105 | 115 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **22,0** | **22,0** | **27,4** | **10,8** | **10,8** | **12,8** | **57,0** | **57,0** | **70,5** | **391** | **391** | **529** |
| **Обід:** |
|  Салат з капусти |  40 |  40 | 60 | 0,6 | 0,6 | 0,8 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 5 | 35 | 35 | 40 |
|  Куліш пшеничний |  150\3 |  150\3 | 200/6 |  1.5 |  1,5 | 6,7 |  3.2 |  3.2 | 6,2 |  13.6 |  13.6 | 18,3 |  115 |  115 | 161 |
| Котлета рибна «Любительська» | 47 | 47 | 70 | 9,8 | 9,8 | 14,1 | 1,2 | 1,2 | 1,8 | 23,3 | 23,3 | 30,4 | 85 | 85 | 142 |
|  Пюре з бобових ( з гороху) | 90 | 90 | 103 | 9,5 | 9,5 | 10,9 | 1,9 | 1,9 | 2,4 | 21,1 | 21,1 | 24,3, | 151 | 151 | 175 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Компот із свіжих фруктів | 120 | 120 | 180 | 0,5 | 0,5 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 6,1 | 6,1 | 8,1 | 28 | 28 | 42 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **24,8** | **24,8** | **32,0** | **11,0** | **11,0** | **12,5** | **90,5** | **97,0** | **121,3** | **417** | **442** | **605** |
| **Підвечірок:** |
| Соус з сухофруктів (чорносливу) | 55 | 55 | 73 | 2,5 | 2,5 | 3,3 | 3,3 | 3,3 | 4,4 | 3,3 | 3,3 | 4,5 | 52 | 52 | 69 |
| Биточок пшоняний | 88 | 88 | 110 | 6,8 | 6,8 | 8,5 | 4,7 | 4,7 | 5,9 | 25,6 | 25,6 | 31,9 | 173 | 173 | 215 |
| Фрукти свіжі  | 40 | 40 | 60 | 0,8 | 0,8 | 1,2 | 0,3 | 0,3 | 0,5 | 12 | 12 | 18 | 45 | 45 | 68 |
| Молочний кисіль | 150 | 150 | 180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **13,9** | **13,9** | **17,0** | **13,1** | **13,1** | **16,7** | **50,3** | **58,3** | **72,2** | **374** | **404** | **504** |

|  |
| --- |
| **Понеділок 3 тиждень** |
| Найменування продуктів | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Морковно-бурякова ікра | 50 | 50 | 70 | 3 | 3 | 3.8 | 2 | 2 | 3 | 7.2 | 7.2 | 8.8 | 50 | 50 | 68 |
| Каша пшенична | 90 | 90 | 110 | 2.4 | 2.4 | 3 | 1.7 | 1.7 | 2.1 | 15.1 | 15.1 | 18.9 | 87 | 87 | 116 |
| Курка по італійські | 40\10 | 40\10 | 50\12 | 9.7 | 9.7 | 12.9 | 3.3 | 3.3 | 4.5 | 1.8 | 1.8 | 4.3 | 98 | 98 | 165 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Чай трав’яний | 120 | 120 | 180 | 0,0 | 0,0 | 0.0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  0.0 |  0.0 |  0.0 |  0.0 |  0.0 |  0.0 |
| Хліб цільнозерновий з твердим сиром | 30 | 30 | 30 | 2.1 | 2.1 | 2.1 | 2.4 | 2.4 | 2.4 | 9.9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  |  **18.1** |  **18.1** |  **23.2** |  **10.6** |  **10.6** |  **13.7** |  **34.0** |  **34.0** |  **42.0** |  **306** |  **306** |  **420** |
| **Обід:** |
| Суп овочевий з сметаною | 150/2 | 150/2 | 200/8 | 1,5 | 1,5 | 2,2 | 3,1 | 3,1 | 5,0 | 12,1 | 12,1 | 16,2 | 82 | 82 | 127 |
| Рулет рибний | 53 | 53 | 79 | 7,9 | 7,9 | 11,8 | 3,6 | 3,6 | 4,8 | 3,1 | 3,1 | 4,6 | 106 | 106 | 119 |
| Каша гречана розсипчаста | 90/7 | 90/7 | 113/9 | 4,9 | 4,9 | 6,4 | 3,8 | 3,8 | 5,0 | 21,7 | 21,7 | 27,3 | 173 | 173 | 268 |
|  Компот із свіжих фруктів (з яблук) |  120 |  120 |  160 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 12,2 | 16,3 | 27 | 50 | 66 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **16,9** | **16,9** | **23,2** | **14,7** | **14,7** | **17,6** | **53,7** | **59,7** | **75,7** |  | **498** | **651** |

|  |
| --- |
| **Підвечірок:** |
| Чахохбілі з куркою | 32/45 | 32/45 | 43/60 | 10,1 | 10,1 | 13,5 | 3,3 | 3,3 | 4,3 | 5,2 | 5,2 | 7,1 | 112 | 112 | 182 |
| Зрази картопляні (з овочами) | 80 | 80 | 100 | 2,6 | 2,6 | 3,3 | 3,3 | 3,3 | 4,4 | 18,7 | 18,7 | 23,2 | 144 | 144 | 203 |
| Какао | 150 | 150 | 180 | 5,2 | 5,2 | 6,4 | 4,5 | 4,5 | 5,5 | 8,4 | 8,4 | 10,4 | 133 | 133 | 147 |
| Фрукти свіжі  | 40 | 40 | 60 | 0,8 | 0,8 | 1,2 | 0,3 | 0,3 | 0,5 | 12 | 12 | 18 | 45 | 45 | 68 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **21,4** | **21,4** | **27,3** | **12,0** | **12,0** | **15,0** | **42,0** | **42,0** | **51,9** | **447** | **447** | **532** |
| **Вівторок 3 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Салат з капусти  | 38 | 38 | 52 | 0,5 | 0,5 | 0,7 | 1,5 | 1,5 | 2,1 | 1,8 | 2,3 | 3,0 | 34 | 34 | 52 |
| Суфле з курятини  | 65 | 65 | 87 | 11,0 | 11,0 | 14,7 | 4,9 | 4,9 | 6,7 | 2,9 | 2,9 | 3,8 | 150 | 150 | 220 |
| Каша ячна розсипчаста з цибулею | 96 | 96 | 120 | 3,1 | 3,1 | 3,9 | 2,4 | 2,4 | 3,0 | 20,8 | 20,8 | 26,5 | 117 | 117 | 148 |
| Сік фруктовий | 150 | 150 | 180 |  0.2 |  0.2 |  0.2 |  0.0 |  0.0 |  0.0 |  5.5 |  5.5 |  10.5 |  30 |  30 |  45 |
| Хліб цільнозерновий з сиром твердим | 30/11 | 30/11 | 30/15 | 4,6 | 4,6 | 5,6 | 5,6 | 5,6 | 6,8 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 111 | 111 | 125 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **19,2** | **19,2** | **24,8** | **14,4** | **14,4** | **18,4** | **35,4** | **35,9** | **43,2** | **442** | **442** | **590** |
| **Обід:** |
| Борш з картоплею | 150 | 150 | 200 | 1,3 | 1,3 | 1,9 | 2,6 | 2,6 | 5,0 | 9,2 | 10,2 | 13,9 | 137 | 137 | 151 |
| Капуста фарширована м’ясом та рисом | 75 | 75 | 100 | 8,4 | 8,4 | 11,1 | 4,1 | 4,1 | 4,9 | 10,1 | 10,1 | 13,4 | 144 | 144 | 193 |
|  компот із свіжих фруктів (з яблук) |  120 |  120 |  160 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 12,2 | 16,3 | 27 | 50 | 66 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  |  **23.7** |  **23.7** |  **31.2** |  **13.1** |  **13.1** |  **16.1** |  **57.1** |  **57.**1 |  **73.6** |  **448** |  **448** |  **643** |
| **підвечірок:** |
| Соус із сухофруктів ( з чорносливу) | 35 | 35 | 50 | 0.2 | 0.2 | 0.36 | 0.2 | 0.2 | 0.3 | 12.0 | 12,0 | 18.0 | 47 | 47 | 78 |
| Каша «Боярська з пшона» з родзинками | 95 | 100 | 114 | 6 | 6 | 6 | 5 | 5 | 6 | 19 | 24 | 28 | 144 | 163 | 208 |
| Фрукти свіжі | 40 |  40 |  60 | 0,8 |  0.8 |  1.2 | 0,3 |  0.3 |  0.5 | 12 |  12 |  18 | 45 |  45 |  68 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **20,7** | **20,7** | **25,4** | **14,7** | **14,7** | **18,4** | **34,7** | **38,4** | **47,6** | **352** | **365** | **467** |

|  |
| --- |
| **Середа 3 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Ікра бурякова | 25 | 25 | 30 | 2,3 | 2,3 | 2,9 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 20,1 | 20,1 | 25,1 | 28 | 28 | 35 |
| Чахохбілі з куркою  | 57 | 57 | 70 | 7,1 | 7,1 | 7,1 | 9,0 | 9,0 | 9,0 | 0,9 | 0,9 | 0,9 | 113 | 113 | 143 |
| Каша кукурудзяна розсипчаста | 96 | 100 | 125 | 3,7 | 3,7 | 4,6 | 2,6 | 2,6 | 3,2 | 18,6 | 22,6 | 28,2 | 113 | 128 | 209 |
|  Какао  | 120 | 120 | 160 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 12,2 | 16,3 | 27 | 50 | 66 |
| Хліб цільнозерновий із твердим сиром | 30 | 30 |  30 | 2,1 | 2,1 |  2.1 | 2,4 | 2,4 |  2.4 | 9,9 | 9,9 |  9.9 | 71 | 71 |  71 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  |  **15.4** |  **15.4** |  **17.9** |  **14.3** |  **14.3** |  **16.2** |  **55.8** |  **55.8** |  **80.5** |  **390** |  **390** |  **524** |
| **Обід:** |
| Суп овочевий з сметаною | 150/20 | 150/20 | 200/20 | 5,8 | 5,8 | 7,0 | 4,2 | 4,2 | 4,8 | 23,6 | 23,6 | 28,1 | 156 | 156 | 224 |
| Плов з м’ясом | 81 | 81 | 108 | 12,8 | 12,8 | 16,9 | 4,5 | 4,5 | 5,6 | 16,7 | 16,7 | 22,1 | 161 | 212 | 292 |
|  Компот із свіжих фруктів (з яблук) |  120 |  120 |  160 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 12,2 | 16,3 | 27 | 50 | 66 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 |  30 | 2,1 | 2,1 |  2.1 | 2,4 | 2,4 |  2.4 | 9,9 | 9,9 |  9.9 | 71 | 71 |  71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **22,1** | **22,1** | **28,6** | **8,9** | **8,9** | **10,7** | **75,9** | **75,9** | **98,8** | **475** | **475** | **666** |
| **Підвечірок :** |
| Запіканка сирна з родзинками | 112 | 116 | 145 | 18,7 | 18,7 | 23,0 | 11,6 | 11,6 | 14,4 | 11,8 | 16,3 | 18,0 | 230 | 247 | 297 |
| Фрукти свіжі  | 60 | 60 | 80 | 0,9 | 0,9 | 1,2 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 13,1 | 13,1 | 17,4 | 53 | 53 | 71 |
| Соус сметанний  | 7 | 7 | 16 | 0,3 | 0,3 | 0,6 | 1,8 | 1,8 | 3,7 | 0,8 | 0,8 | 1,1 | 41 | 41 | 70 |
| Кефір  | 120 | 120 | 180 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 19,1 | 19,1 | 28,6 | 63 | 82 | 122 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  |  **17.3** |  **17.3** |  **21.7** |  **11.7** |  **11.7** |  **14.8** |  **44.8** |  **44.8** |  **55.7** |  **353** |  **353** |  **496** |

|  |
| --- |
| **Четвер 3 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Салат з капусти  | 60 | 60 | 80 | 3,0 | 3,0 | 3,8 | 1,2 | 1,2 | 1,5 | 22,9 | 22,9 | 28,8 | 54 | 54 | 68 |
| Курка по - італійськи | 30 | 40 | 7,4 | 7,4 | 9,9 | 14,7 | 14,7 | 19,4 | 1,1 | 1,1 | 1,5 | 165 | 165 | 210 | 140 |
| Каша вівсяна в’язка | 60 | 60 | 80 | 0,96 | 0,9 | 1,2 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 13,1 | 13,1 | 17,4 | 53 | 53 | 71 |
| Сік фруктовий | 140 | 140 | 160 | 0,9 | 0,9 | 1,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 10,2 | 17,2 | 19,6 | 41 | 67 | 77 |
| Хліб цільнозерновий з сиром твердим | 30/4 | 30/4 | 30/6 | 3,0 | 3,0 | 3,5 | 3,6 | 3,6 | 4,1 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 106 | 106 | 125 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **19,4** | **19,4** | **24,7** | **10,6** | **10,6** | **13,4** | **59,6** | **66,6** | **79,5** | **351** | **377** | **604** |
| **Обід:** |
| Борщ по-бахмацьки зі свіжою капустою | 150 | 150 |  | 2,4 | 2,4 |  | 3,2 | 3,2 |  | 14,5 | 14,5 |  | 94 | 94 |  |
| Борщ по-бахмацьки зі свіжою капустою тасметаною |  |  | 200/5 |  |  | 3,3 |  |  | 4,9 |  |  | 19,4 |  |  | 130 |
| Биточок рублений з свинини | 60 | 60 | 80 | 9,6 | 9,6 | 12,8 | 3,7 | 3,7 | 5,1 | 2,7 | 2,7 | 3,7 | 124 | 124 | 194 |
| Каша гречана розсипчаста | 82 | 82 | 103 | 1,7 | 1,7 | 2,1 | 1,6 | 1,6 | 2,1 | 12,2 | 12,2 | 15,2 | 71 | 71 | 98 |
|  компот із свіжих фруктів (з яблук) |  120 |  120 |  160 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 12,2 | 16,3 | 27 | 50 | 66 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  |  **14.0** |  **14.0** |  **17.8** |  **22.0** |  **22.0** |  **28.8** |  **47.3** |  **55.3** |  **65.6** |  **441** |  **471** |  **688** |
| **Підвечірок :** |
| Зрази з сиру кисломолочного з родзинками | 90 | 95 | 120 | 14,8 | 14,8 | 18,3 | 8,9 | 8,9 | 11,1 | 33,3 | 38,3 | 48,1 | 270 | 289 | 313 |
| Соус сметанний |  |  | 20 |  |  | 0,3 |  |  | 1,1 |  |  | 1,2 |  |  | 68 |
|  фрукти свіжі  | 60 | 60 | 80 | 0,5 | 0,5 | 0,7 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 5,7 | 7,6 | 24 | 24 | 32 |
| Молоко кип’ячене | 100 | 100 | 160 | 2,8 | 2,8 | 4,5 | 2,5 | 2,5 | 4 | 4,7 | 4,7 | 7,6 | 52 | 5283 |  |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  |  **16.3** |  **16.3** |  **20.6** |  **10.6** |  **10.6** |  **14.3** |  **48.7** |  **56.7** |  **72.9** |  **354** |  **384** |  **500** |

|  |
| --- |
| **П’ятниця 3 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Салат з буряка і чорнослива | 60 | 60 | 80 | 3,0 | 3,0 | 3,8 | 1,2 | 1,2 | 1,5 | 22,9 | 22,9 | 28,8 | 54 | 54 | 68 |
| Каша кукурудзяна розсипчаста | 90 | 90 | 113 | 2,5 | 2,5 | 3,1 | 1,8 | 1,8 | 2,3 | 21,4 | 21,4 | 26,8 | 113 | 113 | 141 |
| Суфле з вареного курячого м’яса | 45 | 45 | 68 | 7,8 | 7,8 | 11,7 | 2,9 | 2,9 | 4,3 | 1,3 | 1,3 | 2,0 | 62,5 | 62,5 | 125 |
| Хліб цільнозерновий із твердим сиром | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Чай трав’яний | 150 | 150 | 180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **21,2** | **21,2** | **28,4** | **9,2** | **9,2** | **11,6** | **76,7** | **76,7** | **95,0** | **356** | **356** | **510** |
| **Обід**  |
|

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Салат з капусти з морквою  | 60 | 60 | 80 | 3,0 | 3,0 | 3,8 | 1,2 | 1,2 | 1,5 | 22,9 | 22,9 | 28,8 | 54 | 54 | 68 |  |
| Суп польовий  | 150 | 150 | 200 | 1,6 | 1,6 | 2,1 | 2,6 | 2,6 | 3,3 | 10,7 | 10,7 | 14,2 | 92 | 92 | 124 |  |
| Котлета рибна любительська | 59 | 59 | 88 | 10,2 | 10,2 | 14,7 | 1,8 | 1,8 | 2,6 | 21,8 | 21,8 | 28,2 | 81 | 81 | 146 |  |
| Бобові з цибулею (гороху) | 88 | 88 | 114 | 8,5 | 8,5 | 10,6 | 2,9 | 2,9 | 3,5 | 19,6 | 19,6 | 24,4 | 148 | 148 | 183 |  |
|  компот із свіжих фруктів (з яблук) |  120 |  120 |  160 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 12,2 | 16,3 | 27 | 50 | 66 | 36 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 |  | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 |  71 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **25,5** |  | **25,5** | **32,3** | **11,6** | **11,6** | **14,1** | **72,0** | **72,0** |  **443** | **446** | **607** | **529** |
|  | **підвечірок:** |
| Соус із сухофруктів ( чорносливу) | 26 | 27 | 35 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 5,1 | 6,5 | 16 | 22 | 28 |  |
| Манний пудинг | 128 | 135 | 169 | 16,8 | 16,8 | 21,0 | 10,3 | 10,3 | 13,0 | 11,9 | 18,9 | 23,9 | 209 | 235 | 296 |  |
| Фрукти свіжі (яблука) | 60 | 60 | 80 | 0,2 |  | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 6,2 | 8,3 | 27 | 27 | 58 |
| Молочний кисіль | 150 | 150 | 180 | 4,0 |  | 4,0 | 5,3 | 3,4 | 3,4 | 4,5 | 6,3 | 6,3 | 133 | 133 | 147 | 95 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **9,6** |  | **14,7** | **17,6** | **6,4** | **11,0** | **12,9** | **55,6** | **63,9** | **424** | **424** | **500** | **442** |

 |

|  |
| --- |
| **Понеділок 4 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
|  Салат з буряка і чорносливу | 30 | 30 | 50 | 0,39 | 0,39 | 0,59 | 1,85 | 1,85 | 2,55 | 5,3 | 5,3 | 6,3 | 34,86 | 34 | 54 |
| Курятина в соусі з яблуками | 40/10 | 40/10 | 50/12 | 9,7 | 9,7 | 12,9 | 3,3 | 3,3 | 4,3 | 3,2 | 3,2 | 4,3 | 83 | 83 | 168 |
| Вермишель відварена | 90 | 90 | 110 | 2 | 2 | 2,5 | 2,1 | 2,1 | 2,7 | 14,5 | 14,5 | 18,2 | 85 | 85 | 126 |
| Чай трав’яний | 150 | 150 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Хліб цільнозерновий  | 30/8 | 30/8 | 30/12 | 3,9 | 3,9 | 4,9 | 4,7 | 4,7 | 5,9 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 100 | 100 | 125 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | 16 | 16 | 20,9 | 12 | 12 | 15,5 | 33 | 33 | 38,7 | **303** | **303** | **473** |
| **Обід:** |
| Суп овочевий з сметаною | 150/6 | 150/6 | 200/8 | 1,5 | 1,5 | 2,0 | 3,4 | 3,4 | 4,4 | 8,9 | 8,9 | 11,9 | 81 | 81 | 104 |
| Шніцель рибний натуральний | 47 | 47 | 70 | 9,8 | 9,8 | 14,1 | 1,2 | 1,2 | 1,8 | 23,3 | 23,3 | 30,4 | 85 | 85 | 142 |
| Каша гречана розсипчаста | 90 | 90 | 120 | 4,6 | 4,6 | 5,8 | 2,7 | 2,7 | 3,3 | 23,1 | 23,1 | 29,1 | 135 | 135 | 171 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Компот із фруктів  | 120 | 120 | 160 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 16,2 | 16,2 | 24,2 | 66 | 66 | 94 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **18,6** | **18,6** | **24,9** | **11,5** | **11,5** | **141** | **72,5** | **72,5** | **109,5** | **471** | **471** | **637** |
| **підвечірок:** |
| Каша боярська із пшона з родзинками  | 95 | 100 | 114 | 6 | 6 | 6 | 5 | 5 | 6 | 19 | 24 | 28 | 144 | 163 | 208 |
| Соус із сухофруктів ( чорнослив) | 42 | 44 | 50 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 15 | 18 | 19 | 61 | 71 | 78 |
| Фрукти свіжі  | 62 | 62 | 87 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 6 | 6 | 8 | 25 | 25 | 35 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **9** | **9** | **11** | **12** | **12** | **14** | **54** | **61** | **74** | **351** | **380** | **506** |

|  |
| --- |
| **Вівторок 4 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Ікра овочева збірна | 45 | 45 | 60 | 0,7 | 0,7 | 0,9 | 2,1 | 2,1 | 2,7 | 3,9 | 3,9 | 5,3 | 35 | 35 | 46 |
| Пудинг із курятини | 60 | 60 | 80 | 10,9 | 10,9 | 14,5 | 4,4 | 4,4 | 5,7 | 3,1 | 3,1 | 4,1 | 150 | 150 | 232 |
| Каша кукурудзяна  | 87 | 87 | 115 | 4,1 | 4,1 | 5,3 | 4,6 | 4,6 | 5,8 | 15,6 | 15,6 | 21,0 | 122 | 122 | 159 |
| Сік фруктовий | 110 | 110 | 190 | 0,4 | 0,4 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 11,3 | 11,3 | 19,6 | 46 | 46 | 80 |
| Хліб цільнозерновий із твердим сиром | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **18,2** | **18,2** | **23,6** | **13,6** | **13,6** | **16,6** | **43,8** | **43,8** | **59,8** | **424** | **424** | **588** |
| **Обід:** |
| Борщ чернігівський | 150 | 150 | 200 | 1,9 | 1,9 | 2,6 | 2,2 | 2,2 | 2,8 | 9,6 | 9,6 | 12,8 | 63 | 63 | 93 |
| Філе курки запечене під сиром твердим | 60 | 60 | 80 | 11,2 | 11,2 | 14,9 | 7,1 | 7,1 | 9,3 | 1,9 | 2,3 | 3,5 | 150 | 150 | 225 |
| Пюре з бобових (з гороху) з вершковим маслом | 90 | 90 | 103 | 9,5 | 9,5 | 10,9 | 1,9 | 1,9 | 2,4 | 21,1 | 21,1 | 24,3 | 151 | 151 | 175 |
| Компот фруктовий | 140 | 148 | 180 | 0,3 | 0,3 | 0,4 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 3,5 | 11,0 | 13,3 | 15 | 43 | 52 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **25,7** | **25,7** | **31,7** | **14,0** | **14,0** | **17,3** | **47,7** | **55,7** | **65,7** | **450** | **478** | **616** |

|  |
| --- |
| **підвечірок:** |
| Биточки пшоняні з соусом із фруктів ( чорносливу) | 58/44 | 60/44 | 88/62 | 2,9 | 2,9 | 4,3 | 2,8 | 2,8 | 4,2 | 24,2 | 26,7 | 38,7 | 133 | 142 | 208 |
| Какао  | 150 | 150 | 180 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 0,4 | 0,5 | 3 | 3 | 4 |
| Фрукти свіжі  | 62 | 62 | 87 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 6 | 6 | 8 | 25 | 25 | 35 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **8,4** | **8,4** | **10,1** | **14,67** | **14,67** | **17,2** | **37,2** | **37,2** | **48,5** | **337** | **337** | **442** |

|  |
| --- |
| **Середа 4 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3 | Від 3-4 | Від 4-6 (7) | Від 1-3 | Від 3-4 | Від 4-6 (7) | Від 1-3 | Від 3-4 | Від 4-6 (7) | Від 1-3 | Від 3-4 | Від 4-6 (7) | Від 1-3 | Від 3-4 | Від 4-6 (7) |
|  | років | років | років | років | років | років | років | років | років | років | років | років | років | років | років |
| **Сніданок:** |
| Салат з капусти і моркви | 68 | 68 | 95 | 2,6 | 2,6 | 3,1 | 3,1 | 3,1 | 4,2 | 4,4 | 4,4 | 6,1 | 54 | 54 | 73 |
| Чахохбілі з куркою | 45 | 45 | 60 | 8,7 | 8,7 | 13,1 | 6,2 | 6,2 | 8,8 | 9,5 | 9,5 | 14,6 | 160 | 160 | 210 |
| Каша ячна розсипчаста | 90 | 90 | 108 | 3,0 | 3,0 | 3,6 | 1,8 | 1,8 | 2,3 | 20,0 | 20,0 | 24,1 | 109 | 109 | 136 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Молочний кисіль | 150 | 150 | 180 | 4,0 |  | 4,0 | 5,3 | 3,4 | 3,4 | 4,5 | 6,3 | 6,3 | 133 | 133 | 147 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **14** | **14** | **19,8** | **10,6** | **10,6** | **15,9** | **45,6** | **45,6** | **59,5** | **377** | **377** | **502** |

|  |
| --- |
| **Обід:** |
| Борщ з картоплею і сметаною  | 150 | 150 | 200 | 1,7 | 1,7 | 2,3 | 1,3 | 1,3 | 1,8 | 13,1 | 13,1 | 17,4 | 91 | 91 | 134 |
| Плов з м’ясом | 102 | 102 | 136 | 11,2 | 11,2 | 14,9 | 5,1 | 5,1 | 6,7 | 15,1 | 15,1 | 20,1 | 182 | 182 | 249 |
| Компот фруктовий | 140 | 148 | 180 | 0,3 | 0,3 | 0,4 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 3,5 | 11,0 | 13,3 | 15 | 43 | 52 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **19,3** | **19,3** | **24,3** | **10,4** | **10,4** | **12,6** | **61,9** | **61,9** | **78,8** | **446** | **446** | **620** |
| **підвечірок:** |
| Кефір  | 100 | 100 | 160 | 2,8 | 2,8 | 4,5 | 2,5 | 2,5 | 4,0 | 4,7 | 4,7 | 7,6 | 52 | 52 | 83 |
| Вареники ліниві з сметанним соусом | 80/10 | 80/10 | 100/15 | 4,0 | 4,0 | 4,7 | 10,07 | 10,07 | 11,5 | 18,4 | 18,4 | 22 | 202 | 202 | 282 |
| Фрукти свіжі  | 60 | 60 | 80 | 0,9 | 0,9 | 1,2 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 13,1 | 13,1 | 17,4 | 53 | 53 | 71 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **15,2** | **15,2** | **19** | **14,5** | **14,5** | **17,8** | **62,5** | **66** | **88,7** | **433** | **446** | **578** |

|  |
| --- |
| **Четвер 4 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3 років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Пудинг із капусти білокачанної | 61 | 61 | 83 | 2,6 | 2,6 | 3,5 | 2,7 | 2,7 | 3,5 | 4,8 | 4,8 | 6,8 | 52 | 52 | 70 |
| Курка по-італійськи (підлива) | 36/10 | 36/10 | 48/12 | 9,7 | 9,7 | 12,9 | 3,3 | 3,3 | 4,3 | 1,8 | 1,8 | 4,3 | 78 | 78 | 109 |
| Каша пшенична розсипчаста з цибулею | 90 | 90 | 113 | 3,7 | 3,7 | 4,7 | 2,4 | 2,4 | 3,0 | 23,5 | 23,5 | 29,6 | 132 | 132 | 166 |
| Сік фруктовий | 100 | 100 | 125 | 3 | 3 | 3,8 | 2,5 | 2,5 | 3,1 | 3,5 | 3,5 | 4,4 | 59 | 59 | 74 |
| Хліб цільнозерновий з твердим сиром | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **21,4** | **21,4** | **27** | **13,3,** | **13,3** | **16,3** | **43,5** | **43,5** | **55** | **392** | **392** | **490** |

|  |
| --- |
|  **Обід:** |
| Суп український з сметаною | 150 | 150 | 200 | 8,2 | 8,2 | 11,4 | 2,7 | 2,7 | 4,0 | 13,0 | 13,0 | 17,4 | 115 | 115 | 180 |
| Шніцель зі свинини | 45 | 45 | 60 | 9,8 | 9,8 | 14,1 | 1,2 | 1,2 | 1,8 | 23,3 | 23,,3 | 30,4 | 85 | 85 | 142 |
| Полента  | 90 | 90 | 110 | 2,5 | 2,5 | 3,1 | 2,4 | 2,4 | 3,0 | 16,6 | 16,6 | 20,1 | 99 | 99 | 160 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| Компот фруктовий | 140 | 148 | 180 | 0,3 | 0,3 | 0,4 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 3,5 | 11,0 | 13,3 | 15 | 43 | 52 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **21,8** | **21,8** | **28,1** | **10,8** | **10,8** | **13,9** | **57,9** | **58,9** | **74,0** | **464** | **464** | **639** |
| **Підвечірок :** |
| Пудинг сирно-морквяний | 128 | 135 | 169 | 16,8 | 16,8 | 21,0 | 10,3 | 10,3 | 13,0 | 11,9 | 18,9 | 23,9 | 209 | 236 | 296 |
| Соус сметанний | 26 | 27 | 35 | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 3,6 | 5,1 | 6,5 | 16 | 22 | 28 |
| Молоко кип’ячене | 100 | 150 | 180 | 2,8 | 2,8 | 4,5 | 2,5 | 2,5 | 4 | 4,7 | 4,7 | 7,6 | 50 | 52 | 83 |
| Фрукти свіжі  | 60 | 60 | 80 | 0,5 | 0,5 | 0,7 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 5,7 | 5,7 | 7,6 | 24 | 24 | 32 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **17,6** | **17,6** | **22,1** | **13,5** | **13,5** | **17,2** | **40,8** | **49,3** | **63,9** | **361** | **393** | **505** |

|  |
| --- |
| **П’ятниця 4 тиждень** |
| **Найменування продуктів** | **Маса нетто** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетична цінність** |
| Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років | Від 1-3років | Від 3-4років | Від 4-6 (7)років |
| **Сніданок:** |
| Салат з буряка з чорносливом | 55 | 55 | 75 | 0,7 | 0,7 | 1,0 | 2,1 | 2,1 | 2,6 | 4,2 | 4,2 | 5,7 | 70 | 70 | 120 |
|  Курка по - італійськи | 30 | 30 | 40 | 5,6 | 5,6 | 5,6 | 6,7 | 6,7 | 6,7 | 2,3 | 2,3 | 2,3 | 111 | 111 | 132 |
| Каша вівсяна в’язка | 82 | 82 | 103 | 2,2 | 2,2 | 2,8 | 2,7 | 2,7 | 3,3 | 10,5 | 10,5 | 13,2 | 94 | 94 | 122 |
| Какао | 150 | 150 | 180 | 5,2 | 5,2 | 6,4 | 4,5 | 4,5 | 5,5 | 8,4 | 8,4 | 10,4 | 93 | 93 | 115 |
| Хліб цільнозерновий  | 30 | 30 | 30 | 4 | 4 | 5,3 | 3,4 | 3,4 | 4,5 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 125 | 125 |  125 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **17,7** | **17,7** | **21** | **19,3** | **19,3** | **23,2** | **35,4** | **35,4** | **41,4** | **399** | **399** | **490** |
| **Обід:** |
| Суп гороховий з грінками | 150 | 150 | 200 | 2,6 | 2,6 | 3,4 | 3,6 | 3,6 | 4,7 | 14,8 | 16,3 | 21,6 | 101 | 106 | 180 |
| фішболи в томатному соусі | 40/28 | 40/28 | 60/40 | 8,1 | 8,1 | 12,1 | 2,0 | 2,0 | 3,3 | 5,3 | 5,3 | 7,7 | 111 | 111 | 160 |
| Каша гречана розсипчаста | 82 | 82 | 103 | 1,7 | 1,7 | 2,1 | 1,6 | 1,6 | 2,1 | 12,2 | 12,2 | 15,2 | 80 | 80 | 104 |
| Капуста тушкована | 50 | 50 | 70 | 3,8 | 3,8 | 4,7 | 1,1 | 1,2 | 1,2 | 20,5 | 25,6 | 25,6 | 38 | 38 | 68 |
| Компот фруктовий | 140 | 148 | 180 | 0,3 | 0,3 | 0,4 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 3,5 | 11,0 | 13,3 | 15 | 43 | 52 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 71 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **13,6** | **13,6** | **17,2** | **22,2** | **22,2** | **28,3** | **44,4** | **47,9** | **59,3** | **430** | **443** | **613** |
| **підвечірок** |
| Фрукти свіжі  | 60 | 60 | 80 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,2 | 0,3 | 6,2 | 6,2 | 8,3 | 27 | 27 | 36 |
| Каша боярська з родзинками | 95 | 100 | 114 | 6 | 6 | 6 | 5 | 5 | 6 | 19 | 24 | 28 | 144 | 163 | 208 |
| Соус фруктовий з чорносливу | 42 | 44 | 50 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 15 | 18 | 19 | 61 | 71 | 78 |
| **Всього за підвечірок:** |  |  |  | **15,6** | **15,6** | **23,1** | **10,1** | **10,1** | **15,78** | **29,0** | **29,0** | **39,4** | **407** | **407** | **540** |