

**ПОГОДЖУЮ**

Начальник управління Державного нагляду за дотриманням санітарного законодавства Головного Управління Держпродспоживслужби в Черкаській області

\_\_\_\_\_ Віта МАКОГІН  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025р

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Директор Комунального закладу «Черкаський академічний ліцей «Перспектива» Черкаської обласної ради»



\_\_\_\_\_ Людмила ШАРАПА  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025р

**ПРИМІРНЕ  
ЧОТИРИТИЖНЕВЕ  
СЕЗОННЕ МЕНЮ  
(весняний період)**

**КОМУНАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ  
«ЧЕРКАСЬКИЙ АКАДЕМІЧНИЙ ЛІЦЕЙ  
«ПЕРСПЕКТИВА»  
ЧЕРКАСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ»**

**2024-2025 навчальний рік**

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.					
		Вихід, г	525-630 енерго- цінність	18-21 Білки, г	17-21 Жири, г	73-88 вуглеводи,	Вихід, г	600-720 енерго- цінність	21-25 Білки, г	21-25 Жири, г	81-98 вуглеводи,	Вихід, г	675-810 енерго- цінність	23-27 Білки, г	23-27 Жири, г	93-112 вуглеводи, г	
Понеділок	1-й тиждень	1	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																	
Припущена морква, родзинки	-	100	99,33	1,48	3,15	16,26	100	99,33	1,48	3,15	16,26	100	99,33	1,48	3,15	16,26	
Омлет Скрамбл	(Я, МП,Л)	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7	
Каша пшенична	(Г)	120	151,92	4,84	3,32	25,24	150	189,9	6	4,2	31,5	150	189,9	6	4,2	31,5	
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7	
Чай з лимоном	-	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6	
<b>Всього:</b>			482,95	13,92	15,37	62,8		567,93	16,08	18,25	75,76		567,93	16,08	18,25	75,76	
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5	
<b>II Сніданок</b>																	
Какао з молоком	(МП,Л)	150	86,24	4,71	4,22	7,54	200	114,98	6,28	5,62	10,05	200	114,98	6,28	5,62	10,05	
Запіканка морквяно-яблучна	(Г,МП,Л,Я)	100	149,77	3,53	7,07	17,96	120	149,77	3,53	7,07	17,96	100	149,77	3,53	7,07	17,96	
Сир твердий	(МП,Л)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	
<b>Всього:</b>			267,31	10,54	13,59	28,5		296,05	12,11	14,99	31,01		296,05	12,11	14,99	31,01	
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131	
<b>Обід</b>																	
Салат зі свіжої капусти, моркви, горошку зеленого	-	100	95,92	2,25	6,95	6,09	100	95,92	2,25	6,95	6,09	100	95,92	2,25	6,95	6,09	
Суп гороховий	-	200	107,6	4,4	2	15,4	250	134,5	5,5	2,5	19,5	300	161,4	6,7	3	23	
Риба тушена з овочами у томатному соусі	(Р)	60	60,9	8,5	2,8	1,7	90	91,3	12,7	4,2	2,5	120	121,7	16,9	5,5	3,3	
Картопляне пюре	(МП,Л)	120	171,26	2,85	8,36	21,12	150	214,1	3,6	10,5	26,4	150	214,1	3,6	10,5	26,4	
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09	
Сік фруктовий	-	200	98,7	1,2	-	22,5	200	98,7	1,2	-	22,5	200	98,7	1,2	-	22,5	
Яблука	-	200	104,8	0,8	0,8	23,6	200	104,8	0,8	0,8	23,6	200	104,8	0,8	0,8	23,6	
<b>Всього:</b>			717,78	22,45	21,53	105,44		870,32	30,17	25,99	125,68		927,62	35,57	27,79	129,98	
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5	
<b>Підвечірок</b>																	
Сінабон з корицею	(Г,МП,Л,Я)	60	160,8	3,5	6,6	24	80	214,4	4,6	8,9	32	80	214,4	4,6	8,9	32	
Компот із свіжих(заморожених) ягід	-	150	33,3	0,4	-	7,5	150	33,3	0,4	-	7,5	150	33,3	0,4	-	7,5	
<b>Всього:</b>			194,1	3,9	6,6	31,5		247,7	5	8,9	39,5		247,7	5	8,9	39,5	
<b>Вечеря</b>																	
Салат з редиски з сметаною кип'яченою	(МП,Л)	100	61,07	2,68	3,92	3,77	100	61,07	2,68	3,92	3,77	100	61,07	2,68	3,92	3,77	
Курячі нагетси	(Г, Я)	85	186,3	15,1	7,7	17,7	125	274	22,1	11,3	26	150	328,9	26,6	13,6	31,2	
Рис розсипчастий	-	120	163,6	3,7	2,9	30,2	150	204,5	4,6	3,6	37,7	150	204,5	4,6	3,6	37,7	
Хліб пшеничний	(Г)	30	83,84	2,62	0,67	16,06	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09	
Кисіль із шипшини	-	150	110	0,3	-	26,9	100	73	0,2	-	17,9	100	73	0,2	-	17,9	
<b>Всього:</b>			604,81	24,4	15,19	94,63		743,57	33,7	19,86	110,46		798,47	38,2	22,16	115,66	

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Вівторок			Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,
1-й тиждень		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Овочі припущені з соусом	(Г, МПЛ)	100	86,2	4	4,3	7,4	100	86,2	4	4,3	7,4	100	86,2	4	4,3	7,4
Бешамель																
Курка тушена в соусі	(Г, МПЛ)	100	95,18	16,89	2,5	1,28	150	142,77	25,34	3,75	1,91	200	190,36	33,79	5	2,55
Вермішель відварена	(Г)	120	168	4,44	3,96	28,44	150	210	5,5	5	35,5	150	210	5,5	5	35,5
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Йогурт	(МПЛ)	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10
<b>Всього:</b>			506,38	31,33	15,76	57,12		642,97	41,84	20,05	71,51		690,56	50,29	21,3	72,15
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Молоко	(МПЛ)	150	76,3	4,7	3,8	5,9	180	91,56	5,64	4,56	7,08	180	91,56	5,64	4,56	7,08
Салат фруктовий з горіхами	(ГР)	100	195,95	3,03	9,87	23,24	100	195,95	3,03	9,87	23,24	120	195,95	3,03	9,87	23,24
<b>Всього:</b>			272,25	7,73	13,67	29,14		287,51	8,67	14,43	30,32		287,51	8,67	14,43	30,32
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат зі свіжих овочів	–	75	70	2,1	1,1	4,6	75	70	2,1	1,1	4,6	75	70	2,1	1,1	4,6
Суп квасолевий	–	200	115,2	3,8	4,3	15,6	250	144	4,7	5,4	19,5	300	172,8	5,7	6,4	23,4
Болоньезе з м'яса	(Г, МПЛ)	75	124,29	8,58	7,01	6,73	100	165,12	11,43	9,34	8,58	120	166,38	8,17	6,38	14,81
Каша гречана	–	120	132,7	4,1	3,1	24,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Узвар із сухофруктів	–	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
Яблука	–	200	104,8	0,8	0,8	23,6	200	104,8	0,8	0,8	23,6	200	104,8	0,8	0,8	23,6
<b>Всього:</b>			698,79	21,58	19,01	103,33		848,52	27,43	25,24	121,78		878,58	25,17	23,28	131,91
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Львівський сирник	(Г, МПЛ, Я)	100	201,9	12,82	9,94	15,06	100	201,9	12,82	9,94	15,06	100	201,9	12,82	9,94	15,06
Сметана кип'ячена	(МПЛ)	10	20,6	0,3	2	0,3	10	20,6	0,3	2	0,3	10	20,6	0,3	2	0,3
Кефір	(МПЛ)	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5
<b>Всього:</b>			285	16,62	15,04	20,36		285	16,62	15,04	20,36		285	16,62	15,04	20,36
<b>Вечеря</b>																
Салат з яйцем та зеленим горошком	(Я, МПЛ)	100	127,98	7,95	7,35	7,51	100	127,98	7,95	7,35	7,51	100	127,98	7,95	7,35	7,51
Рибні нагетси	(Г, Я, Р)	70	113,8	11,3	2,2	14,5	100	162,56	16,15	3,08	20,72	105	170,7	17	3,2	21,8
Овочева паелья	(Г)	120	160,6	3,5	4,4	26,5	150	200,7	4,4	5,4	33,1	150	200,7	4,4	5,4	33,1
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Чай з лимоном	–	200/7	63	0,2	–	7,6	200/7	63	0,2	–	7,6	200/7	63	0,2	–	7,6
<b>Всього:</b>			536,38	24,95	15,95	66,11		672,24	31,7	19,83	85,63		680,38	32,55	19,95	86,71

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Середа			Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1-й тиждень																
1		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Салат з запеченої капусти та родзинок	-	75	118,46	2,05	7,89	9,83	75	118,46	2,05	7,89	9,83	75	118,46	2,05	7,89	9,83
Күліш з курячим м'ясом	(Г, МПЛ)	180	277,5	15,8	12,6	27,5	250	385,5	22	17,4	38,2	300	462,6	26,4	20,9	45,8
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Молоко	(МПЛ)	150	76,3	4,7	3,8	5,9	150	76,3	4,7	3,8	5,9	150	76,3	4,7	3,8	5,9
<b>Всього:</b>			543,26	24,55	26,29	53,23		698,26	31,75	33,09	70,63		775,36	36,15	36,59	78,23
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Какао з молоком	(МПЛ)	150	86,24	4,71	4,22	7,54	200	114,98	6,28	5,62	10,05	200	114,98	6,28	5,26	10,05
Апельсин	-	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11
Сир твердий ,	(МПЛ)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3
<b>Всього:</b>			167,54	7,91	6,72	21,54		196,28	9,48	8,12	24,05		196,28	9,48	7,76	24,05
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат "Весна"	-	100	63	2,2	4,7	2,8	100	63	2,2	4,7	2,8	100	63	2,2	4,7	2,8
Борщ український	(Г)	200	121	2,2	6,1	14,1	250	152	2,7	7,7	17,7	300	182	3,3	9,2	21,2
Сметана	(МПЛ)	10	20,6	0,3	2	0,3	10	20,6	0,3	2	0,3	10	20,6	0,3	2	0,3
Котлети	(Г, МПЛ, Я)	70	53,21	9,06	1,48	2,1	100	79,82	13,58	2,22	3,15	120	106,42	18,11	2,96	4,2
Каша пшонояна ,	(Г)	120	131,2	3,52	4,32	19,44	150	164	4,4	5,4	24,3	150	164	4,4	5,4	24,3
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25
Компот із свіжих яблук	-	200	113	0,2	-	27,9	200	113	0,2	-	27,9	200	113	0,2	-	27,9
Банани	-	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
<b>Всього:</b>			665,01	19,98	19,01	103,44		800,42	26,88	22,62	122,95		857,02	32,01	24,86	127,5
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Вагрушка з сиром	(Г, МПЛ, Я)	36	100	4,6	2,4	15	36	100	4,6	2,4	15	36	100	4,6	2,4	15
Йогурт	(МПЛ)	125	86	4	3	10	200	137,6	6,4	4,8	16	200	137,6	6,4	4,8	16
<b>Всього:</b>			186	8,6	5,4	25		237,6	11	7,2	31		237,6	11	7,2	31
<b>Вечеря</b>																
Салат з овочів та яєць ,	(Я)	100	65,09	2,54	4,48	3,26	100	65,09	2,54	4,48	3,26	100	65,09	2,54	4,48	3,26
Котлета по-міланськи з сиром	(Г, МПЛ, Я)	90	228,2	16,6	10	21,3	90	228,2	16,6	10	21,3	125	316,9	23	13,9	29,5
Кус-кус	(Г)	120	156,1	4,7	2,6	26,4	150	195,1	5,8	3,3	33	150	195,1	5,8	3,3	33
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25
Напій з шипшини	-	180	102,24	5,04	-	21,6	150	85,2	4,2	-	18	180	102,24	5,04	-	21,6
<b>Всього:</b>			619,63	29,88	17,29	87,56		686,59	31,14	18,18	100,56		792,33	38,38	22,08	112,36

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Четвер			Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1-й тиждень		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Припущена морква, родзинки, кип'ячена сметана	(МП,Л)	75	74,5	1,1	2,4	12,2	100	99,33	1,48	3,15	16,26	100	99,33	1,48	3,15	16,26
Омлет Скрамбл	(Я, МП,Л)	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7
Молочна рисова каша	(МП,Л)	200	301	5	11,6	43	200	301	5	11,6	43	200	301	5	11,6	43
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Какао з молоком	(МП,Л)	150	86,24	4,71	4,22	7,54	150	86,24	4,71	4,22	7,54	200	114,98	6,28	5,62	10,05
<b>Всього:</b>			630,44	18,21	27,12	76,44		702,27	19,59	29,87	87,2		731,01	21,16	31,27	89,71
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Бланманже	(МП,Л)	150	125,1	4,24	1,25	24,23	150	125,1	4,24	1,25	24,23	150	125,1	4,24	1,25	24,23
Запіканка рисова з ягідним	(Г, МП,Л)	100/10	196,22	5,66	5,91	29,8	100/10	196,22	5,66	5,91	29,8	100/10	196,22	5,66	5,91	29,8
<b>Всього:</b>			321,32	9,9	7,16	54,03		321,32	9,9	7,16	54,03		321,32	9,9	7,16	54,03
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат зелений з огірками, помідорами	–	100	42,93	0,88	3,22	2,2	100	42,93	0,88	3,22	2,2	100	42,93	0,88	3,22	2,2
Суп овочевий	–	200	106,4	2,7	1,9	18,1	250	133	3,4	2,3	22,7	300	159,6	4,1	2,8	27,2
Печеня по-домашньому з курячим м'ясом	(Г, МП,Л)	180	228,6	17,5	7,1	22	250	317,5	24,3	9,9	30,6	300	381	29,1	11,6	36,7
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Напій з шипшини	–	180	102,24	5,04	–	21,6	180	102,24	5,04	–	21,6	180	102,24	5,04	–	21,6
Мандарини	–	200	78	1,6	–	16,2	200	78	1,6	–	16,2	200	78	1,6	–	16,2
<b>Всього:</b>			629,17	29,72	14,22	90,1		791,67	38,22	19,42	110		881,77	43,72	21,62	120,6
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Сирники рожеві з сметаною	(Г, МП,Л)	80/15	180	9,6	7,8	16,8	80/15	180	9,6	7,8	16,8	80/15	180	9,6	7,8	16,8
Кефір	(МП,Л)	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5
<b>Всього:</b>			242,5	13,1	10,9	21,8		242,5	13,1	10,9	21,8		242,5	13,1	10,9	21,8
<b>Вечеря</b>																
Салат з капусти, моркви, зеленого горошку ,	–	100	75,83	1,98	4,5	6,25	100	75,83	1,98	4,5	6,25	100	75,83	1,98	4,5	6,25
Куряче стегно в гірчичному соусі	(Г, МП,Л)	75	164,5	19,9	8,4	3,4	90	197,4	23,9	10,1	4,1	100	219,28	26,56	11,17	4,55
Каша пшенична	(Г)	120	151,92	4,84	3,32	25,24	150	189,9	6	4,2	31,5	150	189,9	6	4,2	31,5
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Чай з лимоном	–	200/7	63	0,2	–	7,6	200/7	63	0,2	–	7,6	200/7	63	0,2	–	7,6
<b>Всього:</b>			526,25	28,92	18,22	52,49		644,13	35,08	22,8	66,15		666,01	37,74	23,87	66,6

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
П'ятниця			Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,
1-й тиждень		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Салат з свіжих овочів	–	100	93	2,8	1,5	6,1	100	93	2,8	1,5	6,1	100	93	2,8	1,5	6,1
Чахохбілі з куркою	–	75	164,1	9,21	11,73	5,73	100	218,8	12,28	15,64	7,64	150	328,2	18,42	23,46	11,46
Каша гречана ,	–	120	137,2	4,6	2,6	25,8	150	171,5	5,7	3,3	32,3	150	171,5	5,7	3,3	32,3
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Лимонад	–	200	104	–	–	26	200	104	–	–	26	200	104	–	–	26
<b>Всього:</b>			569,3	18,61	17,83	73,63		705,3	23,78	24,44	88,74		814,7	29,92	32,26	92,56
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Молоко	(МПЛ)	180	91,56	5,64	4,56	7,08	180	91,56	5,64	4,56	7,08	200	101,7	6,2	5,06	7,86
Банани	–	75	71,3	1,1	0,2	16,4	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
Сир твердий ,	(МПЛ)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3
<b>Всього:</b>			194,16	9,04	7,06	26,48		217,86	9,44	7,06	31,88		228	10	7,56	32,66
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат з редиски з сметаною кип'яченою	(МПЛ)	100	61,07	2,68	3,92	3,77	100	61,07	2,68	3,92	3,77	100	61,07	2,68	3,92	3,77
Борщ з картоплею	(Г)	200	129,1	2,3	4,4	20,6	250	161,4	2,9	5,6	25,8	300	193,7	3,5	6,7	30,9
Гуляш з вареного м'яса	(Г, МПЛ)	75	102,75	12,68	4,5	2,78	100	137	16,9	6	3,7	150	205,5	25,35	9	5,55
Ризото із зеленого горошку та сиром	(Г, МПЛ)	120	190,8	6,1	7	26,1	150	238,4	7,6	8,7	32,6	150	238,4	7,6	8,7	32,6
Хліб пшеничний ,	(Г)	30	83,84	2,62	0,67	16,06	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Сік фруктовий	–	200	98,7	1,2	–	22,5	200	98,7	1,2	–	22,5	200	98,7	1,2	–	22,5
Яблука	–	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8
<b>Всього:</b>			718,66	27,98	20,89	103,61		879,97	35,8	25,66	125,26		980,77	44,85	29,76	132,21
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Пиріг з повидлом	(Г, МПЛ)	50	152	3,2	1,6	31,1	50	152	3,2	1,6	31,1	75	228	4,8	2,4	46,7
Компот із свіжих (заморожених) фруктів	–	150	33,3	0,4	–	7,5	150	33,3	0,4	–	7,5	150	33,3	0,4	–	7,5
<b>Вечеря /Всього:</b>			185,3	3,6	1,6	38,6		185,3	3,6	1,6	38,6		261,3	5,2	2,4	54,2
Салат з запеченою капостою та родзинками	–	100	157,94	2,74	10,52	13,11	100	157,94	2,74	10,52	13,11	100	157,94	2,74	10,52	13,11
Пастуший пиріг з м'ясом	(Г, МПЛ)	180	229,9	17,3	7,9	21,3	250	319,3	24	10,9	29,6	300	383,2	28,8	13,1	35,5
Хліб пшеничний ,	(Г)	30	83,84	2,62	0,67	16,06	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Чай з лимоном	–	200/7	63	0,2	–	7,6	200/7	63	0,2	–	7,6	200/7	63	0,2	–	7,6
<b>Всього:</b>			534,68	22,86	19,09	58,07		671,24	31,06	22,46	75,4		735,14	35,86	24,66	81,3

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.					
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112	
Понеділок			Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
2-й тиждень		1	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																	
Припущена морква з соусом	-	100	66,71	1,01	3,63	7,45	100	66,71	1,01	3,63	7,45	100	66,71	1,01	3,63	7,45	
Омлет Скрамбл	(Я, МПЛ)	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7	
Молочна гречана каша	(МПЛ)	200	285	9	5,8	48,5	200	285	9	5,8	48,5	300	427	13,5	8,7	72,75	
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7	
Чай з лимоном	-	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6	
<b>Всього:</b>			583,41	17,61	18,33	77,25		630,41	18,61	20,33	83,95		772,41	23,11	23,23	108,2	
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5	
<b>II Сніданок</b>																	
Какао з молоком	(МПЛ)	150	86,24	4,71	4,22	7,54	180	103,4	5,6	5,06	9,04	200	114,98	6,28	5,62	10,05	
Банани	-	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	
Сир твердий	(МПЛ)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	
<b>Всього:</b>			212,54	8,51	6,72	32,34		229,7	9,4	7,56	33,84		241,28	10,08	8,12	34,85	
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131	
<b>Обід</b>																	
Салат з редиски з сметаною кип'яченою	(МПЛ)	100	61,07	2,68	3,92	3,77	100	61,07	2,68	3,92	3,77	100	61,07	2,68	3,92	3,77	
Суп гороховий	-	200	107,6	4,4	2	15,4	250	134,5	5,5	2,5	19,5	300	161,4	6,7	3	23	
Риба запечена з морквою та цибулею під соусом	(МПЛ, Я)	90	105,1	12,9	4,7	5,2	100	116,78	14,32	5,25	5,8	120	140,1	17,2	6,3	7	
Картопляне пюре	(Г)	120	162,62	2,84	7,42	21,11	150	203,3	3,5	9,3	26,4	150	203,3	3,5	9,3	26,4	
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25	
Сік фруктовий	-	200	98,7	1,2	-	22,5	200	98,7	1,2	-	22,5	200	98,7	1,2	-	22,5	
Яблука	-	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	
<b>Всього:</b>			655,49	25,42	18,65	94,78		779,75	29,6	21,77	114,77		829,97	33,68	23,32	119,47	
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5	
<b>Підвечірок</b>																	
Запіканка морквяно-яблучна	(Г, МПЛ, Я)	100	149,77	3,53	7,07	17,96	125	179,7	4,2	8,5	21,5	125	179,7	4,2	8,5	21,5	
Узвар із сухофруктів	-	100	53,8	0,15	0,45	12,45	100	53,8	0,15	0,45	12,45	100	53,8	0,15	0,45	12,45	
<b>Всього:</b>			203,57	3,68	7,52	30,41		233,5	4,35	8,95	33,95		233,5	4,35	8,95	33,95	
<b>Вечеря</b>																	
Салат з запеченою капустою та родзинками	(Г)	100	157,94	2,74	10,52	13,11	100	157,94	2,74	10,52	13,11	100	157,94	2,74	10,52	13,11	
Куліш з курячим м'ясом	(Г, МПЛ)	180	277,5	15,8	12,6	27,5	250	385,5	22	17,4	38,2	300	462,6	26,4	20,9	45,8	
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25	
Кефір	(МПЛ)	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5	
<b>Всього:</b>			565,94	23,04	26,43	60,61		718,94	30,24	31,42	81,31		796,04	34,64	34,92	88,91	

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Вівторок			Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
2-й тиждень																
1		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Салат з яйцем та сиром	(МП,Л,Я)	75	124,2	7,3	9,5	3	75	124,2	7,3	9,5	3	75	124,2	7,3	9,5	3
Плов з курячим м'ясом	(Г, МП,Л)	180	279,81	14,92	12,01	30,29	250	388,62	20,72	16,69	42,07	300	466,35	24,86	20,02	50,48
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Чай з лимоном	-	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6
<b>Всього:</b>			538,01	24,42	23,51	50,89		693,82	31,22	30,19	69,37		771,55	35,36	33,52	77,78
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Молоко	(МП,Л)	150	76,3	4,7	3,8	5,9	180	91,56	5,64	4,56	7,08	200	101,73	6,26	5,06	7,86
Печиво цитрусове	(Г, МП,Л,Я)	60	205,2	4,5	8,2	30,9	60	205,2	4,5	8,2	30,9	60	205,2	4,5	8,2	30,9
<b>Всього:</b>			281,5	9,2	12	36,8		296,76	10,14	12,76	37,98		306,93	10,76	13,26	38,76
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат з сирих овочів	-	100	93	2,8	1,5	6,1	100	93	2,8	1,5	6,1	100	93	2,8	1,5	6,1
Борщ український	(Г)	200	121	2,2	6,1	14,1	250	152	2,7	7,7	17,7	300	182	3,3	9,2	21,2
Кебаб з сиром	(Г, МП,Л)	60	99,66	11,13	6,1	0,61	80	132,88	14,84	8,13	0,81	100	166,1	18,55	10,17	1,01
Вермішель відварена	(Г)	120	164	5,2	3,76	27,04	150	205	6,5	4,7	33,8	150	205	6,5	4,7	33,8
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Напій з шипшини	-	180	102,24	5,04	-	21,6	180	102,24	5,04	-	21,6	180	102,24	5,04	-	21,6
Банани	-	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4
<b>Всього:</b>			729,8	29,92	18,28	100,88		887,42	37,1	23,27	121,5		950,64	41,41	26,81	125,2
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Львівський сирник з морквою	(Г, МП,Л,Я)	75	151,42	9,61	7,46	11,29	75	151,42	9,61	7,46	11,29	75	151,42	9,61	7,46	11,29
Сметаний соус	(МП,Л)	10	22,7	0,3	2	0,85	10	22,7	0,3	2	0,85	10	22,7	0,3	2	0,85
Кефір	(МП,Л)	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5
<b>Всього:</b>			236,62	13,41	12,56	17,14		236,62	13,41	12,56	17,14		236,62	13,41	12,56	17,14
<b>Вечеря</b>																
Салат з вареного буряком та сухариками	(Г)	100	150,17	3,75	5,36	21,73	100	150,17	3,75	5,36	21,73	100	150,17	3,75	5,36	21,73
Курка тушена в соусі	-	100	95,18	16,89	2,5	1,28	150	142,77	25,34	3,75	1,91	200	190,36	33,79	5	2,55
Булгур	(Г)	120	132	3,7	3,8	22,3	150	165	4,7	4,8	27,9	150	165	4,7	4,8	27,9
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Узвар із сухофруктів	-	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
<b>Всього:</b>			536,75	26,99	12,98	79,04		669,74	38,11	15,65	95,33		717,33	46,56	16,9	95,97



Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Середа			Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,
2-й тиждень																
1		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Салат з овочів та яєць	(Я)	100	65,09	2,54	4,48	3,26	100	65,09	2,54	4,48	3,26	100	65,09	2,54	4,48	3,26
Курячі нагетси	(Г, МП,Л)	85	186,3	15,1	7,7	17,7	100	219,24	17,72	9,07	20,8	125	274	22,1	11,3	26
Овочева паєля	(Г)	120	151	3,1	4,3	24,8	150	188,8	3,9	5,3	31	150	188,8	3,9	5,3	31
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Йогурт	(МП,Л)	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10
<b>Всього:</b>			559,39	26,74	21,48	65,76		677,13	31,16	25,85	81,76		731,89	35,54	28,08	86,96
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Какао з молоком	(МП,Л)	150	86,24	4,71	4,22	7,54	180	103,4	5,6	5,06	9,04	200	114,98	6,28	5,62	10,05
Булка	(Г,МП,Л,Я)	20	48	1,4	0,13	2	20	48	1,4	0,13	2	20	48	1,4	0,13	2
Сир твердий	(МП,Л)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3
<b>Всього:</b>			165,54	8,41	6,65	12,54		182,7	9,3	7,49	14,04		194,28	9,98	8,05	15,05
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат з редиски з сметаною кип'яченою	(МП,Л)	100	61,07	2,68	3,92	3,77	100	61,07	2,68	3,92	3,77	100	61,07	2,68	3,92	3,77
Суп квасолевий	-	200	115,2	3,8	4,3	15,6	250	144	4,7	5,4	19,5	300	172,8	5,7	6,4	23,4
Бефстроганов з вареного м'яса	(Г, МП,Л)	70	110,65	6,79	8,21	2,42	100	158,08	9,69	11,73	3,45	120	189,69	11,63	14,08	4,14
Каша пшенична	(Г)	120	151,92	4,84	3,32	25,24	150	189,9	6	4,2	31,5	150	189,9	6	4,2	31,5
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Узвар із сухофруктів	-	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	200	107,7	0,3	0,9	24,9
Мандарини	-	100	39	0,8	-	8,1	100	39	0,8	-	8,1	100	39	0,8	-	8,1
<b>Всього:</b>			629,64	21,11	22,45	83,83		790,85	27,07	29,95	101,72		878,16	30,11	33,5	112,51
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Ватрушка з сиром	(Г,МП,Л,Я)	36	100	4,6	2,4	15	36	100	4,6	2,4	15	36	100	4,6	2,4	15
Йогурт	(МП,Л)	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10
<b>Вечеря</b>																
Салат з запеченої капусти та родзинок	-	100	157,94	2,74	10,52	13,11	75	118,46	2,05	7,89	9,83	75	118,46	2,05	7,89	9,83
Чахохбілі з куркою	(Г, МП,Л)	75	164,1	9,21	11,73	5,73	100	218,8	12,28	15,64	7,64	150	328,2	18,42	23,46	11,46
Каша гречана	-	120	132,7	4,1	3,1	24,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Компот із свіжих яблук	-	150	85	1	-	20	150	85	1	-	20	150	85	1	-	20
<b>Всього:</b>			610,74	19,05	27,35	72,94		706,06	23,53	31,43	84,27		815,46	29,67	39,25	88,09

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Четвер			Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
2-й тиждень		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
1																
<b>Сніданок</b>																
Салат з морквою та яблуком	–	100	74,25	0,74	3,61	9,71	100	74,25	0,74	3,61	9,71	100	74,25	0,74	3,61	9,71
Омлет Скрамбл	(Я,Г,МП,Л)	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7
Молочна рисова каша	(Г, МП,Л)	200	301	5	11,6	43	200	301	5	11,6	43	250	376,25	6,25	14,5	53,75
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Какао з молоком	(МП,Л)	150	86,24	4,71	4,22	7,54	200	114,98	6,28	5,62	10,05	200	114,98	6,28	5,26	10,05
<b>Всього:</b>			630,19	17,85	28,33	73,95		705,93	20,42	31,73	83,16		781,18	21,67	34,27	93,91
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Бланманже	(МП,Л)	150	125,1	4,24	1,25	24,23	150	125,1	4,24	1,25	24,23	150	125,1	4,24	1,25	24,23
Шарлотка яблучна	(Г,МП,Л,Я)	60	122,72	3	3,3	19,1	60	122,72	3	3,3	19,1	60	122,72	3	3,3	19,1
<b>Всього:</b>			247,82	7,24	4,55	43,33		247,82	7,24	4,55	43,33		247,82	7,24	4,55	43,33
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат "Весна"	–	100	63	2,2	4,7	2,8	100	63	2,2	4,7	2,8	100	63	2,2	4,7	2,8
Суп овочевий	–	200	106,4	2,7	1,9	18,1	250	133	3,4	2,3	22,7	300	159,6	4,1	2,8	27,2
Печеня по-домашньому з м'ясом	(Г, МП,Л)	200	254	19,4	7,9	24,5	250	317,5	24,3	9,9	30,6	300	381	29,1	11,8	36,7
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25
Узвар із сухофруктів	–	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
Яблука	–	200	82	0,8	–	19	200	82	0,8	–	19	200	82	0,8	–	19
<b>Всього:</b>			654,2	26,3	15,41	98,1		789,3	32,9	18	118,8		879,4	38,4	20,4	129,4
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Вареники ліниві з сметаною кип'яченою	(Г,МП,Л,Я)	100/15	223	15,4	10,9	15,1	100/15	223	15,4	10,9	15,1	100/15	223	15,4	10,9	15,1
Кефір	(МП,Л)	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5
<b>Всього:</b>			285,5	18,9	14	20,1		285,5	18,9	14	20,1		285,5	18,9	14	20,1
<b>Вечеря</b>																
Салат з капусти, зеленого горошку	–	100	107,63	2,95	8,06	5,21	75	70,8	2,2	4,9	3,9	100	107,63	2,95	8,06	5,21
Курячий шніцель	(Г, МП,Л)	70	148,5	13,1	6,9	11,3	100	212,09	18,7	9,85	16,19	120	254,5	22,4	11,8	19,4
Ризото із зеленого горошку та сиром	(Г, МП,Л)	120	190,8	6,1	7	26,1	150	238,4	7,6	8,7	32,6	150	238,4	7,6	8,7	32,6
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25
Напій з шипшини	–	180	102,24	5,04	–	21,6	150	85,2	4,2	–	18	150	85,2	4,2	–	18
<b>Всього:</b>			617,17	28,19	22,17	79,21		719,49	34,7	23,85	95,69		798,73	39,15	28,96	100,21

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
П'ятниця			Енерго- цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго- цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго- цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи, г
2-й тиждень																
1		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Овочеve асорті зі свіжих овочів	–	100	86,44	1,98	6,25	5,33	100	86,44	1,98	6,25	5,33	100	86,44	1,98	6,25	5,33
Рибні стіки	(Р, Г)	70	112,2	10,8	1,9	15,2	90	144,2	13,8	2,4	19,5	100	160,23	15,38	2,66	21,65
Вермішель відварена	(Г)	120	164	5,2	3,76	27,04	150	205	6,5	4,7	33,8	150	205	6,5	4,7	33,8
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Напій з шипшини	–	200	113,6	5,6	–	24	200	113,6	5,6	–	24	200	113,6	5,6	–	24
<b>Всього:</b>			547,24	25,58	13,91	81,57		667,24	30,88	17,35	99,33		683,27	32,46	17,61	101,48
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Молоко	(МП,Л)	150	76,3	4,7	3,8	5,9	180	91,56	5,64	4,56	7,08	200	101,73	6,26	5,06	7,86
Салат фруктовий з горіхами	(Г, Я)	50	98	1,5	4,9	11,6	50	98	1,5	4,9	11,6	50	98	1,5	4,9	11,6
Сир твердий	(МП,Л)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3
<b>Всього:</b>			205,6	8,5	11	20,5		220,86	9,44	11,76	21,68		231,03	10,06	12,26	22,46
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат з редиски з сметаною кип'яченою	(МП,Л)	100	61,07	2,68	3,92	3,77	100	61,07	2,68	3,92	3,77	100	61,07	2,68	3,92	3,77
Борщ з картоплею	–	200	129,1	2,3	4,4	20,6	250	161,4	2,9	5,6	25,8	300	193,7	3,5	6,7	30,9
Котлети м'ясні	(Г, МП,Л)	60	84,49	8,11	5,19	1,46	80	112,66	10,81	6,92	1,95	100	140,82	13,51	8,68	2,44
Кус-кус	(Г)	120	156,1	4,7	2,6	26,4	150	218,3	5,8	4,8	32,8	150	218,3	5,8	4,8	32,8
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Сік фруктовий	–	200	98,7	1,2	–	22,5	200	98,7	1,2	–	22,5	200	98,7	1,2	–	22,5
Банани	–	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
<b>Всього:</b>			703,06	22,94	16,93	111,56		878,13	29,01	22,48	133,71		938,59	32,31	25,34	139,3
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Оладки з ягідним кюлі	(Г, МП,Л)	50/10	137,05	3,6	4	22,15	60/10	164,06	4,32	4,8	26,58	80/10	219,28	5,76	6,4	35,44
Компот із свіжих фруктів	–	100	64	0,2	–	16,9	100	64	0,2	–	16,9	100	64	0,2	–	16,9
<b>Всього:</b>			201,05	3,8	4	39,05		228,06	4,52	4,8	43,48		283,28	5,96	6,4	52,34
<b>Вечеря</b>																
Салат з запеченою капустою та родзинками	–	100	157,94	2,74	10,52	13,11	100	157,94	2,74	10,52	13,11	100	157,94	2,74	10,52	13,11
Пастуший пиріг з м'ясом курячим	(Г, МП,Л)	180	229,9	17,3	7,9	21,3	250	319,3	24	10,9	29,6	300	383,2	28,8	13,1	35,5
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Узвар із сухофруктів	–	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
<b>Всього:</b>			547,24	22,69	19,74	68,14		689,04	31,06	23,16	86,5		752,94	35,86	25,36	92,4

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Понеділок			Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,
3-й тиждень																
1		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Припущена морква, родзинки, кип'ячена сметана	(МП,Л)	75	74,5	1,1	2,4	12,2	75	74,5	1,1	2,4	12,2	75	74,5	1,1	2,4	12,2
Омлет Скрамбл	(Я, МП,Л)	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7
Молочна рисова каша	(МП,Л)	200	301	5	11,6	43	200	301	5	11,6	43	300	451,5	7,5	17,4	64,5
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Молоко	(МП,Л)	150	76,3	4,7	3,8	5,9	150	76,3	4,7	3,8	5,9	150	76,3	4,7	3,8	5,9
<b>Всього:</b>			620,5	18,2	26,7	74,8		667,5	19,2	28,7	81,5		818	21,7	34,5	103
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Какао з молоком	(МП,Л)	150	86,24	4,71	4,22	7,54	200	114,98	6,28	5,62	10,05	200	114,98	6,28	5,26	10,05
Салат фруктовий з горіхами	(ГР)	50	98	1,5	4,9	11,6	50	98	1,5	4,9	11,6	50	98	1,5	4,9	11,6
Сир твердий	(МП,Л)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3
<b>Всього:</b>			215,54	8,51	11,42	22,14		244,28	10,08	12,82	24,65		244,28	10,08	12,46	24,65
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат з капусти, огірків, сметани кип'яченої	(МП,Л)	100	53,81	1,69	2,79	4,34	100	53,8	1,69	2,79	4,34	100	53,8	1,69	2,79	4,34
Суп гороховий	(С)	200	107,6	4,4	2	15,4	250	134,5	5,5	2,5	19,5	300	161,4	6,7	3	23
Рибні нагетси	(Г, Р, Я)	100	162,56	16,15	3,08	20,72	105	170,7	17	3,2	21,8	140	227,6	22,6	4,3	29
Картопляне пюре ,	(МП,Л)	120	162,62	2,84	7,42	21,11	150	203,3	3,5	9,3	26,4	150	203,3	3,5	9,3	26,4
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25
Сік фруктовий	–	150	74	0,9	–	16,87	150	74	0,9	–	16,87	150	74	0,9	–	16,87
Яблука	–	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8
<b>Всього:</b>			680,99	27,38	15,9	105,24		801,7	30,99	18,59	125,71		885,5	37,79	20,19	136,41
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Сінабон з корицею	(Г, МП,Л, Я)	60	159,8	3,5	6,6	23,9	60	159,8	3,5	6,6	23,9	60	159,8	3,5	6,6	23,9
Йогурт	(МП,Л)	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10
<b>Всього:</b>			245,8	7,5	9,6	33,9		245,8	7,5	9,6	33,9		245,8	7,5	9,6	33,9
<b>Вечеря</b>																
Салат з овочів та яєць	(Я)	100	65,09	2,54	4,48	3,26	100	65,09	2,54	4,48	3,26	100	65,09	2,54	4,48	3,26
Чахохбілі з куркою	(Г, МП,Л)	75	164,1	9,21	11,73	5,73	100	218,8	12,28	15,64	7,64	150	328,2	18,42	23,46	11,46
Каша пшенична	(Г)	120	151,92	4,84	3,32	25,24	150	189,9	6	4,2	31,5	150	189,9	6	4,2	31,5
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25
Кисіль із свіжих яблук	–	150	89	0,1	–	22	200	118	0,1	–	29,3	200	118	0,1	–	29,3
<b>Всього:</b>			538,11	17,69	19,74	71,23		704,79	22,92	24,72	96,7		814,19	29,06	32,54	100,52

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Вівторок			Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,
3-й тиждень																
1		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Салат з редиски, огірків, сметани кип'яченої	(МПЛ)	100	70	2,6	5,2	3,2	100	70	2,6	5,2	3,2	100	70	2,6	5,2	3,2
Курячий шніцель	(Г, Я)	70	148,5	13,1	6,9	11,3	100	212,09	18,7	9,85	16,19	120	254,5	22,4	11,8	19,4
Булгур	(Г)	120	132	3,7	3,8	22,3	150	165	4,7	4,8	27,9	150	165	4,7	4,8	27,9
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Какао з молоком	(МПЛ)	200	114,98	2,28	5,62	10,05	200	114,98	2,28	5,62	10,05	200	114,98	6,28	5,26	10,05
<b>Всього:</b>			536,48	23,68	23,52	56,85		680,07	31,28	29,47	74,04		722,48	38,98	31,06	77,25
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Молоко	(МПЛ)	180	91,56	5,64	4,56	7,08	180	91,56	5,64	4,56	7,08	200	101,7	6,2	5,06	7,86
Плов фруктовий	(Г, МПЛ)	80	120,4	1,6	2,4	24,4	80	120,4	1,6	2,4	24,4	100	150,5	2	3	30,5
<b>Всього:</b>			211,96	7,24	6,96	31,48		211,96	7,24	6,96	31,48		252,2	8,2	8,06	38,36
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Овочеve асорті	-	100	86,44	1,98	6,25	5,33	100	86,44	1,98	6,25	5,33	100	86,44	1,98	6,25	5,33
Борщ з картоплею	(Г)	200	129,1	2,3	4,4	20,6	250	161,4	2,9	5,6	25,8	300	193,7	3,5	6,7	30,9
Болоньезе з м'яса	(Г, МПЛ)	50	82,86	5,72	4,67	4,49	75	124,29	8,59	7,01	6,73	100	165,72	11,43	9,34	8,98
Вермішель відварена	(Г)	120	164	5,2	3,76	27,04	150	205	6,5	4,7	33,8	150	205	6,5	4,7	33,8
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Узвар із сухофруктів	-	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
Банани	-	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4
<b>Всього:</b>			693,1	18,95	20,6	107,59		860,23	25,39	25,5	131,85		933,96	28,83	28,93	139,2
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Запіканка сирна з бананом	(МПЛ, Я)	100	151,25	9,48	6,27	14,13	100	151,25	9,48	6,27	14,13	120	181,5	11,37	7,53	16,96
Сметанний соус	(МПЛ)	10	22,7	0,3	2	0,85	10	22,7	0,3	2	0,85	10	22,7	0,3	2	0,85
Кефір	(МПЛ)	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5
<b>Всього:</b>			236,45	13,28	11,37	19,98		236,45	13,28	11,37	19,98		266,7	15,17	12,63	22,81
<b>Вечеря</b>																
Салат зі свіжих помідорів, солодкого перцю	-	100	49,51	1,02	3,38	3,97	100	49,51	1,02	3,38	3,97	100	49,51	1,02	3,38	3,97
Курка тушена в соусі	(Г, МПЛ)	90	141,4	19,5	4,6	3,3	100	157,15	21,7	5,06	3,63	120	188,6	26	6,1	4,4
Каша гречана	-	120	132,7	4,1	3,1	24,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Напій з шипшини	-	180	102,24	5,04	-	21,6	180	102,24	5,04	-	21,6	180	102,24	5,04	-	21,6
<b>Всього:</b>			504,45	32,11	11,7	68		605,7	37,08	13,38	84,39		637,15	41,38	14,42	85,16

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність ккал	18-21 Білки, г	17-21 Жири, г	73-88 Вуглеводи,	Вихід, г	600-720 Енерго- цінність ккал	21-25 Білки, г	21-25 Жири, г	81-98 Вуглеводи,	Вихід, г	675-810 Енерго- цінність ккал	23-27 Білки, г	23-27 Жири, г	93-112 Вуглеводи, г
Середа																
3-й тиждень																
1		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Салат зі свіжих овочів	–	75	70	2,1	1,1	4,6	75	70	2,1	1,1	4,6	75	70	2,1	1,1	4,6
Рибні нагетси	(Г, Р, Я)	100	162,56	16,15	3,08	20,72	105	170,7	17	3,2	21,8	140	227,6	22,6	4,3	29
Каша пшоняна	–	120	130,8	3,48	4,32	19,44	150	164	4,4	5,4	24,3	150	164	4,4	5,4	24,3
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Молоко	(МП,Л)	150	76,3	4,7	3,8	5,9	150	76,3	4,7	3,8	5,9	180	91,56	5,64	4,56	7,08
<b>Всього:</b>			510,66	28,43	14,3	60,66		599	31,2	17,5	73,3		671,16	37,74	19,36	81,68
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Какао з молоком	(МП,Л)	150	86,24	4,71	4,22	7,54	200	114,98	6,28	5,62	10,05	200	114,98	6,28	5,26	10,05
Яблуко каркаде	–	75	57,35	0,5	0,32	11,61	75	57,35	0,5	0,32	11,61	100	76,46	0,67	0,42	15,48
Сир твердий	(МП,Л)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3
<b>Всього:</b>			174,89	7,51	6,84	22,15		203,63	9,08	8,24	24,66		222,74	9,25	7,98	28,53
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат "Весна"	–	100	63	2,2	4,7	2,8	100	63	2,2	4,7	2,8	100	63	2,2	4,7	2,8
Суп овочевий	–	200	106,4	2,7	1,9	18,1	250	133	3,4	2,3	22,7	300	159,6	4,1	2,8	27,2
Гуляш з вареного м'яса	(МП,Л)	75	102,75	12,68	4,5	2,78	100	137	16,9	6	3,7	150	205,5	25,35	9	5,55
Кус-кус	(Г)	120	156,1	4,7	2,6	26,4	150	195,1	5,8	3,3	33	150	195,1	5,8	3,3	33
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Компот із свіжих фруктів	–	150	33,3	0,4	–	7,5	150	33,3	0,4	–	7,5	150	33,3	0,4	–	7,5
Яблука	–	200	104,8	0,8	0,8	23,6	200	104,8	0,8	0,8	23,6	200	104,8	0,8	0,8	23,6
<b>Всього:</b>			637,35	25,48	16,5	91,18		784,2	32,5	21,1	110		879,3	41,65	24,6	116,35
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Вагрушка з сиром	(Г, МП,Л)	36	100	4,6	2,4	15	36	100	4,6	2,4	15	75	201	9,2	4,8	29,9
Йогурт	(МП,Л)	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10
<b>Всього:</b>			186	8,6	5,4	25		186	8,6	5,4	25		287	13,2	7,8	39,9
<b>Вечеря</b>																
Салат з яйцем та зеленим горошком	(Я, МП,Л)	100	127,98	7,95	7,35	7,51	100	127,98	7,95	7,35	7,51	100	127,98	7,95	7,35	7,51
Плов з курячим м'ясом	(МП,Л)	180	279,81	14,92	12,01	30,29	250	388,62	20,72	16,69	42,07	300	466,35	24,86	20,02	50,48
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Узвар із сухофруктів	–	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
<b>Всього:</b>			559,59	25,07	22,06	66,5		715,4	31,87	28,74	84,98		793,13	36,01	32,07	93,39

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Четвер			Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
3-й тиждень		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
1																
<b>Сніданок</b>																
Припущена морква з яблуком	-	75	55,7	0,6	2,7	7,3	75	55,7	0,6	2,7	7,3	75	55,7	0,6	2,7	7,3
Омлет Скрамбл	(Я, МПЛ)	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7
Молочна манна каша	(Г, МПЛ)	200	303	6,4	11,7	43	200	303	6,4	11,7	43	200	303	6,4	11,7	43
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25
Молоко	(МПЛ)	150	76,3	4,7	3,8	5,9	150	76,3	4,7	3,8	5,9	180	91,56	5,64	4,56	7,08
<b>Всього:</b>			600,7	18,1	25,31	74,9		645,7	19,1	25,5	84,9		660,96	20,04	26,26	86,08
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Бланманже	(МПЛ)	75	75,57	1,82	1,67	13,29	100	100,76	2,42	2,22	17,72	100	100,76	2,42	2,22	17,72
Фруктовий салат з горіхами	(ГР)	75	147	2,3	7,4	17,4	75	147	2,3	7,4	17,4	75	147	2,3	7,4	17,4
<b>Всього:</b>			222,57	4,12	9,07	30,69		247,76	4,72	9,62	35,12		247,76	4,72	9,62	35,12
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат зі свіжих помідорів з солодким перцем	-	75	37,1	0,8	2,5	3	75	37,1	0,8	2,5	3	75	37,1	0,8	2,5	3
Суп з гречаною крупою	-	200	81	2	0,4	13,4	25	102	2,5	0,5	16,8	300	122	3	0,6	20,1
Лініві голубці з м'ясом	(Г, МПЛ)	180	266,9	10,7	16,4	17,9	250	370,6	14,9	22,8	24,9	300	444,8	17,8	27,4	29,9
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25
Узвар із сухофруктів	-	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
Банани	-	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
<b>Всього:</b>			628,8	16,2	20,41	89,8		798,5	21,9	27,1	110,2		892,7	25,3	31,8	118,5
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Сирники із сиру з сметаною кип'яченою	(Г, МПЛ, Я)	50	143	8,6	7,3	10,3	60	171,6	10,32	8,76	12,36	60	171,6	10,32	8,76	12,36
Кефір	(МПЛ)	100	50	2,8	2,48	4	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5
<b>Всього:</b>			193	11,4	9,78	14,3		234,1	13,82	11,86	17,36		234,1	13,82	11,86	17,36
<b>Вечеря</b>																
Салат з запеченої капусти та родзинок	-	75	118,46	2,05	7,89	9,83	100	157,94	2,74	10,52	13,11	100	157,94	2,74	10,52	13,11
Курка тушена в соусі	(Г, МПЛ)	90	141,4	19,5	4,6	3,3	100	157,15	21,7	5,06	3,63	120	188,6	26	6,1	4,4
Каша ячнева	(Г)	120	115,2	2,72	0,32	17,28	150	144	3,4	0,4	21,6	150	144	3,4	0,4	21,6
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25
Напій з шипшини	-	150	85,2	4,2	-	18	150	85,2	4,2	-	18	180	102,24	5,04	-	20,6
<b>Всього:</b>			528,26	29,47	13,02	63,41		657,29	34,04	16,38	81,34		705,78	39,18	17,42	84,71

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
П'ятниця			Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго-цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,
3-й тиждень		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
1																
<b>Сніданок</b>																
Салат з яйцем та зеленим горошком	(Я, МПЛ)	100	127,98	7,95	7,35	7,51	100	127,98	7,95	7,35	7,51	100	127,98	7,95	7,35	7,51
Куліш з курячим м'ясом	(Г, МПЛ)	180	277,5	15,8	12,6	27,5	200	308,4	17,4	13,6	30,6	250	385,5	22	17,4	38,2
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Йогурт	(МПЛ)	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10	125	86	4	3	10
<b>Всього:</b>			570,08	30,2	23,57	60,04		653,38	33,47	24,99	73,2		730,48	38,07	28,79	80,8
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Молоко	(МПЛ)	180	91,56	5,64	4,56	7,08	180	91,56	5,64	4,56	7,08	200	101,7	6,2	5,06	7,86
Яблуко каркаде	-	100	76,46	0,67	0,42	15,48	100	76,46	0,67	0,42	15,48	100	76,46	0,67	0,42	15,48
Сир твердий	(МПЛ)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3
<b>Всього:</b>			199,32	8,61	7,28	25,56		199,32	8,61	7,28	25,56		209,46	9,17	7,78	26,34
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат зі свіжих помідорів	-	75	55	0,8	4,5	2,7	100	74	1,1	6	3,5	100	74	1,1	6	3,5
Борщ український	(Г)	200	121	2,2	6,1	14,1	250	152	2,7	7,7	17,7	300	182	3,3	9,2	21,2
Печеня по-домашньому з куркою	(Г, МПЛ)	200	254	19,4	7,9	24,5	250	317,5	24,3	9,9	30,6	300	381	29,1	11,8	36,7
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Сік фруктовий	-	150	74	0,9	-	16,87	150	74	0,9	-	16,87	150	74	0,9	-	16,87
Яблука	-	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8
<b>Всього:</b>			635	26,15	19,52	85		800,9	33,52	25,04	105,56		894,4	38,92	28,44	115,16
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Оладки	(Г, Я, МПЛ)	50	137,05	3,6	4	22,15	50	137,05	3,6	4	22,15	80	219,28	5,76	6,4	35,44
Сметана кип'ячена	(МПЛ)	10	20,6	0,3	2	0,3	10	20,6	0,3	2	0,3	10	20,6	0,3	2	0,3
Компот із свіжих(заморожених) ягід	-	100	22,20	0,3	-	0,5	150	33,3	0,4	-	7,5	150	33,3	0,4	-	7,5
<b>Вечеря /Всього:</b>			179,85	4,2	6	22,95		190,95	4,3	6	29,95		273,18	6,46	8,4	43,24
Овочі припущені з соусом бешамель	(Г, МПЛ)	75	64,7	3	3,2	5,6	100	86,2	4	4,3	7,4	100	86,2	4	4,3	7,4
Чахохбілі з куркою	-	75	164,1	9,21	11,73	5,73	100	218,8	12,28	15,64	7,64	150	328,2	18,42	23,46	11,46
Рис відварений ,	-	120	164,1	3,7	3	30,2	150	205,2	4,7	3,8	37,7	150	205,2	4,7	3,8	37,7
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Кисіль вишневий	-	150	33,1	0,2	-	9,9	150	33,1	0,2	-	9,9	150	33,1	0,2	-	9,9
<b>Всього:</b>			504,6	18,56	18,55	66,46		674,3	25,3	24,78	87,73		783,7	31,44	32,6	91,55



Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Понеділок	4-й тиждень		Енерго- цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго- цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго- цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,
1		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
Сніданок																
Припущена морква, сир твердий, сметана кип'ячена	(МПЛ)	75	84,1	3,4	5,4	5,9	75	84,1	3,4	5,4	5,9	75	84,1	3,4	5,4	5,9
Омлет Скрамбл	(Я, МПЛ)	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7
Молочна гречана каша	(Г, МПЛ)	200	285	9	5,8	48,5	200	285	9	5,8	48,5	200	285	9	5,8	48,5
Хліб цілнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Молоко	(МПЛ)	150	76,3	4,7	3,8	5,9	150	76,3	4,7	3,8	5,9	180	91,56	5,64	4,56	7,08
<b>Всього:</b>			614,1	24,5	23,9	74		661,1	25,5	25,9	80,7		676,36	26,44	26,66	81,88
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Какао з молоком	(МПЛ)	200	114,98	2,28	5,62	10,05	200	114,98	2,28	5,62	10,05	200	114,98	6,28	5,26	10,05
Апельсин	-	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11
Сир твердий	(МПЛ)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3
<b>Всього:</b>			196,28	5,48	8,12	24,05		196,28	5,48	8,12	24,05		196,28	9,48	7,76	24,05
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат із свіжої капусти, огірків	-	100	55,76	1,39	3,21	4,25	100	55,76	1,39	3,21	4,25	100	55,76	1,39	3,21	4,25
Суп гороховий	(С)	200	107,6	4,4	2	15,4	250	134,5	5,5	2,5	19,5	300	161,4	6,7	3	23
Рибний закритий пиріг	(Г, Р)	150	160,43	10,06	5,58	18,03	225	240,7	15,1	8,4	27	300	320,9	20,1	11,2	36,1
Хліб цілнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Напій з шипшини	-	200	113,6	5,6	-	24	200	113,6	5,6	-	24	200	113,6	5,6	-	24
Банани	-	200	190	2,93	0,53	43,7	200	190	2,93	0,53	43,7	200	190	2,93	0,53	43,7
<b>Всього:</b>			698,39	26,38	13,32	115,38		852,56	33,52	18,64	135,15		959,66	39,72	21,94	147,75
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Вертуга з яблуком	(Г, МПЛ)	60	141,8	2,3	6,5	20,1	60	141,8	2,3	6,5	20,1	60	141,8	2,3	6,5	20,1
Кефір	(МПЛ)	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5
<b>Всього:</b>			204,3	5,8	9,6	25,1		204,3	5,8	9,6	25,1		204,3	5,8	9,6	25,1
<b>Вечеря</b>																
Салат зі свіжих овочів	-	100	93	2,8	1,5	6,1	100	93	2,8	1,5	6,1	100	93	2,8	1,5	6,1
Курячий шніцель	(Г, Я)	70	148,5	13,1	6,9	11,3	100	212,09	18,7	9,85	16,19	120	254,5	22,4	11,8	19,4
Рис розсипчастий	-	120	164,1	3,7	3	30,2	150	205,2	4,7	3,8	37,7	150	205,2	4,7	3,8	37,7
Хліб цілнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Чай з лимоном	-	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6
<b>Всього:</b>			539,6	21,8	13,4	65,2		691,29	29,4	19,15	84,29		733,7	33,1	21,1	87,5

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Вівторок			Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи, г
4-й тиждень		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Салат з редиски	-	75	45,8	2,01	2,94	2,83	75	45,8	2,01	2,94	2,83	75	45,8	2,01	2,94	2,83
Курячі нагетси	(Г, Я, МПЛ)	85	186,3	15,1	7,7	17,7	125	274	22,1	11,3	26	150	328,9	26,6	13,4	31,2
Вермішель відварена	(Г)	120	164	5,2	3,76	27,04	150	205	6,5	4,7	33,8	150	205	6,5	4,7	33,8
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Йогурт	(МПЛ)	125	86	4	3	10	100	68,8	3,2	2,4	8	100	68,8	3,2	2,4	8
<b>Всього:</b>			560,7	28,76	18,02	72,6		724,6	37,93	22,38	95,72		779,5	42,43	24,48	100,92
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Молоко	(МПЛ)	150	76,3	4,7	3,8	5,9	180	91,56	5,64	4,56	7,08	180	91,56	5,64	4,56	7,08
Яблуко Каркаде	-	150	114,7	1,01	0,63	23,22	150	114,7	1,01	0,63	23,22	200	152,93	1,34	0,84	30,96
<b>Всього:</b>			191	5,71	4,43	29,12		206,26	6,65	5,19	30,3		244,49	6,98	5,4	38,04
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат зі свіжих помідорів з солодким перцем	-	75	37,1	0,8	2,5	3	100	49,51	1,02	3,38	3,97	100	49,51	1,02	3,38	3,97
Борщ український	(Г, МПЛ)	200	121	2,2	6,1	14,1	250	152	2,7	7,7	17,7	300	182	3,3	9,2	21,2
Бефстроганов з вареного	(Г, МПЛ)	70	110,65	6,79	8,21	2,42	100	158,08	9,69	11,73	3,45	120	189,69	11,63	14,08	4,14
Кус-кус	(Г)	120	156,1	4,7	2,6	26,4	150	195,1	5,8	3,3	33	150	195,1	5,8	3,3	33
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Напій з шипшини	-	180	102,24	5,04	-	21,6	180	102,24	5,04	-	21,6	180	102,24	5,04	-	21,6
Яблука	-	200	82	0,8	-	19	200	82	0,8	-	19	200	82	0,8	-	19
<b>Всього:</b>			687,69	22,78	20,03	101,55		869,93	29,17	27,15	123,81		931,54	31,71	31	128
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Запіканка сирна	(МПЛ, Я, Г)	100	161,79	12,94	8,46	8,28	100	161,79	12,94	8,46	8,28	100	161,79	12,94	8,46	8,28
Сметана кип'ячена	(МПЛ)	10	20,6	0,3	2	0,3	10	20,6	0,3	2	0,3	10	20,6	0,3	2	0,3
Кефір	(МПЛ)	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5
<b>Всього:</b>			244,89	16,74	13,56	13,58		244,89	16,74	13,56	13,58		244,89	16,74	13,56	13,58
<b>Вечеря</b>																
Салат з овочів та яєць	(Я)	100	65,09	2,54	4,48	3,26	100	65,09	2,54	4,48	3,26	100	65,09	2,54	4,48	3,26
Курка по-італійськи	(Г, МПЛ)	60	74,4	12,1	2,5	1,1	85	105,4	17,2	3,5	1,5	100	123,99	20,23	4,14	1,77
Каша гречана	-	120	132,7	4,1	3,1	24,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Узвар із сухофруктів	-	200	107,7	0,3	0,9	24,9	200	107,7	0,3	0,9	24,9	200	107,7	0,3	0,9	24,9
<b>Всього:</b>			458,49	21,49	11,6	68,39		574,99	29,36	13,82	84,85		593,58	32,39	14,46	85,12

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.					
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність ккал	18-21 Білки, г	17-21 Жири, г	73-88 Зуглеводи,	Вихід, г	600-720 Енерго- цінність ккал	21-25 Білки, г	21-25 Жири, г	81-98 Зуглеводи,	Вихід, г	675-810 Енерго- цінність ккал	23-27 Білки, г	23-27 Жири, г	93-112 Зуглеводи,	
Середа	4-й тиждень	1	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																	
Овочева асорті	-	100	86,44	1,98	6,25	5,33	100	86,44	1,98	6,25	5,33	100	86,44	1,98	6,25	5,33	
Рибні котлети	(Р, Г)	90	79,82	13,58	2,22	3,15	100	88,69	15,09	2,47	3,5	120	106,42	18,11	2,96	4,2	
Каша пшенична	(Г)	120	151,92	4,84	3,32	25,24	150	189,9	6	4,2	31,5	150	189,9	6	4,2	31,5	
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7	
Молоко	(МПЛ)	180	91,56	5,64	4,56	7,08	200	101,7	6,2	5,06	7,86	200	101,7	6,2	5,06	7,86	
<b>Всього:</b>			480,74	28,04	18,35	50,8		584,73	32,27	21,98	64,89		602,46	35,29	22,47	65,59	
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5	
<b>II Сніданок</b>																	
Какао з молоком	(МПЛ)	150	86,24	4,71	4,22	7,54	200	114,98	6,28	5,62	10,05	200	114,98	6,28	5,26	10,05	
Запіканка морквяно-яблучна	(Г, МПЛ, Я)	60	89,86	2,1	4,24	10,77	60	89,86	2,1	4,24	10,77	80	119,81	2,82	5,65	14,36	
Сир твердий	(МПЛ)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	
<b>Всього:</b>			207,4	9,11	10,76	21,31		236,14	10,68	12,16	23,82		266,09	11,4	13,21	27,41	
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131	
<b>Обід</b>																	
Салат з редиски, огірків, яйця, сметани кип'яченої	(Я, МПЛ)	75	53	2	3,9	2,4	75	53	2	3,9	2,4	75	53	2	3,9	2,4	
Суп з рисовою крупою	-	200	122,3	2,4	3,5	20,2	250	152,8	3	4,3	25,2	300	183,4	3,6	5,2	30,3	
Гуляш з вареного м'яса	(Г)	70	91,5	6,54	5,71	3,67	100	130,72	9,43	8,16	5,24	120	156,86	11,21	9,79	6,29	
Булгур	(Г)	120	132	3,7	3,8	22,3	150	165	4,7	4,8	27,9	150	165	4,7	4,8	27,9	
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25	
Узвар із сухофруктів	-	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	
Банани	-	200	190	2,93	0,53	43,7	200	190	2,93	0,53	43,7	200	190	2,93	0,53	43,7	
<b>Всього:</b>			737,6	18,77	18,35	125,97		885,32	24,26	22,79	148,14		942,06	26,64	25,32	154,29	
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5	
<b>Підвечірок</b>																	
Ватрушка з сиром	(Г, МПЛ, Я)	36	100	4,6	2,4	15	36	100	4,6	2,4	15	36	100	4,6	2,4	15	
Йогурт	(МПЛ)	125	86	4	3	10	200	137,6	6,4	4,8	16	200	137,6	6,4	4,8	16	
<b>Всього:</b>			186	8,6	5,4	25		237,6	11	7,2	31		237,6	11	7,2	31	
<b>Вечеря</b>																	
Салат із свіжих помідорів, огірків	-	100	71	1	6	3,2	100	71	1	6	3,2	100	71	1	6	3,2	
Курка тушена в соусі	(Г, МПЛ)	90	141,4	19,5	4,6	3,3	100	157,15	21,7	5,06	3,63	120	188,6	26	6,1	4,4	
Овочева паелья	(Г)	120	160,6	3,5	4,4	26,5	150	200,7	4,4	5,4	33,1	150	200,7	4,4	5,4	33,1	
Хліб житній	(Г)	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,4	25	50	113	2	0,4	25	
Чай з лимоном	-	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6	
<b>Всього:</b>			504	25,2	15,21	55,6		604,85	29,3	16,86	72,53		636,3	33,6	17,9	73,3	

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
Четвер			Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,	0	Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,
4-й тиждень		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
1																
<b>Сніданок</b>																
Припущена морква, сир твердий, сметана кип'ячена	(МПЛ)	75	84,1	3,4	5,4	5,9	75	84,1	3,4	5,4	5,9	100	112,16	4,57	7,17	7,88
Омлет Скрамбл	(Я, МПЛ)	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7	50	97,7	5,4	6,9	3,7
Молочна манна каша	(Г, МПЛ)	200	303	6,4	11,7	43	200	303	6,4	11,7	43	200	303	6,4	11,7	43
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Кефір	(МПЛ)	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5	125	62,5	3,5	3,1	5
<b>Всього:</b>			618,3	20,7	29,1	67,6		665,3	21,7	31,1	74,3		693,36	22,87	32,87	76,28
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Бланманже	(МПЛ)	150	125,1	4,24	1,25	24,23	150	125,1	4,24	1,25	24,23	150	125,1	4,24	1,25	24,23
Фруктовий салат з	(Гор)	50	98	1,5	4,9	11,6	50	98	1,5	4,9	11,6	75	147	2,3	7,4	17,4
<b>Всього:</b>			223,1	5,74	6,15	35,83		223,1	5,74	6,15	35,83		272,1	6,54	8,65	41,63
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Салат "Весна"	-	100	63	2,2	4,7	2,8	100	63	2,2	4,7	2,8	100	63	2,2	4,7	2,8
Суп овочевий	-	200	106,4	2,7	1,9	18,1	250	133	3,4	2,3	22,7	300	159,6	4,1	2,8	27,2
Печеня по-домашньому з куркою	(Г, МПЛ)	200	254	19,4	7,9	24,5	250	317,5	24,3	9,9	30,6	300	381	29,1	11,8	36,7
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Компот із свіжих фруктів (заморожених)	-	180	116	0,36	-	30,5	180	116	0,36	-	30,5	180	116	0,36	-	30,5
Яблука	-	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8
<b>Всього:</b>			662,8	27,06	16,9	97,7		799,9	33,66	21,3	115,1		890	39,16	23,7	125,7
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Сирники із сиру	(Г, МПЛ, Я)	60	177	10,08	6,96	18	60	177	10,08	6,96	18	60	177	10,08	6,96	18
Ягідне кюлі	-	10	13,46	0,11	0,06	3,12	10	13,46	0,11	0,06	3,12	25	33,65	0,28	0,15	7,8
Кисіль вишневий	-	125	27,6	0,2	-	6,2	150	33,1	0,2	-	7,4	200	44,1	0,3	-	9,9
<b>Всього:</b>			218,06	10,39	7,02	27,32		223,56	10,39	7,02	28,52		254,75	10,66	7,11	35,7
<b>Вечеря</b>																
Салат зі свіжих помідорів, солодкого перцю	-	100	49,51	1,02	3,38	3,97	100	49,51	1,02	3,38	3,97	100	49,51	1,02	3,38	3,97
Куліш з курячим м'ясом	(Г, МПЛ)	200	308,4	17,6	13,9	30,6	250	385,5	22	17,4	38,2	300	462,6	26,4	20,9	45,8
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Молоко	(МПЛ)	150	86,24	4,71	4,22	7,54	150	86,24	4,71	4,22	7,54	150	86,24	4,71	4,22	7,54
<b>Всього:</b>			515,15	25,33	23,5	52,11		639,25	30,73	29	66,41		716,35	35,13	32,5	74,01

Найменування страв	наявність алергену у складі готової страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-16 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
П'ятниця			Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи,	0	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Зуглеводи, 1
4-й тиждень																
1		2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6
<b>Сніданок</b>																
Салат із свіжої капусти, кропу, огірків	-	100	55,76	1,39	3,21	4,25	100	55,76	1,39	3,21	4,25	100	55,76	1,39	3,21	4,25
Чахохбілі з куркою	(Г, МПЛ)	75	164,1	9,21	11,73	5,73	100	218,8	12,28	15,64	7,64	150	328,2	18,42	23,46	11,46
Каша гречана	-	120	132,7	4,1	3,1	24,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1
Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Йогурт	(МПЛ)	200	137,6	6,4	4,8	16	200	137,6	6,4	4,8	16	200	137,6	6,4	4,8	16
<b>Всього:</b>			561,16	23,1	24,84	60,08		695,96	28,27	31,55	74,69		805,36	34,41	39,37	78,51
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>II Сніданок</b>																
Молоко	(МПЛ)	180	91,56	5,64	4,56	7,08	180	91,56	5,64	4,56	7,08	200	101,7	6,2	5,06	7,86
Пудинг манний	(Г, МПЛ, Я)	50	94,19	3,32	3,11	12,19	50	94,19	3,32	3,11	12,19	50	94,19	3,32	3,11	12,19
Ягідне кюлі	-	25	33,7	0,3	0,2	7,8	25	33,7	0,3	0,2	7,8	25	33,7	0,3	0,2	7,8
Сир твердий	(МПЛ)	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3	10	31,3	2,3	2,3	3
<b>Всього:</b>			250,75	11,56	10,17	30,07		250,75	11,56	10,17	30,07		260,89	12,12	10,67	30,85
<i>Енергетична цінність:</i>			630-735	21-25	21-24	88-103		720-840	25-29	25-29	98-114		810-945	27-32	27-32	112-131
<b>Обід</b>																
Овочеve асорті	-	100	86,44	1,98	6,25	5,33	100	86,44	1,98	6,25	5,33	100	86,44	1,98	6,25	5,33
Борщ з картоплею	(Г, МПЛ)	200	129,1	2,3	4,4	20,6	250	161,4	2,9	5,6	25,8	300	193,7	3,5	6,7	30,9
Ліниві голубці з яловичини	(Г, МПЛ, Я)	180	266,9	10,7	16,4	17,9	250	370,6	14,9	22,8	24,9	250	370,6	14,9	22,8	24,9
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Сік фруктовий	-	150	69	0,8	-	15,9	150	69	0,8	-	15,9	150	69	0,8	-	15,9
Банани	-	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
<b>Всього:</b>			725,04	19,73	27,87	96,56		913,44	26,2	35,89	118,82		945,74	26,8	36,99	123,92
<i>Енергетична цінність:</i>			105-210	3,6-7,2	3,5-7	14,7-29,5		120-240	4,2-8,4	4,2-8,4	16-32		135-270	4,6-9,3	4,6-9,2	18,7-37,5
<b>Підвечірок</b>																
Вертуга з яблуком	(Г, МПЛ)	60	141,8	2,3	6,5	20,1	80	189,1	3	8,7	26,8	100	236,34	3,77	10,87	33,56
Компот із свіжих(заморожених) ягід	-	150	33,3	0,4	-	7,5	180	40	0,5	-	9	180	40	0,5	-	9
<b>Вечеря /Всього:</b>			175,1	2,7	6,5	27,6		229,1	3,5	8,7	35,8		276,34	4,27	10,87	42,56
Салат з свіжої капусти, помідорів, огірків з сиром	(МПЛ)	75	53	2	3,7	2,8	75	53	2	3,7	2,8	75	53	2	3,7	2,8
Котлета по-міланськи з	(Г, Я, МПЛ)	100	253,52	18,4	11,08	23,64	100	253,52	18,4	11,08	23,64	125	316,9	23	13,9	29,5
Кус-кус	(Г)	120	156,1	4,7	2,6	26,4	150	195,1	5,8	3,3	33	150	195,1	5,8	3,3	33
Хліб пшеничний	(Г)	30	78,6	2,45	0,62	15,03	50	131	4,12	1,04	25,09	50	131	4,12	1,04	25,09
Чай з лимоном	-	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6	200/7	63	0,2	-	7,6
<b>Всього:</b>			604,22	27,75	18	75,47		695,62	30,52	19,12	92,13		759	35,12	21,94	97,99