

Додаток №2 до договору надання послуг
№ 37 від 02.09.2026 року

Примірне чотиритижневе сезонне меню для одноразового харчування учнів

ПОГОДЖЕНО

Начальник Черкаського міського управління
Головного управління Держпродспоживслужби в
Черкаській області



Марія ПАВЛОВА

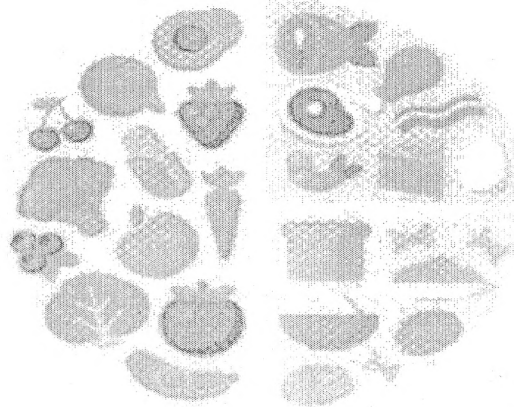
ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор департаменту освіти та
гуманитарної політики Черкаської
міської ради



Богдан БЄЛОВ

**ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОДНОРАЗОВОГО ХАРЧУВАННЯ УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДЬНОЇ ОСВІТИ
КОМУНАЛЬНОЇ ВЛАСНОСТІ МІСТА ЧЕРКАСИ
(сніданок, осінній період)**



ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Понеділок																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
ГЦ/-	1.54/1.4	Салат з пекінської капусти, моркви з медово-гірчичним соусом//Салат зі свіжих томатів з солодким перцем	100	1,29/1,17	1,27/3,15	7,02/6,78	55/59	120	1,93/1,4	1,9/3,78	10,53/9,14	69/70,8	120	1,93/1,4	1,9/3,78	10,53/9,14	69/70,8
Я, МЛ/Я, МП, Л/Я	179/173/	Драчена/омлет натуральний/Яйце відварне	50/58 (40 - нетто яйця)/1 шт	5,8/5,5/5,1	7,5/11,7/4,6	3,0/1,1/0,3	103/132/63	50/58 (40 - нетто яйця)/1 шт	5,8/5,5/5,1	7,5/11,7/4,6	3,0/1,1/0,3	103/132/63	50/58 (40 - нетто яйця)/1 шт	5,8/5,5/5,1	7,5/11,7/4,6	3,0/1,1/0,3	103/132/63
ЗП, Г/МП, Л	10.16/290	Кускус розсипчастий / Макарони (фузілі) з вершковим маслом	120	7,55/5,2	2,03/3,76	42,6/27,04	235/164	150	9,44/6,5	2,54/4,7	53,3/38,3	294/205	150	9,44/6,5	2,54/4,7	53,3/38,3	294/205
МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	348/350	Чай з лимоном/Чай	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,9	103
Харчова цінність (орієнтовно).		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				19,2	18	66,88	534,85		22,46	19,59	89,14	638,95		22,46	19,59	89,19	638,95
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				20,3	17,7	78,28	578,85		23,555	19,29	100,535	682,95		23,555	19,29	100,585	682,95
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				19,6	17,6	66,58	532,85		22,855	19,19	88,835	636,95		22,855	19,19	88,885	636,95
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			19,2	17,9	66,58	531,85		22,455	19,49	88,835	635,95		22,455	19,49	88,885	635,95	
ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Вівторок																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
	1.42/19	Салат з буряка та з селери з сиром/салат з капусти з сиром	75	2,37/2,92	4,07/5,94	6,52/4,24	71/84,85	100	3,16/3,9	5,43/7,92	8,69/5,65	94/113,14	100	3,16/3,9	5,43/7,92	8,69/5,65	94/113,14

МП, Л/-	9.24/ 9.17	Пастуший пиріг з курячим м'ясом /Печеня по-домашньому з куркою	175	20,19/ 19,5	7,63/15 ,24	19,82/ 22,48	225/ 278	250	28,22/ 27,9	10,90/ 17,49	28,31/ 32,12	322/ 303	300	34,62/3 3,4	13,08/1 8,9	33,98/38,5	386/ 364
МП, Л/-	13.1/	Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112
	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно)		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				30,90	22,54	59,56	548,225		41,22	27,21	78,755	676,07		47,17	29,005	84,78	738,57
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				32	22,24	70,96	592,225		42,32	26,91	90,155	720,07		48,27	28,705	96,18	782,57
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				31,3	22,14	59,26	546,225		41,62	26,81	78,455	674,07		47,57	28,605	84,48	736,57
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				30,9	22,44	59,26	545,225		41,22	27,11	78,455	673,07		47,17	28,905	84,48	735,57
ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Середя																	
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	6-11 років				Вихід страви, г	11-14 років				Вихід страви, г	14-18 років			
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність
К/ МП	1.2/ 19	Овочева асорті / Салат із капусти з сиром	100	1,64 2,92	4,49/ 5,94	4,83/ 4,24	64/ 84,85	120	2,19/ 3,9	5,99/ 7,92	6,44/ 5,65	85/ 110	120	2,19/ 3,9	5,99/ 7,92	6,44/ 5,65	85/ 110
Я, МП, Л, ЗП, Г/	9.1/ 9.3 (11.6)	Котлета по-міланськи з сиром /Шніцель курячий з кетчупом	88 (70 – нетто м'яса птиці)/ 70-15	22,35/ 18,9 0,19	6,57/ 3,35/ 0,01	17,67/ 10,05/ 1,92	223/ 147/8	125 (100 – нетто м'яса птиці)/ 100-20	24,12/ 23,01/ 0,26	9,45/ 4,78/ 0,02	25,39/ 14,36/ 2,56	320/ 210/ 11	150 (120-нетто м'яса птиці)/ 120-20	24,12/ 23,01/ 0,26	9,45/ 4,78/ 0,02	25,39/ 14,36/ 2,56	320/ 210/ 11
ЗП, Г	290/ 10.54	Каша пшенична/ булгур	120	5,88/ 5,2	3,96/ 30,8	32,88/ 36,48	192/ 202	150	7,4/ 6,51	5/ 38,5	41,1/ 45,6	241/ 252	150	7,4/ 6,51	5/ 38,5	41,1/ 45,6	241/ 252
	106/13.11	Лимонад/Узвар із суміші сухофруктів	200	0/0,64	0/0	26/15,34	104/62	200	0/0,64	0/0	26/15,34	104/62	200	0/0,64	0/0	26/15,34	104/62
Харчова цінність (орієнтовно)		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,40	0,40	10,40	45,00	100	0,40	0,40	10,40	45,00	100	0,40	0,40	10,40	45,00
				22,35	26,31	60,34	525,43		26,52	33,86	94,57	652,33		27,79	34,81	97,22	687,67
		або банан свіжий	100	1,50	0,10	21,80	89,00	100	1,50	0,10	21,80	89,00	100	1,50	0,10	21,80	89,00
				23,45	26,01	71,74	569,43		27,62	33,56	105,97	696,33		28,89	34,51	108,62	731,67
		або сливи свіжі	100	0,80	0,00	10,10	43,00	100	0,80	0,00	10,10	43,00	100	0,80	0,00	10,10	43,00
				22,75	25,91	60,04	523,43		26,92	33,46	94,27	650,33		28,19	34,41	96,92	685,67
		або груша свіжа	100	0,40	0,30	10,10	42,00	100	0,40	0,30	10,10	42,00	100	0,40	0,30	10,10	42,00

				22,35	26,21	60,04	522,43		26,52	33,76	94,27	649,33		27,79	34,71	96,92	684,67
ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Четвер																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/-	1.32/20	Салат з капусти, огірків та кропу/ Салат з овочів	100	1,51/2,8	2,89/1,5	5,08/6,1	49/93	120	1,81/3,36	3,46/1,8	6,09/7,32	58,8/111,6	120	1,81/3,36	3,46/1,8	6,09/7,32	58,8/111,6
Р, Я /Р, Я, ЗП,Г	7.7 (11.6)/7,6	Рибні палички з соусом кетчуп / Рибні фрикадельки	70-15 (60 – нетто риби)/60	12,11/0,19/10,44	2,59/0,01/1,59	13,45/1,92/1,2	128/8/61	105-20 (90 – нетто риби)/90	18,17/0,19/15,65	3,89/0,01/2,39	20,18/1,92/1,81	192/11/91	140 -20 (120 - нетто риби)/120	24,22/0,26/20,87	5,19/0,02/3,19	26,9/2,56/2,41	256/11/121
/МЛП,	10.24/4.5	Товчанка з бобовими/ сочевиця зі спеціями	120	4,67/2,88	2,95/3,72	22,96/30,96	136/169/	150	4,67/2,88	2,95/3,72	22,96/30,96	136/169/	150	4,67/2,88	2,95/3,72	22,96/30,96	136/169/
МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно)		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				30,545	12,485	86,905	571,05		35,16	17,635	102,625	737,45		40,795	15,545	106,285	784,45
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				31,645	12,185	98,305	615,05		36,26	17,335	114,025	781,45		41,895	15,245	117,685	828,45
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				30,945	12,085	86,605	569,05		35,56	17,235	102,325	735,45		41,195	15,145	105,985	782,45
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			17,115	8,1	73,69	568,05		15,665	8,625	84,625	734,45		15,665	8,625	84,625	781,45	
ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ																	
П'ятниця																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-ЛЦ	1.27/1.73	Салат з капусти та моркви /салат морквяно-апельсиновий з куркумою	100	1,59/1,13	3,11/0,81	6,56/10,27	56/48	120	1,9/1,36	3,73/0,98	7,9/12,33	67,2/57	120	1,9/1,36	3,73/0,98	7,9/12,33	67,2/57

МП,Л, Я, ЗП, Г/ МП, Л, Г	6.5/ 168	Запіканка сирна з бананом зі сметаною кип'яченою /Локшинник із сиром кисломолочним та сметаною кип'яченою	180/ 15 155/ 25	20,69/ 13,4/ 0,56	15,15/ 12,7/ 4	30,7/ 32,1/ 0,64	343/ 298/ 40,8	180/ 15 155/ 25	20,69/ 13,4/ 0,56	15,15/ 12,7/ 4	30,7/ 32,1/ 0,64	343/ 298/ 40,8	180/ 15 155/ 25	20,69/ 13,4/ 0,56	15,15/ 12,7/ 4	30,7/ 32,1/ 0,64	343/ 298/ 40,8
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
Харчова цінність (орієнтовно)		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				19,98	20,39	63,56	511,3		20,32	21,28	65,34	526,5		20,32	21,28	65,34	526,5
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				21,08	20,09	74,96	555,3		21,42	20,98	76,74	570,5		21,42	20,98	76,74	570,5
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				20,38	19,99	63,26	509,3		20,72	20,88	65,04	524,5		20,72	20,88	65,04	524,5
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
		19,98	20,29	63,26	508,3		20,32	21,18	65,04	523,5		20,32	21,18	65,04	523,5		
ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Понеділок																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність
-/-	1.4/ 1.32	Салат зі свіжих томатів з солодким перцем/ Салат з капусти, огірків та кропу	100	1,15/ 1,51	3,13/ 2,89	5/ 5,08	50/ 49	120	1,38/ 1,81	3,75/ 3,46	6/ 6,09	60/ 58,8	120	1,38/ 1,81	3,75/ 3,46	6/ 6,09	60/ 58,8
Г, Я, МП, Л, ЗП	5.4/5.7	Пухкий омлет з орегано/ фритата/ яйце варене	50/ 50	5,86/ 5,85/ 5,1	5,19/ 4,88/ 4,6	3,28/ 2,51/ 0,3	84/ 77/ 63	50/ 50	5,86/ 5,85/ 5,1	5,19/ 4,88/ 4,6	3,28/ 2,51/ 0,3	84/ 77/ 63	50/ 50	5,86/ 5,85/ 5,1	5,19/ 4,88/ 4,6	3,28/ 2,51/ 0,3	84/ 77/ 63
ЗП/ЗП	10.54/290	Булгур/ каша гречана розсипчаста	120	5,2/6,1 2	30,8/ 5,04	36,48/ 31,56	202/ 199	150	6,51/ 7,7	6,3/ 38,5	45,6/ 39,4	249/ 252	150	6,51/7, 7	6,3/ 38,5	45,6/ 39,4	249/ 252
МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	348/350	Чай з лимоном/Чай	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,9	103
		Фрукти сезонні в асортименті:	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
Харчова цінність (орієнтовно)		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				18,42	30,78	95,79	546,52		21,35	36,095	97,725	647,62		21,35	36,095	97,775	647,62

		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				19,52	30,48	91,3	590,52		22,45	35,795	109,125	691,62		22,45	35,795	109,175	691,62
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				18,82	30,38	79,6	544,52		21,75	35,695	97,425	645,62		21,75	35,695	97,475	645,62
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				18,42	30,68	79,6	543,52		21,35	35,995	97,425	644,62		21,35	35,995	97,475	644,62
ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Вівторок																	
				6-11 років					11-14 років					14-18 років			
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність
К/ГЦ	1.2/1.30	Асорті овочево/Салат з червоної капусти з соусом «Вінегрет»	100	2,19/1,63	5,99/3,45	6,44/5,99	85/58	120	2,62/1,95	7,18/4,14	7,7/7,18	102/69,6	120	2,62/1,95	7,18/4,14	7,7/7,18	102/69,6
ГЦ/ЗП, Г, Я/ЗП, Г, Я	9.14/9.28 (11.6)	Куряче стегно в гірничному соусі/Курячі палочки з соусом "Кетчуп"	50 (70 – нетто м'яса птиці)/64/15 (70 – нетто м'яса птиці)	7,55/17,56/0,19	11,48/2,42/0,01	0,47/5,2/1,92	131/112/8	72 (100 – нетто м'яса птиці)/96/20 (100 – нетто м'яса птиці)	10,86/26,34/0,26	16,52/3,63/0,02	0,67/7,8/2,56	188/168/11	85 (120 – нетто м'яса птиці)/110/20 (120 – нетто м'яса птиці)	10,86/26,34/0,26	16,52/3,63/0,02	0,67/7,8/2,56	188/168/11
МП, Л/МП, Л, Г, ЗП	164/10.16	Макарони (фузілі) відварні з маслом / кускус розсипчастий	120	5,2/7,55	3,76/2,03	27,04/42,6	164/235	150	6,5/9,44	4,7/2,54	33,8/53,3	205/294	150	6,5/9,44	4,7/2,54	33,8/53,3	205/294
МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/0,58	0/0,20	15,34/10,06	62/44	200	0,64/0,58	0/0,20	15,34/10,06	62/44	200	0,64/0,58	0/0,20	15,34/10,06	62/44
Харчова цінність (орієнтовно)		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				27,18	19,63	81,14	608,35		36,445	24,665	101,155	771,85		39,345	26,42	101,835	801,35
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				28,28	19,33	92,54	652,35		37,545	24,365	112,555	815,85		40,445	26,12	113,235	845,35
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				27,58	19,23	80,84	606,35		36,845	24,265	100,855	769,85		39,745	26,02	101,535	799,35
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				27,18	19,53	80,84	605,35		36,445	24,565	100,855	768,85		39,345	26,32	101,535	798,35

ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Середя																	
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
МП, Л, ГЦ/МП, Л	1.23/4.1	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку/ відварений горошок зелений	100	2,39/4,92	3,46/2,37	8,08/13,56	69/91	120	2,9/5,91	4,15/2,85	9,7/16,28	83/110	120	2,9/5,91	4,15/2,85 *	9,7/16,28	83/110
Г, ЗП/Г, МП, Л, Я, ЗП	9.9/9.3(11.6)	Чахохбілі з куркою / Шніцель курячий з соусом кетчуп	100 (70 – нетто м'яса птиці)/ 70-15	17,71/18,9/0,19	4,37/3,35/0,01	6,71/10,05/1,92	136/147/8	143 (100 – нетто м'яса птиці)/ 100-20	25,32/27,01/0,26	6,24/4,78/0,02	9,59/14,36/2,56	195/210/11	172 (120 – нетто м'яса птиці)/ 120-20	60,46/32,41/0,26	7,52/5,74/0,02	11,54/17,23/2,56	234/252/11
ЗП, Г/ЗП, Г	290/290	Каша пшенична/ Каша ячнева	120	5,88/4,08	3,96/4,0	32,88/25,92	192/156,8	150	7,4/5,1	5/5,0	41,1/32,4	241/196	150	7,4/5,1	5/5,0	41,1/32,4	241/196
МП, Л/-	13.1	Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,9	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				33,52	16,495	69,12	552,9		43,4	19,75	82,235	674,5		63,67	20,87	84,645	715
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				34,62	16,195	80,52	596,9		44,5	19,45	93,635	718,5		64,77	20,57	96,045	759
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				33,92	16,095	68,82	550,9		43,8	19,35	81,935	672,5		64,07	20,47	84,345	713
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				33,52	16,395	68,82	549,9		43,4	19,65	81,935	671,5		63,67	20,77	84,345	712
ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Четвер																	
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/-	1.27/-	Салат з капусти та моркви / Огірок свіжий	100	1,59/0,82	3,11/0	6,56/2,28	56/15,8	120	1,91/0,98	3,73/0	7,87/2,74	67,2/18,96	120	1,91/0,98	3,73/0	7,87/2,74	67,2/18,96
Р/ Р, Я, ЗП, Г	7.5/82 (97)	Риба тушкована з овочами під томатним соусом/ Котлети рибні з цибулевим соусом	60/12/60-15	10,29/10,1/0,16	3,15/1,78/0,61	2,01/0,58/6,7	76/58,78/33,01	90/18/90-20	15,44/15,2/0,21	4,73/2,7/0,82	3,01/0,87/8,94	114/88,16/44,01	120/24/120-20	20,5/20,2/0,21	6,3/3,56/0,82	4,01/1,16/8,94	152/117,55/44,01

МП, Л/ Л, МП	105/ 10.26	Пюре картопляне з маслом/ картопля запечена з маслом вершковим	120	2,72/ 2,76	4,32/ 4,96	19,6/ 23,71	129/ 149	150	3,4/ 3,46	5,4/ 6,19	24,5/ 29,64	161/ 187	150	3,4/ 3,46	5,4/ 6,19	24,5/ 29,64	161/ 187
МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,9	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				21,97	13,82	70,98	492,34		29,245	16,775	86,265	609,41		34,275	17,99	86,96	643,105
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				23,07	13,52	82,38	536,34		30,345	16,475	97,665	653,41		35,375	17,69	98,36	687,105
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				22,37	13,42	70,68	490,34		29,645	16,375	85,965	607,41		34,675	17,59	86,66	641,105
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				21,97	13,72	70,68	489,34		29,245	16,675	85,965	606,41		34,275	17,89	86,66	640,105
ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ																	
П'ятниця																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність
ГЦ/ Я	1.72/ 20	Салат з капусти, яблука з соусом вінегрет/ салат з овочів	100	2,8/ 0,94	1,5/ 6,93	6,1/ 5,33	93/ 91	120	3,36/ 1,13	1,8/ 8,31	7,32/ 6,39	111,6/ 109	120	3,36/ 1,13	1,8/ 8,31	7,32/ 6,39	111,6/ 109
Я, МП, ЗП, Л, Г/ЗП, Г, Я, МП	6.3/ 186	Запіканка сирна з ягідним кюлі/оладки із сиру кисломолочного зі сметаною (кип'яченою)	150/25	21,5/ 22,39	13,44/ 11,52	20,39/ 23,81	393/ 296	180/25	25,76/ 26,87	16,08/ 13,82	23,71/ 28,57	347/ 355	180/25	25,76/ 26,87	16,08/ 13,82	23,71/ 28,57	347/ 355
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/ 44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/ 44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/ 44
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				24,825	17,195	50,915	534,5		29,57	20,505	56,095	559,3		29,57	20,505	56,095	559,3
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				25,925	16,895	62,315	578,5		30,67	20,205	67,495	603,3		30,67	20,205	67,495	603,3
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				25,225	16,795	50,615	532,5		29,97	20,105	55,795	557,3		29,97	20,105	55,795	557,3
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				24,825	17,095	50,615	531,5		29,57	20,405	55,795	556,3		29,57	20,405	55,795	556,3

ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ																	
Понеділок																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/ГЦ	1.27/ 1.54	Салат з капусти та моркви/ Салат з пекінської капусти, моркви з медово-гірчичним соусом	100	1,59/ 1,29	3,11/ 1,27	6,56/ 7,02	56/ 46	120	1,9/ 1,54	3,73/ 1,52	7,87/ 8,42	67,2/ 55	120	1,9/ 1,54	3,73/ 1,52	7,87/ 8,42	67,2/ 55
Я, МП, Л/Я, МП, Л, ЗП, Г	173/5.13	Омлет натуральний/ фритата з сиром/ яйце варене	50/70	5,5/ 6,33/ 5,1	11,7/ 7,24/ 4,6	1,1/ 3,41/ 0,3	132/ 104/ 63	50/70	5,5/ 6,33/ 5,1	11,7/ 7,24/ 4,6	1,1/ 3,41/ 0,3	132/ 104/ 63	50/70	5,5/ 6,33/ 5,1	11,7/ 7,24/ 4,6	1,1/ 3,41/ 0,3	132/ 104/ 63
ЗП, Г/ЗП, Г	290/ 10.54	Каша ячнева/ булгур	120	4,08/ 5,2	4,0/ 30,8	25,92/ 36,48	156,8/ 202	150	5,1/ 6,51	5/ 38,5	32,4/ 45,6	196/ 252	150	5,1/ 6,51	5/ 38,5	32,4/ 45,6	196/ 252
МП, Л/-	13.1/	Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,9	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				19,20	33,16	63,59	504,67		20,90	35,34	65,47	503,17		20,90	37,96	73,62	564,27
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				20,30	32,86	74,99	548,67		22,00	37,66	85,02	608,27		22,00	37,66	85,02	608,27
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				19,60	32,76	63,29	502,67		21,30	37,56	73,32	562,27		21,30	37,56	73,32	562,27
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			19,20	33,06	63,29	501,67		20,90	37,86	73,32	561,27		20,90	37,86	73,32	561,27	
ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ																	
Вівторок																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
К/Л, МП	1.2/ 1.57	Асорті овочева/ Салат з червоної та білої капусти і солодким перцем	75	1,64/ 3,6	4,49/ 0,73	4,83/ 3,96	64/ 27,75	100	2,19/ 4,9	5,99/ 0,98	6,44/ 5,29	85/ 35	100	2,19/ 4,9	5,99/ 0,98	6,44/ 5,29	85/ 35
Г, МП, Л/Я, ЗП	9.11/ 9.6 (11.6)	Курка тушкована в соусі гуляш з кмином / Курячі нагетси з соусом кетчуп	70/ 88 (70 – нетто м'яса курки) -15	17,1/ 20,44/ 0,19	2,44/ 4,7/ 0,01	3,23/ 15,87/ 1,92	103/ 190	100/ 125 (100 – нетто м'яса курки)-20	24,44/ 29,04/ 0,26	3,48/ 6,68/ 0,02	4,61/ 22,55/ 2,56	147/ 270/ 11	120/ 150 (120 – нетто м'яса курки) -20	29,33/ 34,85/ 0,26	4,18/ 8,02/ 0,02	5,53/ 27,06/ 2,56	176/ 324/ 11

МП, Л, Г, ЗП/ Л, МП, Г, ЗП	164/10.16	Макарони відварні з вершковим маслом /кускус розсипчастий	120	5,2/ 2,72	3,76/ 4,32	27,04/ 19,6	164/ 129	150	6,5/ 3,4	4,7/ 5,4	33,8/ 24,5	205/ 161	150	6,5/ 3,4	4,7/ 5,4	33,8/ 24,5	205/ 161
МП, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				31,35	15,02	68,365	527,125		41,235	18,415	79,695	639,75		46,585	19,435	82,41	681,25
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				32,45	14,72	79,765	571,125		42,335	18,115	91,095	683,75		47,685	19,135	93,81	725,25
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				31,75	14,62	68,065	525,125		41,635	18,015	79,395	637,75		47,385	19,335	92,21	721,25
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				31,35	14,92	68,065	524,125		41,235	18,315	79,395	636,75		46,585	19,335	82,11	678,25
ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ																	
Середа																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність
МП, Л/МП, Л	1.68/ 27	Салат з буряка з м'яким сиром/ Салат з моркви і сиру	100	6,32/ 4,17	9,15/ 8,51	3,52/ 5,41	116/ 114,89	120	5/ 7,58	10,12/ 10,98	6,49/ 4,22	137,86/1 39,2	120	5/ 7,58	10,12/ 10,98	6,49/ 4,22	137,86/13 9,2
Г, ЗП/ Я, Г, ЗП	9.9/ 9.54	Чахохбілі з куркою/ Січеники з м'яса птиці	100 (70-нетт о м'яса курки) /81 (70 - нетто м'яса курки)	17,71/ 11,33	4,37/ 7,14	6,71 /5,69	136/ 132	143 (100 – нетто м'яса курки)/ 116(100- нетто м'яса курки)	25,32/ 16,22	6,24/ 10,22	9,59/ 8,15	195/ 189	172 (120 – нетто м'яса курки)/ 139 (120 - нетто м'яса курки)	30,46/1 9,44	7,52/ 12,25	11,54/ 9,76	234/ 227
МП, Л/	4.5/ 10.24	Сочевиця зі спеціями / ризото з зеленим горошком та твердим сиром	120	13,9/ 4,67	2,36/ 2,95	29,8/ 22,96	215/ 136	150	17,39/ 5,84	2,96/ 3,69	37,26/ 28,69	269/ 170	150	17,39/ 5,84	2,96/ 3,69	37,26/ 28,69	269/ 170
	350/348	Чай з лимоном/Чай	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103

Харчова цінність (орієнтовно):	Фрукти сезонні в асортименті:																
	або яблуко свіже		100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				31,63	18	67,595	564,245		42,475	23,105	86,09	730,53		46,655	24,76	87,87	769,03
	або банан свіжий		100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				32,73	17,7	78,995	608,245		43,575	22,805	97,49	774,53		47,755	24,46	99,27	813,03
	або сливи свіжі		100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				32,03	17,6	67,295	562,245		42,875	22,705	85,79	728,53		47,455	24,66	97,67	809,03
	або груша свіжа		100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			31,63	17,9	67,295	561,245		42,475	23,005	85,79	727,53		46,655	24,66	87,57	766,03	
ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ																	
Четвер																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/-	1.26/ 1.13	Салат з капусти, зеленого горошку та насіння соняшнику/Овочі свіжі (огірок або помідор)	100	3,43/ 0,82	6,08/ 0	6,74/ 2,28	93/ 15,8	120	1,32/ 0,98	7,2/0	3/2,74	82,8/ 18,96	120	1,32/ 0,98	7,2/0	3/2,74	82,8/ 18,96
Р/ Р, Я	7.5/7.6	Риба тушкована з овочами під томатним соусом/ рибні фрикадельки	60	10,29/ 10,44	3,15/ 1,59	2,01/ 1,2	76/ 61	90	15,44/ 15,65	4,73/ 2,39	3,01/ 1,81	114/ 91	120	20,58/ 20,87	6,3/ 3,19	4,01/ 2,41	152/ 121
МП, Л/-	105/ 48	Картопляне пюре з вершковим маслом /картопля смажена скибочками (з вареної картоплі)	120/5 120	2,72/ 1,92	4,32/ 9,73	19,6/ 8,76	128,8/ 130,43	150/5 150	3,4/ 2,41	4,32/ 12,17	19,6/ 10,96	128,8/ 163,04	150/5 150	3,4/ 2,41	4,32/ 12,17	19,6/ 10,96	128,8/ 163,04
МП, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	13.11/ 13.10	Узвар із суміші сухофруктів/ Напій з лимонів та апельсинів	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,34/ 2,76	62/ 14	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,34/ 2,76	62/ 14	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,34/ 2,76	62/ 14
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,9	103
Харчова цінність (орієнтовно):	Фрукти сезонні в асортименті:																
	або яблуко свіже		100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				17,51	13,415	49,615	388,315		23,52	16,625	58,22	476,3		28,7	17,81	59,07	510,3
	або банан свіжий		100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				18,61	13,115	61,015	432,315		24,62	16,325	69,62	520,3		29,8	17,51	70,47	554,3
	або сливи свіжі		100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				17,91	13,015	49,315	386,315		23,92	16,225	57,92	474,3		29,5	17,71	68,87	550,3
	або груша свіжа		100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42

			17,51	13,315	49,315	385,315		23,52	16,525	57,92	473,3		28,7	17,71	58,77	507,3	
ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ																	
П'ятниця																	
			6-11 років				11-14 років				14-18 років						
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
Л, МП, ГЦ/-	1.62/1.74	Салат з пекінської капусти з апельсином/Салат моркв'яний з родзинками	100	1,59/1,35	0,94/5,2	4,2/15,04	36/59	120	1,91/1,62	1,13/0,11	5,04/18,04	44/71	120	1,91/1,62	1,13/0,11	5,04/18,04	44/71
Я, МП, Л, ЗП, Г/Я, МП, Л, ЗП, Г	6.10/6.6	Сирники класичні зі сметаною кип'яченою / Львівський сирник з морквою та сметаною (кип'яченою)	110/25150/15	19,06/19,66	8,67/15,37	15,1/26,08	215/324	140/25180/15	24,26/23,5	11,04/18	19,21/31,21	273/384	140/25180/15	24,26/23,5	11,04/18	19,21/31,21	273/384
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				21,87	15,49	55,95	424		26,685	15,54	62,49	493		26,685	15,54	62,49	493
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				22,97	15,19	67,35	468		27,785	15,24	73,89	537		27,785	15,24	73,89	537
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				22,27	15,09	55,65	422		27,085	15,14	62,19	491		27,085	15,14	62,19	491
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			21,87	15,39	55,65	421		26,685	15,44	62,19	490		26,685	15,44	62,19	490	
ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Понеділок																	
			6-11 років				11-14 років				14-18 років						
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
ГЦ/ГЦ	1.72/1.54	Салат з капусти, яблука з соусом вінегрет/ Салат з пекінської капусти, моркви з медово-гірчичним соусом	100	0,94/1,29	6,93/1,27	5,33/7,02	91/55	120	1,13/1,93	8,31/1,9	6,39/10,53	109/69	120	2/1,93	1,94/1,9	16,56/10,53	87,6/69
Я/Я/Я	-/5.7/	Драчена/ фритага/яйце варене	50/50	5,8/5,8/5,1	7,5/4,88/4,6	3/2,51/0,3	103/77/63	50/50	5,8/5,8/5,1	7,5/4,88/4,6	3/2,51/0,3	103/77/63	50/50	5,8/5,8/5,1	7,5/4,88/4,6	3/2,51/0,3	103/77/63
ЗП, Г/МП, Л	10.16/290	Кус-кус розсипчастий / Макарони (фузіллі) з вершковим маслом	120	7,55/5,2	2,033,76	42,6/27,04	235/164	150	9,44/6,5	2,54/4,7	53,3/38,3	294/205	150	9,44/6,5	2,54/4,7	53,3/38,3	294/205

МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	350/348	Чай з лимоном/Чай	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,9	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				17,85	17,705	69,56	511,05		19,81	19,335	81,82	575,15		19,81	19,335	81,82	575,15
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				18,95	17,405	80,96	555,05		20,91	19,035	93,22	619,15		20,91	19,035	93,22	619,15
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				18,25	17,305	69,26	509,05		20,21	18,935	81,52	573,15		20,21	18,935	81,52	573,15
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				17,85	17,605	69,26	508,05		19,81	19,235	81,52	572,15		19,81	19,235	81,52	572,15

ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ

Вівторок

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	6-11 років				Вихід страви, г	11-14 років				Вихід страви, г	14-18 років			
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/-	-/1.31	Овочі свіжі(огірок або помідор)/салат з капусти з ароматною олією	75	0,62/1,32	0,0/2,32	2,28/4,19	11,85/41	100	0,98/1,76	0,0/3,09	2,28/5,59	15,8/54	100	0,98/1,76	0,0/3,09	2,28/5,59	15,8/54
МП, Л/-	9.24/9.17	Пастуший пиріг з курячим м'ясом /Печення по-домашньому з куркою	175	20,19/19,5	7,63/15,24	19,82/22,48	225/278	250	28,22/27,9	10,90/17,49	28,31/32,12	322/303	300	34,62/33,4	13,08/8,9	33,98/38,5	386/364
МП, Л/-	13.1/	Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				29,225	18,695	57,415	496,725		39,06	22,08	75,52	607,4		45,01	23,875	81,545	669,9
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				30,325	18,395	68,815	540,725		40,16	21,78	86,92	651,4		46,11	23,575	92,945	713,9
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				29,625	18,295	57,115	494,725		39,46	21,68	75,22	605,4		45,41	23,475	81,245	667,9
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				29,225	18,595	57,115	493,725		39,06	21,98	75,22	604,4		45,01	23,775	81,245	666,9

ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ

Середа

6-11 років				11-14 років				14-18 років			
------------	--	--	--	-------------	--	--	--	-------------	--	--	--

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
МП, Л/-	1.6/1.42	Салат з м'якого сиру та томатів/ Салат з буряка та селери з сиром	100	1,15/ 3,16	3,13/ 5,43	5/ 8,69	50/ 94	120	1,38/ 3,79	3,75/ 6,52	6/ 10,43	60/ 112,8	120	1,38/ 3,79	3,75/ 6,52	6/ 10,43	60/112,8
Г, ЗП/ Я, МП, Л, Г, ЗП	9.9/ 9.3 (11.6)	Чахохбілі з куркою/ Шніцель курячий з соусом кутчуп	100 (70-нетто м'яса курки)/70-15	17,71/ 18,9/ 0,19	4,37/ 3,35/ 0,01	6,71/ 10,05/ 1,92	136/ 147/ 8	143 (100 – нетто м'яса курки)/100-20	25,32/ 27,01/ 0,26	6,24/ 4,78/ 0,02	9,59/ 14,36/ 2,56	195/ 210/ 11	172 (120 – нетто м'яса курки)/120-20	30,46/ 32,41/ 0,26	7,52/ 5,74/ 0,02	11,54/ 17,23/ 2,56	234/ 252/ 11
МП, Л/-	4.21/ 10.24	Горохове пюре з зеленого горошку/Товчанка з бобовими	120	6,05/ 4,67	4,08/ 2,95	33,77/ 22,96	202/ 136	150	7,74/ 5,84	5,22/ 3,69	43,22/ 28,69	259/ 170	150	7,74/ 5,84	5,22/ 3,69	43,22/ 28,69	259/ 170
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				28,66	12,515	79,2	542,3		39,6	16,2	100,095	704,4		44,87	17,32	102,505	744,9
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				29,76	12,215	90,6	586,3		40,7	15,9	111,495	748,4		45,97	17,02	113,905	788,9
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				29,06	12,115	78,9	540,3		40	15,8	99,795	702,4		45,27	16,92	102,205	742,9
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				28,66	12,415	78,9	539,3		39,6	16,1	99,795	701,4		44,87	17,22	102,205	741,9
ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Четвер																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
Л, МП/МП, Л	17/27	Салат з червоної та білої капусти і солодким перцем/салат з моркви та сиром	100	4,9/ 4,17	0,98/ 8,51	5,29/ 5,41	37/ 114,89	120	5,88/ 5	1,17/ 10,12	6,35/ 6,49	44/ 137,86	120	5,88/ 5	1,17/ 10,12	6,35/ 6,49	44/ 137,86
Р/ Р, Я	7.16/7.9 (97)	Риба запечена з овочами/рибні січеники з цибулевим соусом	80 (60 - нетто риби)/60-15	9,62/ 19,96/ 0,16	1,33/ 31,09/ 0,61	1,86/ 2,73/ 6,7	57/ 61/ 33,01	120 (90- нетто риби)/90-20	14,435/ 14,94/ 0,21	2/ 1,63/ 0,82	2,79/ 4,09/ 8,94	86/ 91/ 44,01	160 (120 - нетто риби)/120-20	19,24/ 19,92/ 0,21	2,67/ 2,17/ 0,82	3,72/ 5,45/ 8,94	115/ 121/ 44,01

ЗП,Г/ ЗП,Г	290/290	Каша гречана / каша рисова (розсипчаста)	120	6,12/8	5,04/3,72	31,56/30,96	199/169	150	7,7/3,7	6,3/4,6	39,4/38,7	249/212	150	7,7/3,7	6,3/4,6	39,4/38,7	249/212
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				26,97	24,59	82,535	450,745		30,3475	12,03	102,31	643,43		35,24	12,635	103,505	672,93
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				28,07	24,29	93,935	494,745		31,4475	11,73	113,71	687,43		36,34	12,335	114,905	716,93
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				27,37	24,19	82,235	448,745		30,7475	11,63	102,01	641,43		35,64	12,235	103,205	670,93
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				26,97	24,49	82,235	447,745		30,3475	11,93	102,01	640,43		35,24	12,535	103,205	669,93
ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ																	
П'ятниця																	
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	6-11 років				Вихід страви, г	11-14 років				Вихід страви, г	14-18 років			
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність
-/К	1.27/1.2	Салат з капусти та моркви/Асорті овочеве	100	1,59/2,19	3,11/5,99	6,56/6,44	56/85	120	1,9/2,62	3,73/7,18	7,87/7,7	67,2/102	120	1,9/2,62	3,73/7,18	7,87/7,7	67,2/102
Я, МП, ЗП, Л, Г/Я, МП, Л, Г	6.3/ 6.1	Запіканка сирна з ягідним кюлі/вареники лінійні	150/25	21,5/22,39	13,44/11,52	20,39/23,81	393/296	180/25	25,76/26,87	16,08/13,82	23,71/28,57	347/355	180/25	25,76/26,87	16,08/13,82	23,71/28,57	347/355
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/0,58	0/0,20	15,34/10,06	62/44	200	0,64/0,58	0/0,20	15,34/10,06	62/44	200	0,64/0,58	0/0,20	15,34/10,06	62/44
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				26,985	14,985	72,33	586,5		31,84	17,93	79,505	607,3		31,84	17,93	79,505	607,3
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				28,085	14,685	83,73	630,5		32,94	17,63	90,905	651,3		32,94	17,63	90,905	651,3
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				27,385	14,585	72,03	584,5		32,24	17,53	79,205	605,3		32,24	17,53	79,205	605,3
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				26,985	14,885	72,03	583,5		31,84	17,83	79,205	604,3		31,84	17,83	79,205	604,3

1. Євген Клопотенко «Збірник рецептур страв для харчування дітей в закладах освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та закладах соціального захисту», Київ, 2024. – 882 с.

2. Збірник рецептур страв (технологічних карт) для харчування школярів, «Техніка», 1990

3. Євген Клопотенко Технологічні карти страв та виробів для харчування дітей віком від 6 до 18 років у закладах освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та дитячих закладах сфери соціального захисту, 2021 р.

4. Снігур М.І., Корешкова З.Т. Харчування дітей.- К.: Рад.шк., 1988. – 702с.

5. Євген Клопотенко «Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах», Львів: Литопіс, 2019

ПОГОДЖЕНО

Начальник Черкаського міського управління
Головного управління Держпродспоживслужби в
Черкаській області



Марія ПАВЛОВА

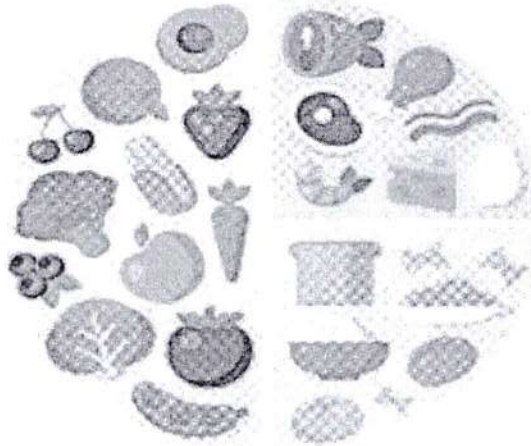
ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор департаменту освіти та
гуманитарної політики Черкаської
міської ради



Богдан БЄЛОВ

**ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОДНОРАЗОВОГО ХАРЧУВАННЯ УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДЬНОЇ ОСВІТИ
КОМУНАЛЬНОЇ ВЛАСНОСТІ МІСТА ЧЕРКАСИ
(сніданок, зимовий період)**



ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Понеділок																	
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
МП, Л/	1.26/20	Салат з червоної та білої капусти і солодким перцем/Салат з квашеної капусти та яблуками	100	4,9/1	0,98/9,4	5,29/9,4	37/128,8	120	5,88/1,2	1,17/11,28	6,35/11,28	44/154,56	120	5,88/1,2	1,17/11,28	6,35/11,28	44/154,56
Я/Я/Я	-/5.7/	Драчена/ фритата/яйце варене	50/50	5,8/5,8/5,1	7,5/4,8/8/4,6	3/2,51/0,3	103/77/63	50/50	5,8/5,8/5,1	7,5/4,8/8/4,6	3/2,51/0,3	103/77/63	5,8/5,8/5,1	7,5/4,8/8/4,6	3/2,51/0,3	103/77/63	81
ЗП/ЗП	10.54/290	Булгур/ каша гречана (розсипчаста)	120	5,2/6,1/2	30,8/5,04	36,48/31,56	202/192	150	6,51/7,7	6,3/38,5	45,6/39,4	249/252	150	6,51/7,7	6,3/38,5	45,6/39,4	249/252
МП, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	350	Чай з лимоном**/Чай	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				20,02	33,73	82,11	586,25		23,28	39,485	100,4	693,83		23,28	39,485	100,4	693,83
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				21,12	33,43	93,51	630,25		24,38	39,185	111,8	737,83		24,38	39,185	111,8	737,83
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				20,02	33,63	81,81	583,25		23,28	39,385	100,1	690,83		23,28	39,385	100,1	690,83
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				20,42	33,63	80,41	581,25		23,68	39,385	98,7	688,83		23,68	39,385	98,7	688,83
		або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
				20,52	33,53	81,21	581,25		23,78	39,285	99,5	688,83		23,78	39,285	99,5	688,83
ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Вівторок																	
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/ГЦ	1.31/1.45	Салат з капусти з ароматною олією* / Вінегрет*	75	1,32/1,49	2,32/2,65	4,19/8,81	41/63	100	1,76/1,98	3,09/3,53	5,59/11,75	54/84	100	1,76/1,98	3,09/3,53	5,59/11,75	54/84

Г, ЗП/ Я, МП, Л, Г, ЗП	9.9/ 9.3	Чахохбілі з куркою*/ Шніцель курячий з соусом кетчуп	100 (70-нетто м'яса курки) /70-15	17,71/1 8,9/0,1 9	4,37/ 3,35/0, 01	6,71 /10,05/1,92	136/ 147/8	143 (100 – нетто м'яса курки)/ 100-20	25,32/ 27,01/0 ,26	6,24/ 4,78/0, 02	9,59/ 14,36/2,56	195/ 210/11	172 (120 – нетто м'яса курки)/ 120-20	30,46/3 2,41/0, 26	7,52/ 5,74/0, 02	11,54/17,23/ 2,56	234/ 250/11
ЗП, Г/МП, Л	10.16/ 290	Кускус розсипчастий / Макарони (фузілли) з вершковим маслом**	120	7,55/ 5,2	2,03 3,76	42,6/ 27,04	235/ 164	150	9,44/ 6,5	2,54/ 4,7	53,3/38,3	294/ 205	150	9,44/ 6,5	2,54/ 4,7	53,3/38,3	294/ 205
МЛ, Л	13.1	Какао з молоком*	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,1	112
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				32,95	14,265	99,325	652,83		47,445	17,275	123,14	837,94		52,715	18,395	125,53	878,44
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				34,05	13,965	110,725	696,83		48,545	16,975	134,54	881,94		53,815	18,095	136,93	922,44
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				32,95	14,165	99,025	649,83		47,445	17,175	122,84	834,94		52,715	18,295	125,23	875,44
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				33,35	14,165	97,625	647,83		47,845	17,175	121,44	832,94		53,115	18,295	123,83	873,44
		або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
				33,45	14,065	98,425	647,83		47,945	17,075	122,24	832,94		53,215	18,195	124,63	873,44

ПЕРШІЙ ТИЖДЕНЬ

Середа

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність
-/-	23/ 1.39	Салат з моркви та капусти /салат з буряка з ароматною олією	75	1,09/ 1,11	1,57/ 2,33	4,76/ 7,39	37,51/ 52	100	1,45/1, 48	2,09/3, 1	6,35/9,85	50,01/ 69	100	1,45/1, 48	2,09/3, 1	6,35/9,85	50,01/ 69
МП, Л/-	9.24/ 9.17	Пастуший пиріг з курячим м'ясом /Печеня по-домашньому з куркою	175	20,19/ 19,5	7,63/15 ,24	19,82/ 22,48	225/ 278	250	28,22/ 27,9	10,90/ 17,49	28,31/ 32,12	322/ 303	300	34,62/3 3,4	13,08/1 8,9	33,98/38,5	386/ 364
МП, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45

Харчова цінність (орієнтовно):		23,815	14,145	65,475	465,055		33,615	17,79	84,905	582,005		39,565	19,585	90,93	644,505	
	або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
			24,915	13,845	76,875	509,055		34,715	17,49	96,305	626,005		40,665	19,285	102,33	688,505
	або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			23,815	14,045	65,175	462,055		33,615	17,69	84,605	579,005		39,565	19,485	90,63	641,505
	або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
			24,215	14,045	63,775	460,055		34,015	17,69	83,205	577,005		39,965	19,485	89,23	639,505
	або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
			24,315	13,945	64,575	460,055		34,115	17,59	84,005	577,005		40,065	19,385	90,03	639,505

ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ

Четвер																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність
-/-	8/1.26	Салат з капусти із зеленим горошком/ Салат з капусти, зеленого горошку та насіння соняшнику	100	2,25/ 3,43	6,95/ 6,08	6,09/ 6,74	95,92/ 93	120	2,7/ 4,116	8,34/ 7,296	7,31/ 8,088	115,10/11 1,6	120	2,7/ 4,116	8,34/ 7,296	7,31/ 8,088	115,10/11 1,6
Р, Я /Р, Я, ЗП,Г	7.7/ 7,6	Рибні палички з соусом кетчуп / Рибні фрикадельки	70-15 (60 – нетто риби)/ 60	12,11/0 ,19/10, 44	2,59/0, 01/ 1,59	13,45/1,92/ 1,2	128/8/ 61	105-20 (90 – нетто риби)/ 90	18,17/0 ,26 15,65	3,89/0, 02 2,39	20,18/2,56 1,81	192/11/ 91	140 -20(120 – нетто риби)/ 120	24,22/0 ,26/20, 87	5,19/0, 02/3,19	26,9/2,56/2, 41	256/11/12 1
ЗП,Г/ЗП, Г	290/ 290	Каша пшенична/ Каша ячнева	120	5,88/ 4,08	3,96/ 4,0	32,88/ 25,92	192/ 156,8	150	7,4/ 5,1	5/ 5,0	41,1/ 32,4	241/ 196	150	7,4/ 5,1	5/ 5,0	41,1/ 32,4	241/ 196
МП, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				26,925	17,745	86,75	613,41		35,618	21,358	107,394	764,6		41,253	22,408	111,054	811,6
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				28,025	17,445	98,15	657,41		36,718	21,058	118,794	808,6		42,353	22,108	122,454	855,6
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				26,925	17,645	86,45	610,41		35,618	21,258	107,094	761,6		41,253	22,308	110,754	808,6
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				27,325	17,645	85,05	608,41		36,018	21,258	105,694	759,6		41,653	22,308	109,354	806,6
	або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	

			27,425	17,545	85,85	608,41		36,118	21,158	106,494	759,6		41,753	22,208	110,154	806,6	
ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ																	
П'ятниця																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність
К/ Л, МП, ГЦ	1.2/ 1.362	Асорті овочеве / Салат з пекінської капусти з апельсином	100	2,19/ 1,59	5,99/ 0,94	6,44/ 4,2	85/ 36	120	2,62/ 1,91	7,18/ 1,13	7,7/ 5,04	102/ 44	120	2,62/ 1,91	7,18/ 1,13	7,7/ 5,04	102/ 44
МП, Л, Я, ЗП, Г/Я, МП, Л, ЗП, Г	6.5/ 6.10	Запіданка сирна з бананом зі сметаною кип'яченою / Сирники класичні з сметаною кип'яченою	150/ 15 110/ 25	20,69/1 9,06/0, 56	15,15/8 ,67	30,7/ 15,1	343/ 215	180/ 15 110/ 25	20,69/1 9,06	15,15/8 ,67	30,7 15,1	343/ 215	180/ 15 110/ 25	20,69/1 9,06	15,15/8 ,67	30,7 15,1	343/ 215
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				16,34	15,875	51,32	437,5		23,15	16,565	52,37	450		23,15	16,565	52,37	450
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				17,44	15,575	62,72	481,5		24,25	16,265	63,77	494		24,25	16,265	63,77	494
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				16,34	15,775	51,02	434,5		23,15	16,465	52,07	447		23,15	16,465	52,07	447
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				16,74	15,775	49,62	432,5		23,55	16,465	50,67	445		23,55	16,465	50,67	445
		або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
		16,84	15,675	50,42	432,5		23,65	16,365	51,47	445		23,65	16,365	51,47	445		
ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Понеділок																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність
С/-	1.34/-	Салат з капусти, яблуком і селерою/ Овочі солоні	100	1,24/ 1	3,02/ 0,1	7,45/ 2	61/ 12,9	120	1,488/1 ,2	3,624/0 ,12	8,94/ 2,4	73,2/ 15,8	120	1,488/1 ,2	3,624/0 ,12	8,94/ 2,4	73,2/ 15,8
Г, Я, МП, Л, ЗП	5.4/5.7	Пухкий омлет з орегано/ фритата/ яйце варене	50/ 50	5,86/ 5,85/5, 1	5,19/ 4,88/4, 6	3,28/ 2,51/0,3	84/ 77/63	50/ 50	5,86/ 5,85/5, 1	5,19/ 4,88/4, 6	3,28/ 2,51/0,3	84/ 77/63	50/ 50	5,86/ 5,85/5, 1	5,19/ 4,88/4, 6	3,28/ 2,51/0,3	84/ 77/63

ЗП, Г/МП, Л	10.16/290	Кукурудзяний / Макарони (фузілі) з вершковим маслом	120	7,55/5,2	2,03/3,76	42,6/27,04	235/164	150	9,44/6,5	2,54/4,7	53,3/38,3	294/205	150	9,44/6,5	2,54/4,7	53,3/38,3	294/205
МЛ, Л	13.1	Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,1	112
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				21,51	15,445	74,605	529,92		24,55	16,722	94,87	628,67		24,55	16,722	94,85	628,67
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				22,61	15,145	86,005	573,92		25,65	16,422	106,27	672,67		25,65	16,422	106,25	672,67
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				21,51	15,345	74,305	526,92		24,55	16,622	94,57	625,67		24,55	16,622	94,55	625,67
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				21,91	8,895	66,15	413,3		24,95	16,622	93,17	623,67		24,95	16,622	93,15	623,67
		або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
				22,01	15,245	73,705	524,92		25,05	16,522	93,97	623,67		25,05	16,522	93,95	623,67
ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Вівторок																	
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність
-ЗП	-/5	Овочі солоні/ Салат з буряком та сухариками	75	0,75/1	0,075/2,3	1,5/6,8	9,67/53	100	1/1,3	0,1/3,1	2/9,1	12,9/70	100	1/1,3	0,1/3,1	2/9,1	12,9/70
Г, МП, Л, Я, ЗП	9.11/9.6 (11.6)	Курка тушкована в соусі гуляш з кмином / Курячі нагетси з соусом кетчуп	70/88 (70 – нетто м'яса курки) -15	17,1/20,44/0,19	2,44/4,7/0,01	3,23/15,87/1,92	103/190	100/125 (100 – нетто м'яса курки) -20	24,44/29,04/0,26	3,48/6,68/0,02	4,61/22,55/2,56	147/270/11	120/150 (120 – нетто м'яса курки) -20	29,33/34,85/0,26	4,18/8,02/0,02	5,53/27,06/2,56	176/324/11
ЗП, Г/ЗП, Г	290/10.54	Каша ячнева/ булгур	120	4,08/5,2	4,0/30,8	25,92/36,48	156,8/202	150	5,1/6,51	5/38,5	32,4/45,6	196/252	150	5,1/6,51	5/38,5	32,4/45,6	196/252
МП, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/0,58	0/0,2	15,34/10,06	62/44	200	0,64/0,58	0/0,2	15,34/10,06	62/44	200	0,64/0,58	0/0,2	15,34/10,06	62/44
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
		Фрукти сезонні в асортименті:															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				30,525	27,2175	81,21	569,085		41,155	33,73	102,78	727		46,505	34,75	105,495	763,5

Харчова цінність (орієнтовно):	або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	
			31,625	26,9175	92,61	613,085		42,255	33,43	114,18	771		47,605	34,45	116,895	812,5	
	або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	
			30,525	27,1175	80,91	566,085		41,155	33,63	102,48	724		46,505	34,65	105,195	765,5	
	або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	
			30,925	27,1175	79,51	564,085		41,555	33,63	101,08	722		46,905	34,65	103,795	763,5	
	або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	
			31,025	27,0175	80,31	564,085		41,655	33,53	101,88	722		47,005	34,55	104,595	763,5	
ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Середа																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
К/	1.23/ 1.39	Салат з квашеної капусти та яблук/ Салат із буряка з ароматною олією	100	1,84/ 1,48	4,31/ 3,1	8,21/ 9,85	88/ 69	120	2,20/ 1,77	5,18/ 3,72	9,85/ 11,8	106/ 82,8	120	2,20/ 1,77	5,18/ 3,72	9,85/ 11,8	106/ 82,8
Я, МП, Л, ЗП,Г/	9.1/ 9.3	Котлета по-міланськи з сиром /Шніцель курячий з соусом кетчуп	88 (70 – нетто м'яса птиці)/ 70-15	22,35/1 8,9/0,1 9	6,57/ 3,35/0, 01	17,67/ 10,05/1,92	223/ 147/8	125 (100 – нетто м'яса птиці)/ 100-20	24,12/ 23,01/0, 26	9,45/ 4,78/0, 02	25,39/ 14,36/2,56	320/ 210/11	150 (120-нетто м'яса птиці)/ 120-20	28,54/2 2,41/0, 26	11,34/5 7,4/0,0 2	30,47/17,23 /2,56	384/ 252/11
-/-	10.24/4.5	Товчанка з бобовими/ сочевиця зі спеціями	120	4,67/ 13,9	2,95/ 2,36	22,96/ 29,8	136/ 215	150	5,8/17, 39	3,6/2,9 6	28,69/ 37,26	170/269	150	5,8/17, 39	3,6/2,9 6	28,69/ 37,26	170/269
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				34,17	12,305	83,67	575,2		34,765	15,49	94,075	715,1		36,675	16,915	98,05	768,1
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				35,27	12,005	95,07	619,2		35,865	15,19	105,475	759,1		37,775	16,615	109,45	812,1
		або сливи свіжі	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				34,17	12,205	83,37	572,2		34,765	15,39	93,775	712,1		36,675	16,815	97,75	765,1
		або груша свіжа	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				34,57	12,205	81,97	570,2		35,165	15,39	92,375	710,1		37,075	16,815	96,35	763,1
		або мандарин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
			34,67	12,105	82,77	570,2		35,265	15,29	93,175	710,1		37,175	16,715	97,15	763,1	
	або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	

			30,935	22,095	80,245	549,2		35,6	15,75	95,02	684,6		37,51	17,175	98,995	737,6	
ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Четвер																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
МП, Л/-	1.6/1.42	Салат з м'якого сиру та томатів/ Салат з буряка та селери з сиром	100	1,15/3,16	3,13/5,43	5/8,69	50/94	120	1,38/3,79	3,75/6,52	6/10,43	60/112,8	120	1,38/3,79	3,75/6,52	6/10,43	60/112,8
Р/Р, Я, ЗП, Г	7.5/82	Риба тушкована з овочами під томатним соусом/ Котлети рибні	60/12/60	10,29/10,1	3,15/1,78	2,01/0,58	76/58,78	90/18/90	15,44/15,2	4,73/2,7	3,01/0,87	114/88,16	120/24/120	20,5/20,2	6,3/3,56	4,01/1,16	152/117,55
МП, Л/-	105/48	Картопляне пюре з вершковим маслом /картопля смажена скибочками (з вареної картоплі)	120/5120	2,72/1,92	4,32/9,73	19,6/8,76	128,8/130,43	150/5150	3,4/2,41	4,32/12,17	19,6/10,96	128,8/163,04	150/5150	3,4/2,41	4,32/12,17	19,6/10,96	128,8/163,04
	350	Чай з лимоном/Чай	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				17,1	14,53	60,43	438,805		24,46	18,095	71,885	544,4		29,49	19,31	72,53	578,095
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				18,2	14,23	71,83	482,805		25,56	17,795	83,285	588,4		30,59	19,01	83,93	622,095
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				17,1	14,43	60,13	435,805		24,46	17,995	71,585	541,4		29,49	19,21	72,23	575,095
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				17,5	14,43	58,73	433,805		24,86	17,995	70,185	539,4		29,89	19,21	70,83	573,095
або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40		
			17,6	14,33	59,53	433,805		24,96	17,895	70,985	539,4		29,99	19,11	71,63	573,095	
ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ																	
П'ятниця																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
Л, МП, ГЦ/-	1.62/1.74	Салат з пекінської капусти з апельсином/Салат морквяний з родзинками	100	1,59/1,35	0,94/5,2	4,2/15,04	36/59	120	1,91/1,62	1,13/0,11	5,04/18,04	44/71	120	1,91/1,62	1,13/0,11	5,04/18,04	44/71

МП, Л, Я, Г/Я, МП, Л, Г	6.6/ 6.1 (11.13)	Львівський сирник з морквою та сметаною кип'яченою/ Вареники лінійні із соусом сметанним	150/ 15 150/20	19,66/2 2,39/0, 56	15,37/1 1,52/2, 8	26,08/ 23,81/1,7	324/ 296/35,2	180/ 15 180/25	23,5/ 26,87/0 ,70	18/13,8 2/3,61	31,21/ 28,57/2,08	384/ 355/44	180/15	23,5/ 26,87/0 ,70	18/13,8 2/3,61	31,21/ 28,57/2,08	384/ 355/44
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				21,85	13,965	54,1	431,5		26,855	16,94	61,855	504,8		26,855	16,94	61,855	504,8
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				22,95	13,665	65,5	475,5		27,955	16,64	73,255	548,8		27,955	16,64	73,255	548,8
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				21,85	13,865	53,8	428,5		26,855	16,84	61,555	501,8		26,855	16,84	61,555	501,8
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				22,25	13,865	52,4	426,5		27,255	16,84	60,155	499,8		27,255	16,84	60,155	499,8
		або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
				22,35	13,765	53,2	426,5		27,355	16,74	60,955	499,8		27,355	16,74	60,955	499,8
ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ																	
Понеділок																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність
-/К	1.27/ 1.2	Салат з капусти та моркви/ Асорті овочево	100	1,59/ 2,19	3,11/ 5,99	6,56/ 6,44	56/ 85	120	1,9/ 2,62	3,73/ 7,18	7,87/ 7,7	67,2/ 102	120	1,9/ 2,62	3,73/ 7,18	7,87/ 7,7	67,2/ 102
Я, МЛ/ Я, МП, Л/Я	179/ 173/	Драчена/омлет натуральний/ Яйце відварне	50/ 58 (40 - нетто яйця)/1 шт	5,8/ 5,5/ 5,1	7,5/ 11,7 4,6	3,0/ 1,1/ 0,3	103/ 132/ 63	50/ 58 (40 - нетто яйця)/1 шт	5,8/ 5,5/ 5,1	7,5/ 11,7 4,6	3,0/ 1,1/ 0,3	103/ 132/ 63	50/ 58 (40 - нетто яйця)/1 шт	5,8/ 5,5/ 5,1	7,5/ 11,7 4,6	3,0/ 1,1/ 0,3	103/ 132/ 63
ЗП, Г/ ЗП, Г	290/ 10.54	Каша ячнева/ булгур	120	4,08/ 5,2	4,0/ 30,8	25,92/ 36,48	156,8/ 202	150	5,1/ 6,51	5/ 38,5	32,4/ 45,6	196/ 252	150	5,1/ 6,51	5/ 38,5	32,4/ 45,6	196/ 252
МЛ, Л	13.1	Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,1	112
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				18,58	35,62	59,69	524,4		20,115	40,875	68,775	583,1		20,115	40,875	68,755	583,1
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				19,68	35,32	71,09	568,4		21,215	40,575	80,175	627,1		21,215	40,575	80,155	627,1
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42

			18,58	35,52	59,39	521,4		20,115	40,775	68,475	580,1		20,115	40,775	68,455	580,1	
	або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	
			18,98	35,52	57,99	519,4		20,515	40,775	67,075	578,1		20,515	40,775	67,055	578,1	
	або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	
			19,08	35,42	58,79	519,4		20,615	40,675	67,875	578,1		20,615	40,675	67,855	578,1	
ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ																	
Вівторок																	
			6-11 років				11-14 років				14-18 років						
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність
МП, Л/	1.26/20	Салат з червоної та білої капусти і солодким перцем/Салат з квашеної капусти та яблуками	100	4,9/1	0,98/9,4	5,29/9,4	37/128,8	120	5,88/1,2	1,17/11,28	6,35/11,28	44/154,56	120	5,88/1,2	1,17/11,28	6,35/11,28	44/154,56
ЗП, Г, Я/	9.54/9.11	Січеники з м'яса птиці / Курка тушкована у соусі гуляш із кмином	81 (70-нетто м'яса птиці) /70	11,31/7,1	7,14/2,44	5,69/3,23	132/103	116 (100-нетто м'яса птиці) /100	16,22/24,44	10,22/3,48	8,15/4,61	189/147	139 120-нетто м'яса птиці) /120	19,44/29,33	12,25/4,18	9,76/5,53	227/176
ЗП, Г/МП, Л	10.16/290	Кускус розсипчастий / Макарони (фузілі) з вершковим маслом	120	7,55/5,2	2,03/3,76	42,6/27,04	235/164	150	9,44/6,5	2,54/4,7	53,3/38,3	294/205	150	9,44/6,5	2,54/4,7	53,3/38,3	294/205
	13.11/13.10	Узвар із суміші сухофруктів/ Напій з лимонів та апельсинів	200	0,58/0,36	0,2/0,24	10,06/2,76	44/14	200	0,58/0,36	0,2/0,24	10,06/2,76	44/14	200	0,58/0,36	0,2/0,24	10,06/2,76	44/14
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				26,23	13,855	75,945	535,7		35,76	17,915	98,655	693,78		39,815	19,28	99,92	727,28
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				27,33	13,555	87,345	579,7		36,86	17,615	110,055	737,78		40,915	18,98	111,32	771,28
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				26,23	13,755	75,645	532,7		35,76	17,815	98,355	690,78		39,815	19,18	99,62	724,28
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				26,63	13,755	74,245	530,7		36,16	17,815	96,955	688,78		40,215	19,18	98,22	722,28
		або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
			26,73	13,655	75,045	530,7		36,26	17,715	97,755	688,78		40,315	19,08	99,02	722,28	
ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ																	
Середа																	

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/С	1,39/-	Салат з буряка з ароматною олією/ овочі солоні	100	1,48/1	3,1/0,1	9,85/2	69/12,9	120	1,77/1,2	3,72/0,12	11,82/2,4	82,8/15,48	120	1,77/1,2	3,72/0,12	11,82/2,4	82,8/15,48
Г, МП, Л, Я, ЗП/ Г, МП, Л, Я, ЗП	9.6/9.3	Курячі нагетси з соусом кетчуп /Шніцель курячий з соусом кетчуп	88-15 (70 – нетто м'яса птиці)/ 70-15	20,44/0,19/18,9/0,19	4,7/0,01/ 3,35/0,01	15,87/1,92/ 10,05/1,92	190/8147/8	125-20 (100 – нетто м'яса птиці)/ 100-20	29,04/0,26/ 27,01/0,26	6,68/0,02/ 4,78/0,02	22,55/2,56/ 14,36/2,56	270/11210/11	150-20 (120 – нетто м'яса птиці)/ 120-20	34,85/0,26/32,41/0,26	8,022/0,02/ 5,74/0,02	27,06/2,56/ 17,23/2,56	324/11/252/11
МП, Л/	4.5/10.24	Сочевия зі спеціями / ризото з зеленим горошком та твердим сиром	120	13,9/4,67	2,36/2,95	29,8/22,96	215/136	150	17,39/5,84	2,96/3,69	37,26/28,69	269/170	150	17,39/5,84	2,96/3,69	37,26/28,69	269/170
МП, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	350	Чай з лимоном/Чай	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				36,295	14,7	79,24	600,35		48,465	17,925	101,4	770,05		54,07	19,076	105,09	818,05
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				37,395	14,4	90,64	644,35		49,565	17,625	112,8	814,05		55,17	18,776	116,49	862,05
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				36,295	14,6	78,94	597,35		48,465	17,825	101,1	767,05		54,07	18,976	104,79	815,05
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				36,695	14,6	77,54	595,35		48,865	17,825	99,7	765,05		54,47	18,976	103,39	813,05
		або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
				36,795	14,5	78,34	595,35		48,965	17,725	100,5	765,05		54,57	18,876	104,19	813,05

ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ

Четвер

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
ГЦ/	1.23/48	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку/Салат з моркви з яблуками	100	2,39/1,3	3,46/3,1	8,08/9,1	69/70	120	2,86/1,56	4,15/3,72	9,69/10,92	82,8/84	120	2,86/1,56	4,15/3,72	9,69/10,92	82,8/84

Р, Я /Р, Я, ЗП,Г	7.7 (11.6)/ 7,6	Рибні палички з соусом кетчуп / Рибні фрикадельки	70-15 (60 – нетто рибн)/ 60	12,11/0 ,19/ 10,44	2,59/0, 01/ 1,59	13,45/1,92/ 1,2	128/8/ 61	105-20 (90 – нетто рибн)/ 90	18,17/0 ,19 15,65	3,89/0, 01/ 2,39	20,18/1,92/ 1,81	192/11/ 91	140 -20 (120 - нетто рибн)/ 120	24,22/0 ,26/ 20,87	5,19/0, 02/ 3,19	26,9/2,56/ 2,41	256/11/ 121
МП, Л/-	105/ 48	Картопляне пюре з вершковим маслом /картопля смажена скибочками (з вареної картоплі)	120/5 120	2,72/ 1,92	4,32/ 9,73	19,6/ 8,76	128,8/ 130,43	150/5 150	3,4/ 2,41	4,32/ 12,17	19,6/ 10,96	128,8/ 163,04	150/5 150	3,4/ 2,41	4,32/ 12,17	19,6/ 10,96	128,8/ 163,04
МП, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				21,71	17,355	69,045	514,465		29,515	23,66	83,87	632,87		35,15	21,57	87,53	679,87
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				22,81	17,055	80,445	558,465		30,615	23,36	95,27	676,87		36,25	21,27	98,93	723,87
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				21,71	17,255	68,745	511,465		29,515	23,56	83,57	629,87		35,15	21,47	87,23	676,87
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				22,11	17,255	67,345	509,465		29,915	23,56	82,17	627,87		35,55	21,47	85,83	674,87
або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40		
			22,21	17,155	68,145	509,465		30,015	23,46	82,97	627,87		35,65	21,37	86,63	674,87	
ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ																	
П'ятниця																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність
ЛМП, Л	1.74/118	Салат морквяний з розшинками/ рагу з овочів	100	1,35/ 2,53	0,09/ 6,2	15,04/ 10,86	59/ 110,66	120	1,62/ 3,04	0,11/ 7,44	18,04/ 13,04	71/132,8	120	1,62/ 3,04	0,11/ 7,44	18,04/ 13,04	71/132,8
МП,Л, Я, ЗП, Г/ МП, Л, Г	6.54 168	Запіканка сирна з яблуком та морквою /Локшинник із сиром кисломолочним та сметаною кип'яченою	150/ 15 150 25	19,21/1 3,4/0,5 6	14,23/1 2,7/4	19,81/ 32,1/0,64	287/298/ 40,8	180/ 15 180/ 25	22,96/1 3,4/0,5 6	16,63/1 2,7/4	23,68/ 32,1/0,64	339/298/4 0,8	180/ 15 180/ 25	22,96/1 3,4/0,5 6	16,63/1 2,7/4	23,68/ 32,1/0,64	339/298/4 0,8
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
		Фрукти сезонні в асортименті															

Харчова цінність (орієнтовно):		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				16,09	14,36	64,5	448,3		16,48	14,99	67,09	465,37		16,48	14,99	67,09	465,37
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				17,19	14,06	75,9	492,3		17,58	14,69	78,49	509,37		17,58	14,69	78,49	509,37
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				16,09	14,26	64,2	445,3		16,48	14,89	66,79	462,37		16,48	14,89	66,79	462,37
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				16,49	14,26	62,8	443,3		16,88	14,89	65,39	460,37		16,88	14,89	65,39	460,37
		або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
				16,59	14,16	63,6	443,3		16,98	14,79	66,19	460,37		16,98	14,79	66,19	460,37
ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Понеділок																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергocі нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергocі нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергocі нність
ГЦ/-	1,16/	Салат з моркви, яблук та соусом «Вінегрет»/ Овочі солоні	100	0,89/1	3,56/0,1	9,19/2	69/12,9	120	1,06/1,2	4,27/0,12	11,02/2,4	82,8/15,48	120	1,06/1,2	4,27/0,12	11,02/2,4	82,8/15,48
Г, Я, МП, Л, ЗП	5.4/5.7	Пухкий омлет з орегано/ фритата/ яйце варене	50/ 50	5,86/5,85/5,1	5,19/4,88/4,6	3,28/2,51/0,3	84/77/63	50/ 50	5,86/5,85/5,1	5,19/4,88/4,6	3,28/2,51/0,3	84/77/63	50/ 50	5,86/5,85/5,1	5,19/4,88/4,6	3,28/2,51/0,3	84/77/63
ЗП, Г/МП, Л	10.16/290	Кус-кус розсипчастий / Макарони (фузілі) з вершковим маслом	120	7,55/5,2	2,03/3,76	42,6/27,04	235/164	150	9,44/6,5	2,54/4,7	53,3/38,3	294/205	150	9,44/6,5	2,54/4,7	53,3/38,3	294/205
МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	350	Чай з лимоном/Чай	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,9	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				18,75	14,575	81,255	536,97		21,75	15,91	101,69	636,36		21,75	15,905	101,74	636,36
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				19,85	14,275	92,655	580,97		22,85	15,605	113,09	680,36		22,85	15,605	113,14	680,36
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				18,75	14,475	80,955	533,97		21,75	15,805	101,39	633,36		21,75	15,805	101,44	633,36
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				19,15	14,475	79,555	531,97		22,15	15,805	99,99	631,36		22,15	15,805	100,04	631,36
		або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
				19,25	14,375	80,355	531,97		22,25	15,705	100,79	631,36		22,25	15,705	100,84	631,36

ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Вівторок																	
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/-	1.31/5	Салат з капусти з ароматною олією / салат з буряком та сухариками	100	1,76/3,75	3,09/5,36	3,9/21,73	54/150,17	120	2,12/4,1	3,7/6,05	6,46/22,45	64,8/152,12	120	2,12/4,1	3,7/6,05	6,46/22,45	64,8/152,12
-/	9.11/9.6	Курка тушкована в соусі гуляш з кмином/Курачі нагетси	70/88 (70-нетто м'ясо птиці)	17,1/20,44	2,44/4,7	3,23/15,87	103/190	100/125 (100-нетто м'ясо птиці)	24,44/29,04	3,48/6,68	4,61/22,55	147/270	120/150 (120-нетто м'ясо птиці)	29,33/34,85	4,18/8,02	5,53/2	173/324
ЗП	290	Каша гречана / Каша рисова	120	6,12/2,88	5,04/3,72	31,56/30,96	199/169	150	7,7/3,7	6,3/4,6	39,4/38,7	249/212	150	7,7/3,7	6,3/4,6	39,4/38,7	249/212
МЛ, Л	13.1	Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,1	112
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				32,605	17,915	74,145	589,585		42,13	21,15	87,61	704,46		47,48	22,165	77,77	744,46
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				33,705	17,615	85,545	633,585		43,23	20,845	99,005	748,46		48,58	21,865	89,17	788,46
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				32,605	17,815	73,845	586,585		42,13	21,045	87,305	701,46		47,48	22,065	77,47	741,46
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				33,005	17,815	72,445	584,585		42,53	21,045	85,905	699,46		47,88	22,065	76,07	739,46
	або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	
			33,105	17,715	73,245	584,585		42,63	20,945	86,705	699,46		47,98	21,965	76,87	739,46	
ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Середа																	
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
ГЦ/-	1.26/1.23	Салат з капусти, зеленого горошку та насіння/ салат з капусти, моркви та зеленого горошку	75	2,57/1,79	4,56/2,59	5,06/6,06	70/52	100	3,43/2,39	6,08/3,46	6,74/8,08	93/69	100	3,43/2,39	6,08/3,46	6,74/8,08	93/69
МП, Л/-	9.24/9.17	Пастуший пиріг з курячим м'ясом /Печеня по-домашньому з куркою	175	20,19/19,5	7,63/15,24	19,82/22,48	225/278	250	28,22/27,9	10,90/17,49	28,31/32,12	322/303	300	34,62/34,3	13,08/18,9	33,98/38,5	386/364

МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				29,855	20,17	70,32	562,55		40,02	24,37	89,58	684,75		45,97	26,16	95,6	747,25
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				30,955	19,87	81,72	606,55		41,12	24,065	100,975	728,75		47,07	25,86	107	791,25
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				29,855	20,07	70,02	559,55		40,02	24,265	89,275	681,75		45,97	26,06	95,3	744,25
		або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				30,255	20,07	68,62	557,55		40,42	24,265	87,875	679,75		46,37	26,06	93,9	742,25
		або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
				30,355	19,97	69,42	557,55		40,52	24,165	88,675	679,75		46,47	25,96	94,7	742,25

ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ

Четвер

			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/МП, Л	37/1.39	Салат з квашеної капусти із зеленою цибулею/салат з буряка з ароматною олією	100	0,8/1,48	5,0/3,10	6,6/9,85	77/69	120	0,96/1,77	4,56/3,72	7,92/11,82	92,4/82,8	120	0,96/1,77	4,56/3,72	7,92/11,82	92,4/82,8
Р/Р, Я	7.16/7.9	Риба запечена з овочами/рибні січєники	80 (60 - нето риби)/60	9,62/9,96	1,33/1,09	1,86/2,73	57/61	120(90 - нетто риби)/90	14,43/14,94	2/1,63	2,79/4,09	86/91	160 (120 -нетто риби)/120	19,24/19,92	2,67/2,17	3,72/5,45	115/121
ЗП,Г/ЗП, Г	290/290	Каша пшенична/Каша ячєнева	120	5,88/4,08	3,96/4,0	32,88/25,92	192/156,8	150	7,4/5,1	5/5,0	41,1/32,4	241/196	150	7,4/5,1	5/5,0	41,1/32,4	241/196
МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64	0	15,34	62	200	0,64	0	15,34	62	200	0,64	0	15,34	62
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,85	103
Харчова цінність		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				22,18	14,2	78,87	527,25		29,79	16,16	97,35	656,65		34,685	16,76	98,495	686,15
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				30,955	19,87	81,72	606,55		41,12	24,065	100,975	728,75		47,07	25,86	107	791,25

(орієнтовно):	або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	
			22,18	14,1	78,57	524,25		29,79	16,055	97,05	653,65		34,685	16,66	98,195	683,15	
	або мандарин свіжий	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	
			22,58	14,1	77,17	522,25		30,19	16,055	95,65	651,65		35,085	16,66	96,795	681,15	
	або апельсин свіжий	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	
			22,68	14	77,97	522,25		30,29	15,955	96,45	651,65		35,185	16,56	97,595	681,15	
ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ																	
П'ятниця																	
Алерген	№ технологічної карти	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність
ТЦ	1.28/ 1.54	Салат з запеченої капусти з родзинками / Салат з пекінської капусти, моркви з медово-гірчичним соусом*	100	2,18/ 1,29	3,65/ 1,27	13,258/ 7,02	88/ 55	120	2,61/ 1,93	4,38/ 1,9	15,9/ 10,53	105,6/ 69	120	2,61/ 1,93	4,38/ 1,9	15,9/ 10,53	105,6/ 69
Я, МП, ЗП, Л, ЛЗП, Г, Я, МП	6.3/ 186	Запіканка сири з ягідним соусом/оладки із сиру кисломолочного зі сметаною (запіяченою)	150/25	21,5/22 39	13,44/1 1,52	20,39/23,81	393/296	180/25	25,76/2 6,87	16,08/1 3,82	23,71/28,5 7	347/355	180/25	25,76/2 6,87	16,08/1 3,82	23,71/28,57	347/355
	13.11/ 13.10	Увар із суміші сухофруктів/ Напій з лимонів та апельсинів*	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,34/ 2,76	62/ 14	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,34/ 2,76	62/ 14	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,34/ 2,76	62/ 14
Харчова цінність (орієнтовно):	Фрукти сезонні в асортименті																
	або яблуко свіже		100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				24,58	15,46	51,689	499		29,49	18,61	58,81	521,3		29,485	18,61	58,805	521,3
	або банан свіжий		100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				25,68	15,16	63,089	543		30,585	18,31	70,205	565,3		30,585	18,31	70,205	565,3
	або груша свіжа		100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				24,58	15,36	51,389	496		29,485	18,51	58,505	518,3		29,485	18,51	58,505	518,3
	або мандарин свіжий		100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40	100	0,8	0,3	8,7	40
				24,98	15,36	49,989	494		29,885	18,51	57,105	516,3		29,885	18,51	57,105	516,3
	або апельсин свіжий		100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
			25,08	15,26	50,789	494		29,985	18,41	57,905	516,3		29,985	18,41	57,905	516,3	

1. Євген Клопотенко «Збірник рецептур страв для харчування дітей в закладах освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та в закладах соціального захисту». Київ, 2024. – 882 с.
2. Збірник рецептур страв (технологічних карт) для харчування школярів, «Техніка», 1990
3. Євген Клопотенко Технологічні карти страв та виробів для харчування дітей віком від 6 до 18 років у закладах освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та дитячих закладах сфери соціального захисту, 2021 р.
4. Сибігур М.І., Корешков З.Т. Харчування дітей» К.: Рад. шк., 1988. – 702с.
5. Євген Клопотенко «Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах». Львів Литоніа, 2019

ЗАМОВНИК:

Черкаський міський академічний ліцей
«Перспектива»

Людмила ШАРАПА

ВИКОНАВЕЦЬ:

ТОВ «РАМЕЛАС УКРАЇНА»

Директор

Ярослав БУРЯКОВ

