

ПОГОДЖУЮ

Начальник Вінницького районного
Управління Головного управління
Держпродспоживслужби у
Вінницькій області

_____ Віктор БУРАВІНСЬКИЙ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор ЗДО «Золота рибка»

_____ Наталія КАЧАН

Перспективне чотиритижневе меню

для організації триразового харчування дітей віком від 2 до 6(7) років

ЗДО «Золота рибка» Якушинецької сільської ради

на весняний період 2024 року

Вівторок 1 тиждень															
Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Морква тушкована	45	45	65	0,78	0,78	1,04	2,06	2,06	2,58	5,04	5,04	6,72	38,38	38,38	49,68
Суп молочний з макаронами	175/1,8	180/1,8	200/2,5	5,7	5,7	6,2	5,2	5,2	6,0	16,8	22,8	25,7	136	160	181
Фрукти свіжі (яблука)	30	30	40	0,1	0,1	0,2	0,1	0,1	0,2	3,1	3,1	4,2	14	14	18
Компот із плодів сушених (родзинок)	160	160	190	0,4	0,4	0,4	0,0	0,0	0,0	13,8	22,1	25,9	52	84	98
Хліб цільнозерновий житній з сиром твердим	30/5	30/5	30/5	3,6	3,6	3,6	3,9	3,9	3,9	9,9	9,9	9,9	89	89	89
Всього за сніданок:				10,58	10,58	11,94	11,16	11,16	12,58	48,64	56,94	72,42	328,38	384,38	434,68
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Борщ український	150/4	150/4	200/5	1,26	1,26	1,75	2,42	2,42	3,1	7,98	7,98	10,57	57,32	57,32	74,4
Рибна паличка з яйцем	46	46	69	9,2	9,2	13,5	4,6	4,6	6,2	4,8	4,8	6,7	98	98	137
Каша гречана розсипчаста	82	82	103	4,2	4,2	5,3	2,6	2,6	3,2	21,2	21,2	26,6	125	125	157
Фрукти свіжі (банани)	65	65	85	1,0	1,0	1,3	0,1	0,1	0,1	14,2	14,2	18,5	58	58	76
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Всього за обід:				17,76	17,76	23,95	12,12	12,12	15	58,08	58,08	72,27	409	409	515,4
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Капуста тушкована	60	60	80	1,5	1,5	2,1	2,0	2,0	2,7	5,0	5,0	7,3	44	44	59
Котлета рублена з м'яса курки	58	58	77	10,3	10,3	13,9	4,0	4,0	5,3	8,3	8,3	11,4	112	112	149
Каша рисова розсипчаста	82	82	103	2,0	2,0	2,5	1,8	1,8	2,2	20,4	20,4	25,6	107	107	135
Молоко кип'ячене	160	160	190	4,5	4,5	5,4	4,0	4,0	4,8	7,6	7,6	9,0	83	83	99
Всього за вечерю:				18,3	18,3	23,8	11,8	11,8	14,8	41,3	41,3	53,2	346	346	442
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510

Середа 1 тиждень															
Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Суфле з вареного м'яса курки та рису	100	100	133	10,3	10,3	13,7	5,3	5,3	7,0	10,9	10,9	14,6	133	133	176
Овочеve рагу	115	115	135	1,9	1,9	2,3	3,7	3,7	4,2	11,5	11,5	13,7	85	85	101
Соус сметанно - томатний	20	20	20	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	1,4	1,4	1,4	10	10	10
Компот із плодів сушених (родзинок)	160	160	190	0,4	0,4	0,4	0,0	0,0	0,0	13,8	22,1	25,9	52	84	98
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Всього за сніданок:				15,0	15,0	18,8	11,7	11,7	13,9	47,5	55,8	65,5	351	383	456
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Суп овочевий зі сметаною	150/4	150/4	200/5	1,3	1,3	1,7	3,0	3,0	3,8	7,7	7,7	10,3	61	61	80
Мафіни з овочами та твердим сиром	63	63	84	10,9	10,9	14,3	10,4	10,4	14,7	3,8	3,8	5,1	152	152	209
Каша кукурудзяна розсипчаста	90	90	113	2,5	2,5	3,1	1,8	1,8	2,3	21,4	21,4	26,8	113	113	141
Фрукти свіжі (апельсин)	56	56	80	0,5	0,5	0,6	0,2	0,2	0,2	5,2	5,2	7,0	24	24	32
Чай	140	140	170												
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за обід:				16,1	16,1	20,7	15,6	15,6	21,2	53,0	53,0	64,2	418	418	530
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Буряк, тушкований в сметанному соусі	57	57	75	1,1	1,1	1,5	2,1	2,1	2,7	6,8	6,8	9,1	48	48	63
Пюре з бобових (гороху) з цибулею	100	100	125	9,7	9,7	12,2	3,0	3,0	3,6	22,7	22,7	28,4	167	167	208
Фрукти свіжі (банани)	65	65	85	1,0	1,0	1,3	0,1	0,1	0,1	14,2	14,2	18,5	58	58	76
Какао з молоком	135	135	160	4,5	4,5	5,4	3,8	3,8	4,6	7,2	7,2	8,7	80	80	96
Всього за вечерю:				16,3	16,3	20,3	9,0	9,0	11,0	50,9	50,9	64,7	353	353	443
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510

П'ятниця 1 тиждень															
Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Гарбуз запечений з яблуками	48	48	67	0,5	0,5	0,6	3,1	3,1	4,2	4,6	4,6	6,5	48	48	65
Суфле яєчне	75	75	75	6,8	6,8	6,8	7,5	7,5	7,5	6,0	6,0	6,0	119	119	119
Макаронні вироби відварені з маслом вершковим	82	82	106	3,0	3,0	3,9	1,8	1,8	2,2	19,6	19,6	25,5	108	108	140
Кисіль з какао	115	120	150	3,9	3,9	4,9	3,3	3,3	4,2	13,5	17,5	21,8	99	115	143
Фрукти свіжі (апельсини)	40	40	60	0,4	0,4	0,5	0,1	0,1	0,1	3,8	3,8	5,7	16	16	24
Всього за сніданок:				14,5	14,5	16,8	15,8	15,8	18,2	47,5	51,5	65,5	390	406	491
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Пюре бурякове	27	28	36	0,5	0,5	0,6	1,5	1,5	2,0	3,0	3,5	4,5	26	28	37
Суп з квасолі зі сметаною	150/4,5	150/4,5	200/6	5,0	5,0	6,7	4,6	4,6	6,4	13,7	13,7	18,3	114	114	153
Зрази картопляні з м'ясом курки "Човники"	120	120	155	11,8	11,8	15,4	5,8	5,8	7,1	18,8	18,8	23,4	174	174	217
Соус сметанный з томатом			7			0,3			1,8			0,8			21
Сік фруктовий	120	120	180	0,8	0,8	1,3	0	0	0	15,6	15,6	23,4	65	65	79
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за обід:				19,1	19,1	25,3	12,1	12,1	17,5	66,6	66,6	85,4	447	449	595
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Капуста тушкована	40	40	60	0,74	0,74	1,1	1,4	1,4	2,1	3,9	3,9	5,8	21	21	31
Хлібець рибний	48	48	72	7,9	7,9	11,9	3,3	3,3	4,2	3,5	3,5	5,2	76	76	106
Банош по-гуцульськи з сиром твердим	80/4	80/4	100/5	3,6	3,6	4,6	5,0	5,0	6,1	11,8	11,8	15,0	107	107	134
Компот із сухофруктів	140	140	160	0,9	0,9	1,0	0,0	0,0	0,0	10,2	17,2	19,6	41	67	77
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Всього за вечерю:				16,24	16,24	21,9	12,2	12,2	14,9	52,4	59,4	72,9	368	394	483
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510

Вівторок 2 тиждень															
Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Капуста тушкована	50	50	70	0,9	0,9	1,3	1,8	1,8	2,5	4,9	4,9	6,8	37	37	51,9
Суфле ячне	75	75	75	6,8	6,8	6,8	7,5	7,5	7,5	6,0	6,0	6,0	119	119	119
Каша пшенична розсипчаста з цибулею	101	101	127	4,1	4,1	5,1	2,4	2,4	3,0	25,6	25,6	31,9	142	142	177
Кисіль з яблук	150	158	180	0,19	0,19	0,24	0,0	0,0	0,0	9,36	17,34	20,58	39,42	69,74	83,1
Всього за сніданок:				11,99	11,99	13,44	11,7	11,7	13	45,86	53,84	65,28	337,42	367,74	431
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Овочі припущені в сметанному соусі	49	49	65	1,3	1,3	1,7	3,4	3,4	4,6	4,2	4,2	7,2	52	52	69
Суп український з галушками	150/15	150/15	200/20	1,8	1,8	2,4	2,8	2,8	3,4	12,4	12,4	16,4	82	82	105
Плов з м'яса курки	110	110	140	10,6	10,6	14,1	4,7	4,7	6,2	17,8	17,8	22,3	158	158	202
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Всього за обід:				16,7	16,7	21,5	13,4	13,4	16,7	57,3	57,3	73,2	416	416	518
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Пюре бурякове	27	28	36	0,5	0,5	0,6	1,5	1,5	2,0	3,0	3,5	4,5	26	28	37
Паличка куряча	45	45	60	10,2	10,2	13,6	4,4	4,4	5,7	5,7	5,7	7,5	104	104	135
Картопля запечена скибочками (з вареної)	65	65	80	1,6	1,6	2	1,82	1,82	2,4	13,84	13,84	17,3	77	77	98
Соус сметанный (на молоці)	35	35	48	1,0	1,0	1,6	2,4	2,4	4,0	4,7	4,7	6,7	45	45	69
Компот із плодів сушених (родзинок)	116	116	140	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	10,0	16,0	19,1	38	61	72
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за вечерю				14,5	14,5	19,0	10,4	10,4	14,3	52,2	58,7	70,1	358	382	479
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510

П'ятниця 2 тиждень															
Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Гарбуз запечений з яблуками	48	48	67	0,5	0,5	0,6	3,1	3,1	4,2	4,6	4,6	6,5	48	48	65
М'ясо курки в сметані	30/9	30/9	40/12	9,1	9,1	12,2	5,9	5,9	7,9	0,4	0,4	0,6	91	91	122
Полента (каша кукурудзяна запечена)	90	90	110	2,6	2,6	3,1	2,4	2,4	3,0	16,6	16,6	20,1	99	99	120
Фрукти свіжі (яблука)	30	30	40	0,1	0,1	0,2	0,1	0,1	0,2	3,1	3,1	4,2	14	14	18
Компот із суміші сухофруктів	100	100	150	0,2	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	5,5	10,5	15,7	20	39	59
Хліб цільнозерновий житній з сиром твердим	30/4	30/4	30/8	1,9	1,9	2,8	1,4	1,4	2,5	15,0	15,0	15,0	82	82	97
Всього за сніданок:				14,4	14,4	19,2	12,9	12,9	17,8	45,2	50,2	62,2	354	373	480
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Куліш пшоняний з фрикаделькою та сметаною	150/11/7	150/11/7	200/15/9	4,9	4,9	6,4	5,2	5,2	6,6	13,2	13,2	17,3	119	119	154
Курка по-італійськи (підлива)	26/8	26/8	35/12	6,6	6,6	8,9	2,7	2,7	3,6	1,3	2,4	3,2	56	60	79
Макаронні вироби відварені з маслом вершковим	82	82	106	3,0	3,0	3,9	1,8	1,8	2,2	19,6	19,6	25,5	108	108	140
Кисіль з яблук	150	158	180	0,19	0,19	0,24	0,0	0,0	0,0	9,36	17,34	20,58	39,42	69,74	83,1
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Всього за обід:				16,79	16,79	21,54	12,1	12,1	14,8	53,36	62,44	76,48	393,42	427,74	527,1
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Салат із буряку відвареного	40	40	50	0,72	0,72	0,9	1,6	1,6	2,0	7,4	7,4	9,2	50	50	63
Фалафель	77	77	96	9,1	9,1	11,4	2,2	2,2	3,0	24,4	24,4	30,6	150	150	190
Соус сметанный з томатом	7	7	16	0,3	0,3	0,6	1,8	1,8	3,7	0,8	0,8	1,1	21	21	40
Каша вівсяна в'язка	82	82	103	2,2	2,2	2,8	2,7	2,7	3,3	10,5	10,5	13,2	74	74	92
Напій лимонний	120	120	150	0,14	0,14	0,18	0,02	0,02	0,02	0,48	9,96	12,58	5,44	41,45	52,28
Всього за вечерю:				12,46	12,46	15,88	8,32	8,32	12,02	43,58	53,06	66,68	300,44	336,45	439,28
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510

Четвер 2 тиждень															
Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Ікра з моркви	65	65	75	1,0	1,0	1,2	2,7	2,7	3,1	6,4	6,4	7,5	50	50	58
Оладки з м'яса курки	70	70	93	10,9	10,9	14,5	5,5	5,5	7,1	5,3	5,3	7,0	115	115	149
Каша рисова розсипчаста з цибулею	101	101	127	2,4	2,4	3,0	2,3	2,3	2,9	23,7	23,7	29,9	127	127	159
Яйце варене	40	40	40	3,8	3,8	3,8	3,5	3,5	3,5	0,2	0,2	0,2	47	47	47
Молоко кип'ячене	100	100	125	2,9	2,9	3,6	2,5	2,5	3,1	3,5	3,5	4,4	59	59	74
Всього за сніданок:				21,0	21,0	26,1	16,5	16,5	19,5	39,1	39,1	49	398	398	487
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Борщ український	150	150	200	2,1	2,1	2,8	2,5	2,5	3,1	10,0	10,0	13,1	69	69	89
Суфле м'ясне з овочами	30	30	40	7,4	7,4	9,9	14,7	14,7	19,4	1,1	1,1	1,5	165	165	219
Каша ячмінна розсипчаста	90	90	113	2,5	2,5	3,1	1,8	1,8	2,3	21,4	21,4	26,8	112	112	141
Компот з сушених яблук	100	100	135	0,17	0,17	0,22	0,00	0,00	0,00	3,83	8,82	12,09	14,93	33,88	46,43
Фрукти свіжі (апельсин)	60	60	80	0,5	0,5	0,6	0,1	0,1	0,2	5,0	5,0	7,0	23	23	31
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за обід:				13,57	13,57	17,52	19,3	19,3	25,2	56,33	61,32	75,49	451,93	470,88	594,43
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Гарбуз, запечений з яйцем	55	55	73	2,5	2,5	3,3	3,3	3,3	4,4	3,3	3,3	4,5	52	52	69
Каша рідка гречана з молоком	170	176	210	7,7	7,7	9,2	5,7	5,7	6,8	26,9	33,4	40,8	189	214	259
Шарлотка яблучна	72	72	72	4,1	4,1	4,1	3,3	3,3	3,3	18,2	25,7	25,7	118	146	146
Чай	140	140	170												
Всього за вечерю:				13,9	13,9	17,0	13,1	13,1	16,7	50,3	58,3	65,6	359	412	476
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510

Четвер 3 тиждень															
Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Каша молочна манна	150	150	200	6	6	8	7,7	7,7	10,3	23,5	23,5	31,3	197	197	263
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Компот із суміші сухофруктів	100	100	150	0,2	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	5,5	10,5	15,7	20	39	59
Хліб цільнозерновий житній з маслом вершковим	30/2	30/2	30/2,5	1,02	1,0	1,0	1,8	1,8	2,2	15,0	15,0	15,0	82	82	86
Всього за сніданок:				7,12	7,12	9,2	9,5	9,5	12,5	57,6	57,6	74,9	361	361	471
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Ікра буряково-морквяна	30	30	50	0,4	0,4	0,6	1,6	1,6	2,6	2,5	2,5	4,1	26	26	42
Суп картопляний з макаронами	150	150	200	1,7	1,7	2,3	1,3	1,3	2,3	16,7	16,7	17,5	71	71	94
Курка по-італійськи (підлива)	36/10	36/11	48/12	9,2	9,2	12,3	3,8	3,8	5,0	1,8	3,3	4,4	78	84	110
Каша перлова розсипчаста	90	90	113	2,76	2,76	3,46	1,77	1,77	2,22	19,94	19,94	25,01	107,62	107,62	134,93
Сік фруктовий	120	120	180	0,1	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	19,1	19,1	28,6	82	82	122
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Всього за обід:				16,26	16,26	20,96	10,87	10,87	14,52	69,94	71,44	89,51	435,62	441,62	573,93
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Риба, запечена під молочним соусом	33/21	33/21	49/35	7,8	7,8	12,2	4,7	4,7	7,2	1,9	1,9	3,0	81	81	126
Картопляне пюре	91	91	114	2,0	2,0	2,5	2,1	2,1	2,7	14,5	14,5	18,2	85	85	106
Котлета морквяна під сметанним соусом	40/29	40/29	56/40	1,8	1,8	2,6	4,1	4,1	5,6	11,0	11,0	15,3	88	88	120
Фрукти свіжі (яблука)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	6,2	8,3	27	27	36
Напій лимонний	120	120	150	0,14	0,14	0,18	0,02	0,02	0,02	0,48	9,96	12,58	5,44	41,45	52,28
Всього за вечерю:				11,94	11,94	17,78	11,12	11,12	15,82	34,08	43,56	57,38	286,44	322,45	440,28
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510

Вівторок 3 тиждень															
Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Овочі припущені в сметанному соусі	59	59	78	1,3	1,3	1,7	3,4	3,4	4,6	4,2	4,2	7,2	52	52	69
Каша пшенична розсипчаста з цибулею	101	101	127	4,1	4,1	5,1	2,4	2,4	3,0	25,6	25,6	31,9	142	142	177
Кисіль молочний	145	150	180	4,2	4,2	5,1	3,8	3,8	4,5	11,3	18,8	22,5	95	124	148
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Всього за сніданок:				11,7	11,7	14,0	12,0	12,0	14,5	51,0	58,5	71,5	360	389	465
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Капуста тушкована	34	34	56	0,6	0,6	1				1,71	1,71	2,8	9,2	9,2	15,2
Суп польовий із сметаною	150/4	150/4	200/5	1,6	1,6	2,1	2,6	2,6	3,3	10,7	10,7	14,2	72	72	95
Биточки (особливі)	55	55	75	9,7	9,7	13,0	6,6	6,6	8,8	7,4	7,4	10,0	128	128	171
Макарони відварені з овочами	100	100	130	3,4	3,4	4,4	2,3	2,3	2,9	21,5	21,5	28,0	121	121	157
Компот із фруктів (яблук)	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за обід:				16,47	16,47	21,8	12	12	15,5	62,61	68,61	86,3	425,2	448,2	572,2
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Пюре морквяне	27	28	36	0,4	0,4	0,5	1,5	1,5	2,0	2,5	3,0	3,9	24	26	34
Нагетси з м'яса курки	56	56	75	11,5	11,5	15,4	4,6	4,6	6,1	12,2	12,2	16,6	138	138	183
Полента (каша кукурудзяна запечена)	90	90	110	2,6	2,6	3,1	2,4	2,4	3,0	16,6	16,6	20,1	99	99	120
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Компот із плодів сушених (родзинок)	116	116	140	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	10,0	16,0	19,1	38	61	72
Всього за вечерю:				15,6	15,6	20,5	8,6	8,6	11,2	54,4	60,9	77,0	352	376	481
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510

Середа 3 тиждень															
Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Салат із буряку відвареного	40	40	50	0,72	0,72	0,9	1,6	1,6	2,0	7,4	7,4	9,2	50	50	63
Філе м'яса курки запечене під сиром	55	55	73	10,7	10,7	14,4	7,6	7,6	10,1	1,9	2,4	3,6	119	121	161
Каша рисова в'язка	82	82	103	1,3	1,3	1,6	1,6	1,6	2,0	12,9	12,9	15,8	72	72	89
Компот із фруктів (яблук)	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за сніданок:				13,92	13,92	18,1	11,2	11,2	14,6	43,4	49,9	59,9	336	361	447
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Борщ з картоплею зі сметаною	150/4	150/4	200/5	1,04	1,04	1,42	2,98	2,98	3,84	6,67	7,57	10,06	55,48	58,48	78,64
Шніцель зі свинини	60	60	81	8,4	8,4	11,1	14,5	14,5	19,2	8,6	8,6	11,2	199	199	262
Каша вівсяна в'язка	82	82	103	2,22	2,22	2,77	2,67	2,67	3,34	10,53	10,53	13,16	74	74	92
Фрукти свіжі (апельсини)	60	60	80	0,5	0,5	0,6	0,1	0,1	0,2	5,0	5,0	7,0	23	23	31
Чай	140	140	170												
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за обід:				13,14	13,14	16,92	20,48	20,48	26,74	45,77	46,67	56,36	419,48	422,48	513,64
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Каша гарбузова	70	70	90	1,6	1,6	2	1,6	1,6	2	9,4	12,4	15,5	58	69	87
Зрази з сиру з курагою	90	95	120	14,77	14,77	18,3	8,93	8,93	11,05	33,31	38,3	48,1	270,26	289,21	360,74
Соус сметанный (на молоці)	35	35	48	1,0	1,0	1,6	2,4	2,4	4,0	4,7	4,7	6,7	45	45	69
Фрукти свіжі (яблука)	30	30		0,1	0,1		0,1	0,1		3,1	3,1		14	14	
Всього за вечерю:				17,47	17,47	21,8	13,13	13,13	16,95	50,51	58,5	70,3	387,26	417,21	516,74
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510

Понеділок 3 тиждень															
Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Морква тушкована в сметані	45	47	63	0,8	0,8	1	2,6	2,6	3,6	4,5	6,4	8,6	43	50	67
Гуляш з м'яса курки	32/18	32/18	43/24	9,4	9,4	12,6	3,8	3,8	5,1	4,0	4,0	5,6	88	88	117
Каша гречана в'язка	82	82	102	2,52	2,52	3,17	2,1	2,1	2,6	12,7	12,7	15,8	80	80	100
Кефір 2,5%	100	100	125	2,7	2,7	3,4	2,5	2,5	3,1	14,1	14,1	17,6	88	88	110
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за сніданок:				16,4	16,4	21,1	11,2	11,2	14,6	50,3	52,2	62,6	367	374	462
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Салат із буряка вареного	48	48	69	0,7	0,7	1,1	1,4	1,4	2,2	4,7	4,7	6,7	34	34	49
Суп овочевий зі сметаною	150/4	150/4	200/5	1,32	1,32	1,74	3,0	3,0	3,7	7,71	7,71	10,27	62	62	80
Котлета натуральна з філе м'яса курки панірована в сухарях	48	48	65	10,2	10,2	13,6	4,4	4,4	5,8	4,1	4,1	5,4	97	97	127
Каша рисова розсипчаста з цибулею	101	101	127	2,4	2,4	3,0	2,3	2,3	2,9	23,7	23,7	29,9	127	127	159
Фрукти свіжі (апельсини)	60	60	80	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,2	5,7	5,7	7,6	24	24	32
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Всього за обід:				17,3	17,3	22,2	13,6	13,6	17,2	55,8	55,8	69,8	415	415	518
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Капуста тушкована	50	50	70	0,9	0,9	1,3	1,8	1,8	2,5	4,9	4,9	6,8	37	37	52
Говчанка	114	114	140	5,8	5,8	7,1	3,1	3,1	3,7	22,7	22,7	27,9	139	139	170
Суфле яєчне	75	75	75	6,8	6,8	6,8	7,5	7,5	7,5	6,0	6,0	6,0	119	119	119
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Компот із сухофруктів	140	140	160	0,9	0,9	1,0	0,0	0,0	0,0	10,2	17,2	19,6	41	68	77
Всього за вечерю:				15,3	15,3	17,4	12,5	12,5	13,8	56,9	63,9	77,7	389	416	489
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510

П'ятниця 3 тиждень															
Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Каша пшонона в'язка	82	82	103	1,7	1,7	2,1	1,7	1,7	2,1	12,2	12,2	15,2	71	71	89
Морквяники з яблуками	75	78	117	2,3	2,3	3,3	2,3	2,3	3,4	17,2	19,7	28,7	95	104	153
Соус сметанный (на молоці)	35	35	48	1,0	1,0	1,6	2,4	2,4	4,0	4,7	4,7	6,7	45	45	69
Какао з молоком	120	120	160	4,0	4,0	5,4	3,4	3,4	4,6	6,5	6,5	8,8	72	72	96
Хліб цільнозерновий житній з сиром твердим	30/5	30/5	30/6	3,6	3,6	3,6	3,9	3,9	3,9	9,9	9,9	15,0	89	89	90
Всього за сніданок:				12,6	12,6	16	13,7	13,7	18	50,5	53	74,5	372	381	497
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Салат із буряку відвареного	48	48	69	0,9	0,9	1,08	1	1	2,19	4,6	4,6	6,7	31	31	47
Суп селянський з перловою крупою	150	150	200	1,3	1,3	1,8	2,2	2,2	2,7	8,8	8,8	11,7	59	59	77
Тюфтелька рибна в сметанно-томатному соусі	60/30	60/30	90/45	8,7	8,7	13,1	6,2	6,2	8,9	9,5	9,5	14,6	129	129	190
Каша кукурудзяна в'язка	82	82	102	1,9	1,9	2,4	1,8	1,8	2,1	16,5	16,5	20,6	90	90	113
Фрукти свіжі (банани)	45	45	80	0,7	0,7	1,2	0,1	0,1	0,1	9,8	9,8	17,4	40	40	71
Чай	140	140	170												
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Всього за обід:				15,6	15,6	21,58	13,7	13,7	18,39	59,1	59,6	80,9	420	420	569
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Кнелі із курятини з рисом в сметанно-томатному соусі	47/32	47/32	63/56	9,9	9,9	13,5	5,1	5,1	7,5	6,1	6,1	9,3	111	111	158
Запіданка овочева	95	95	105	4,8	4,8	4,8	4,4	4,4	5,2	18,4	18,4	20,5	127	127	144
Яйце варене	40	40	40	3,8	3,8	3,8	3,5	3,5	3,5	0,2	0,2	0,2	47	47	47
Кисіль з яблук	150	158	180	0,19	0,19	0,24	0,0	0,0	0,0	9,36	17,34	20,58	39,42	69,74	83,1
Всього за вечерю:				18,69	18,69	22,34	13,0	13,0	16,2	34,06	42,04	50,58	324,42	354,74	432,1
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Понеділок 4 тиждень															

Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Морква припущена	51	51	70	0,7	0,7	1,0	0,8	0,8	1,3	4,5	4,5	6,3	26	26	36
Омлет	60	60	60	5,9	5,9	5,9	6,1	6,1	6,1	2,6	2,6	2,6	89	89	89
Каша рисова розсипчаста з цибулею	101	101	127	2,4	2,4	3,0	2,3	2,3	2,9	23,7	23,7	29,9	127	127	159
Фрукти свіжі (банани)	50	50	85	0,8	0,8	1,3	0,1	0,1	0,1	10,9	10,9	18,5	46	46	76
Какао з молоком	120	120	160	4,0	4,0	5,4	3,4	3,4	4,6	6,5	6,5	8,8	72	72	96
Всього за сніданок:				13,7	13,7	16,6	12,7	12,7	15,0	48,2	48,2	66,1	360	360	456
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Суп український з галушками	150/15	150/15	200/20/8	1,8	1,8	2,6	2,8	2,8	5,1	12,4	12,4	16,6	82	82	122
Котлета рублена з м'яса курки	58	58	77	10,3	10,3	13,9	4,0	4,0	5,3	8,3	8,3	11,4	111	111	149
Каша гречана в'язка	82	82	102	2,5	2,5	3,2	2,1	2,1	2,6	12,7	12,7	15,8	80	80	100
Кисіль з яблук	150	158	180	0,19	0,19	0,24	0,0	0,0	0,0	9,36	17,34	20,58	39,42	69,74	83,1
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Всього за обід:				16,99	16,99	22,04	11,3	11,3	15,4	52,66	60,54	74,28	383,42	413,74	525,1
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Ікра з буряка	55	55	75	1,0	1,0	1,3	2,6	2,6	3,6	6,2	6,2	8,5	49	49	63
Філе м'яса курки запечене під сиром	55	55	73	10,7	10,7	14,4	7,6	7,6	10,1	1,9	2,4	3,6	119	121	161
Картопляне пюре	91	91	114	2,0	2,0	2,5	2,1	2,1	2,7	14,5	14,5	18,2	85	85	106
Компот із плодів сушених (родзинок)	116	116	140	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	10,0	16,0	19,1	38	61	72
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за вечерю:				14,9	14,9	19,5	12,4	12,4	16,6	47,6	54,1	64,3	359	384	470
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Вівторок 4 тиждень															

Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Суп молочний з гречаною крупою	150	150	200	3,6	3,6	4,8	3,1	3,1	4,2	11,2	12,7	16,9	87	93	124
Морквяна запіканка з сиром кисломолочним	100	105	138	9,6	9,6	12,6	8,2	8,2	11,7	11,8	16,8	21,8	157	176	239
Соус із сухофруктів (яблук сушених)	28	28	28	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	8,2	9,7	9,7	32	38	38
Компот із фруктів (яблук)	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
Всього за сніданок:				13,7	13,7	18	11,5	11,5	16,2	37,4	51,4	64,7	303	357	468
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Куліш пшоняний з фрикаделькою (з м'яса свинини) та сметаною	150/11/7	150/11/7	200/15/9	4,2	4,2	6,0	8,1	8,1	11,5	13,1	13,1	17,3	142	142	197
Голубці лінові з м'ясом яловичини	78	78	97	7,9	7,9	9,8	4,4	4,4	5,4	8,9	8,9	11,1	107	107	133
Фрукти свіжі (банани)	65	65	85	1,0	1,0	1,3	0,1	0,1	0,1	14,2	14,2	18,5	58	58	76
Компот із плодів сушених (родзинок)	116	116	140	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	10,0	16,0	19,1	38	61	72
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Всього за обід:				15,5	15,5	19,5	15,0	15,0	19,4	56,1	62,1	75,9	416	439	549
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Овочі по-карпатськи	75	75	150	2,5	2,5	3,8	7	7	12	19,2	19,2	28,8	150	150	238
Пудинг із м'яса курки	60	60	80	10,4	10,4	14,0	4,9	4,9	6,4	3,1	3,1	4,2	98	98	130
Соус сметанный з томатом	5	5	7	0,2	0,2	0,3	1,4	1,4	1,8	0,6	0,6	0,8	15	15	21
Фрукти свіжі (яблука)	55	55	75	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	5,7	5,7	7,8	25	25	34
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за вечерю:				14,3	14,3	19,4	13,7	13,7	20,7	43,6	43,6	56,6	356	356	491
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Середа 4 тиждень															

Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Гарбуз припущений	50	50	66	0,6	0,6	0,8	2,6	2,6	3,1	3,2	3,2	4,3	38	38	47
Кури з яблуками в сметані	60	60	80	9,1	9,1	12,3	4,1	4,1	5,8	2,7	2,7	3,9	84	84	115
Полента (каша кукурудзяна запечена)	90	90	110	2,6	2,6	3,1	2,4	2,4	3,0	16,6	16,6	20,1	99	99	120
Кисіль апельсиновий	150	158	180	0,38	0,38	0,44	0,08	0,08	0,1	9,16	17,15	19,51	38,06	68,38	77,84
Хліб цільнозерновий пшеничний з тв. сиром	30/8	30/8	30/13	3,25	3,25	5,09	3,85	3,85	6,17	9,90	9,90	9,90	89,10	89,10	117,90
Всього за сніданок:				15,87	15,87	21,73	13,03	13,03	18,17	41,56	49,45	57,81	348,16	377,48	477,74
				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Ікра з моркви	65	65	75	1	1	1,2	2,7	2,7	3,1	6,4	6,4	7,5	50	50	58
Борщ український	150	150	200	2,13	2,13	2,75	2,51	2,51	3,14	10,03	10,03	13,13	68,85	68,85	88,75
Рибна паличка з яйцем	46	46	69	9,2	9,2	13,5	4,3	4,3	6,2	4,7	4,7	7,0	94	94	139
Каша перлова розсипчаста	90	90	113	2,76	2,76	3,46	1,77	1,77	2,22	19,94	19,94	25,01	107,62	107,62	134,93
Фрукти свіжі (банани)	55	55	75	0,8	0,8	1,1	0,1	0,1	0,1	12,0	12,0	16,4	49	49	67
Чай	140	140	170												
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за обід:				16,89	16,89	23,01	11,58	11,58	14,74	68,07	68,07	84,04	437,47	437,47	555,68
				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Каша в'язка пшенична з морквою	96	100	125	3,7	3,7	4,6	2,6	2,6	3,3	18,7	22,6	28,2	113	128	159
Сирники рожеві (з морквою)	65	68	80	10,1	10,1	11,9	8,1	8,1	10,0	7,2	10,8	12,6	144	158	188
Соус сметанный (на молоці)	20	20	35	0,5	0,5	1,0	1,4	1,4	2,4	2,7	2,7	4,7	26	26	45
Сік фруктовий	120	120	180	0,8	0,8	1,3	0	0	0	15,6	15,6	23,4	65	65	97
Фрукти свіжі (яблука)	30	30	40	0,1	0,1	0,2	0,1	0,1	0,2	3,1	3,1	4,2	14	14	18
Всього за вечерю:				15,2	15,2	19	12,2	12,2	15,9	47,3	54,8	73,1	362	391	507
				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Четвер 4 тиждень															

Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Каша рисова з гарбузом	149	152	203	4,9	4,9	6,5	3,6	3,6	4,8	29,0	31,5	42,0	169	178	238
Вареники лінівi	62	65	82	9,5	9,5	12,0	5,0	5,0	6,3	5,9	9,4	11,5	109	122	152
Соус сметанный (на молоці)	20	20	35	0,5	0,5	1,0	1,4	1,4	2,4	2,7	2,7	4,7	26	26	45
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Чай	140	140	170												
Всього за сніданок:				15,8	15,8	20,7	10,1	10,1	13,6	50,7	56,7	75,6	357	379	506
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Суп з макаронними виробами та картоплею	150	150	200	1,6	1,6	2,1	2,1	2,1	2,8	11,5	11,5	15,4	71	71	94
Болоньезе (зі свинини)	65	65	87	7,0	7,0	9,3	14,2	14,2	18,8	1,3	3,3	4,2	161	168	222
Каша гречана в'язка	90	90	113	2,8	2,8	3,5	2,2	2,2	2,7	13,9	13,9	17,4	87	87	109
Компот з сушених яблук	100	100	135	0,17	0,17	0,22	0,00	0,00	0,00	3,83	8,82	12,09	14,93	33,88	46,43
Фрукти свіжі (яблука)	50	50	85	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	5,2	5,2	10,0	23	23	45
Хліб цільнозерновий житній	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за обід:				12,67	12,67	16,42	18,9	18,9	24,9	50,73	57,72	74,09	423,93	450,88	584,43
За нормами				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Фіш боли в томатному соусі	41/27	41/27	62/41	8,1	8,1	12,1	2,0	2,0	3,3	5,3	5,3	7,7	71	71	109
Макарони виробі відварені з маслом вершковим	88/2	88/2	110/2,5	3,3	3,3	4,2	1,8	1,8	2,2	21,7	21,7	27,3	118	118	148
Омлет	60	60	60	5,9	5,9	5,9	6,1	6,1	6,1	2,6	2,6	2,6	89	89	89
Молоко кип'ячене	90	90	110	2,7	2,7	3,3	2,3	2,3	2,8	3,2	3,2	3,9	53	53	65
Хліб цільнозерновий пшеничний	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за вечерю:				20,9	20,9	26,5	12,3	12,3	14,5	47,8	47,8	56,5	399	399	479
За нормами				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
П'ятниця 4 тиждень															

Найменування страв та виробів	Вихід			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:															
Овочі припущені в сметанному соусі	59	59	113	1,3	1,3	2,5	3,4	3,4	6,6	4,2	4,2	8,3	52	52	99
Паличка куряча	45	45	60	10,2	10,2	13,6	4,4	4,4	5,7	5,7	5,7	7,5	104	104	135
Картопля запечена скибочками (з вареної)	85	85	94	2,2	2,2	2,4	2,2	2,2	2,5	19,0	19,0	20,9	104	104	115
Компот із суміші сухофруктів	100	100	150	0,2	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	5,5	10,5	15,7	20	39	59
Хліб житній з маслом вершковим	30/1,5	30/1,5	30/1,5	1,0	1,0	1,0	1,3	1,3	1,3	15,0	15,0	15,0	78	78	78
Всього за сніданок:				14,9	14,9	19,7	11,3	11,3	16,1	49,4	54,4	67,4	358	377	485
				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510
Обід:															
Суп із сочевиці	150	150	200	5,4	5,4	7,2	2,3	2,3	3,4	12,9	12,9	17,2	99	99	135
М'ясо курки в сметані	30/9	30/9	40/12	9,1	9,1	12,2	5,9	5,9	7,9	0,4	0,4	0,6	91	91	122
Каша ячмінна розсипчаста	90	90	113	2,5	2,5	3,1	1,8	1,8	2,3	21,4	21,4	26,8	112	112	141
Кисіль з яблук	150	158	180	0,19	0,19	0,24	0,0	0,0	0,0	9,36	17,34	20,58	39,42	69,74	83,1
Хліб пшеничний	30	30	30	1,0	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	15,0	15,0	15,0	68	68	68
Всього за обід:				18,19	18,19	23,74	10,2	10,2	13,8	59,06	67,04	80,18	409,42	439,74	549,1
				15-18	15-18	17-21	13-15	13-15	16-19	58-67	58-67	72-84	415-485	415-485	510-595
Вечеря:															
Каша «Янтарна» (із пшоно з яблуками)	100	100	125	4,3	4,3	5,3	4,6	4,6	5,7	18,4	20,9	25,9	132	141	176
Морквяники з яблуками	75	78	117	2,3	2,3	3,3	2,3	2,3	3,4	17,2	19,7	28,7	95	104	153
Кисіль з какао	125	130	150	4,2	4,2	4,9	3,6	3,6	4,2	14,6	18,9	21,8	108	124	143
Всього за вечерю:				10,8	10,8	13,6	10,5	10,5	13,3	50,2	59,5	76,4	335	369	472
				13-15	13-15	14-17	11-13	11-13	14-16	48-58	48-58	60-72	350-415	350-415	425-510