|  |
| --- |
| **Понеділок 3 тиждень** |
| **Найменуванняпродуктів** | **Вихід страви** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетичнацінність** |
| **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 кукурудзяна з сиром твердим  | 87 | 87 | 115 | 4,1 | 4,1 | 5,3 | 4,6 | 4,6 | 5,8 | 15,6 | 15,6 | 21,0 | 122 | 122 | 159 |
| Салат із свіжої капусти і моркви | 50 | 50 | 60 | 0,73 | 0,73 | 0,94 | 2,04 | 2,04 | 2,05 | 2,79 | 2,79 | 3,51 | 30,64 | 30,64 | 34,02 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,10 | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | 9,90 | 71,00 | 71,00 | 71,00 |
| Чай (трав'яний) | 150 | 150 | 180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| СНІДАНОК -2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукти свіжі по сезону | 60 | 60 | 80 | 0.24 | 0.24 | 0.32 | 0.24 | 0.24 | 0.32 | 6.24 | 6.24 | 8.32 | 27.0 | 27.0 | 36.0 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **7,17** | **7,17** | **8,66** | **9,28** | **9,28** | **10,57** | **34,53** | **34,53** | **42,73** | **250,64** | **250,64** | **300,02** |
| **Обід:** |
| 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 |
| Картопля тушкована | 85 | 85 | 105 | 5,49 | 5,49 | 7,41 | 3,48 | 3,48 | 4,55 | 13,8 | 13,8 | 18,47 | 108,60 | 108,60 | 144,60 |
| Котлета рублена з курятини (45/60) | 58 | 58 | 77 | 10,80 | 10,80 | 14,46 | 3,58 | 3,58 | 4,62 | 8,23 | 8,23 | 11,24 | 110,74 | 110,74 | 147,55 |
| Салат «Полонинський»  | 38 | 38 | 52 | 0.5 |  0,5 | 0,7 |  1,5 | 1,5 | 2,1 | 1,8 | 2,3 | 3.0 | 22 | 24 | 31 |
| Компот із сушених фруктів (з яблук) | 120 | 120 | 160 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 12,23 | 16,30 | 27,00 | 49,74 | 66,32 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,10 | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | 9,90 | 71,00 | 71,00 | 71,00 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **21,26** | **21,26** | **27,74** | **13,71** | **13,71** | **17,13** | **50** | **50** | **72,04** | **408,19** | **408,19** | **549,22** |
| **Вечеря:** |
| Курячий рулет фарширований вареним яйцем  | 60 | 60 | 80 | 11,8 | 11,8 | 15,7 | 5,4 | 5,4 | 6,7 | 5,3 | 5,3 | 7,0 | 119 | 119 | 154 |
| Сік фруктовий | 120 | 120 | 180 | 0,60 | 0,60 | 0,90 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 17,40 | 17,40 | 26,10 | 70,80 | 70,80 | 106,20 |
| Каша пшенична розсипчаста з цибулею | 90 | 90 | 113 | 3,74 | 3,74 | 4,72 | 2,39 | 2,39 | 2,99 | 23,47 | 23,47 | 29,60 | 131,78 | 131,78 | 165,98 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,10 | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | 9,90 | 71,00 | 71,00 | 71,00 |
| **Всього за вечерю:** |  |  |  | **18,24** | **18,24** | **23,42** | **10,19** | **10,19** | **12,09** | **56,07** | **56,07** | **72,6** | **392,58** | **392,58** | **497,18** |
| **Всього за день:** |  |  |  | **46,67** | **46,67** | **59,82** | **33,18** | **33,18** | **39,79** | **140,6** | **140,6** | **187,37** | **1051,41** | **1051,41** | **1346,42** |
| **Вівторок 3 тиждень** |
| **Найменуванняпродуктів** | **Вихід страви** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетичнацінність** |
| **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 гречана розсипчаста | 82 | 82 | 103 | 4,24 | 4,24 | 5,31 | 2,56 | 2,56 | 3,20 | 21,20 | 21,20 | 26,58 | 125,45 | 125,45 | 157,23 |
| Курка по італійськи (підлива)(45/60) | 45/10 | 45/10 | 60/12 | 9,65 | 9,65 | 12,86 | 3,34 | 3,34 | 4,29 | 1,75 | 3,25 | 4,26 | 77,54 | 83,23 | 109,14 |
| Хліб цільнозерновий з сиром твердим | 30/11 | 30/11 | 30/15 | 30/11 | 30/11 | 30/15 | 4,63 | 4,63 | 5,55 | 5,59 | 5,59 | 6,75 | 9,9 | 9,9 | 9,9 |
| Чай (трав'яний) | 150 | 150 | 180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| СНІДАНОК -2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукти свіжі по сезону | 60 | 60 | 80 | 0.24 | 0.24 | 0.32 | 0.24 | 0.24 | 0.32 | 6.24 | 6.24 | 8.32 | 27.0 | 27.0 | 36.0 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **44,13/11** | **44,13/11** | **48,49/15** | **10,77** | **10,77** | **13,36** | **34,78** | **36,28** | **45,91** | **239,89** | **245,58** | **312,27** |
| **Обід:** |
| Суп гороховий з грінками | 150/20 | 150/20 | 200/20 | 5,78 | 5,78 | 7,00 | 4,24 | 4,24 | 4,85 | 23,58 | 23,58 | 28,12 | 156,04 | 156,04 | 184,27 |
| Плов з відвареного м'яса (свинини) (45/60) | 140 | 140 | 185 | 10,35 | 10,35 | 16,44 | 12,06 | 12,06 | 19,52 | 20,12 | 20,12 | 24,67 | 231,21 | 231,21 | 340,49 |
| Салат із свіжих помідорів та огірків | 62 | 62 | 83 | 0,6 | 0,6 | 0,8 | 3,6 | 3,6 | 4,1 | 2,8 | 2,8 | 3,8 | 45 | 45 | 53 |
| Компот із сушених яблук | 100 | 100 | 135 | 0,165 | 0,165 | 0,22 | 0 | 0 | 0 | 3,825 | 8,815 | 12,09 | 14,925 | 33,875 | 46,43 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,10 | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | 9,90 | 71,10 | 71,10 | 71,10 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **18,995** | **18,995** | **26,56** | **22,3** | **22,3** | **30,87** | **60,225** | **60,225** | **78,58** | **518,275** | **518,275** | **695,29** |
| **Вечеря:** |
| Гратен «Зебра» (запіканка сирна з какао) | 116 | 122 | 155 | 15,1 | 15,1 | 19,1 | 10,8 | 10,8 | 14,0 | 9,9 | 15,9 | 19,8 | 200 | 222 | 283 |
| Чай з лимоном | 120 | 120 | 160 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 12,24 | 16,32 | 27,00 | 49,74 | 66,32 |
| **Всього за вечерю:** |  |  |  | **15,34** | **15,34** | **19,42** | **11,04** | **11,04** | **14,32** | **16,14** | **28,14** | **36,12** | **227** | **271,74** | **349,32** |
| **Всього за день:** |  |  |  | **78,465/11** | **78,465/11** | **94,47/15** | **44,11** | **44,11** | **58,55** | **111,145** | **124,645** | **160,61** | **985,165** | **1035,595** | **1356,88** |

|  |
| --- |
| **Середа 3 тиждень** |
| **Найменуванняпродуктів** | **Вихід страви** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетичнацінність** |
| **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 макаронами | 150 | 150 | 200 | 4,61 | 4,61 | 6,15 | 3,13 | 3,13 | 4,18 | 14,02 | 19,01 | 26,68 | 102,84 | 121,79 | 167,44 |
| Хліб цільнозерновий  | 30 | 30 | 30 | 4,63 | 4,63 | 5,55 | 5,59 | 5,59 | 6,75 | 9,90 | 9,90 | 9,90 | 110,70 | 110,70 | 125,10 |
| Чай з лимоном | 120 | 120 | 160 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 12,24 | 16,32 | 27,00 | 49,74 | 66,32 |
| СНІДАНОК -2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукти свіжі по сезону | 60 | 60 | 80 | 0.24 | 0.24 | 0.32 | 0.24 | 0.24 | 0.32 | 6.24 | 6.24 | 8.32 | 27.0 | 27.0 | 36.0 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **9,72** | **9,72** | **12,34** | **9,2** | **9,2** | **11,57** | **36,4** | **47,39** | **61,22** | **267,54** | **309,23** | **394,86** |
| **Обід:** |
| Суп болгарський із сметаною | 150/4 | 150/4 | 200/5 | 1,66 | 1,66 | 2,22 | 2,54 | 2,54 | 3,48 | 11,01 | 11,01 | 14,62 | 72,94 | 72,94 | 97,88 |
| Пюре з гороху з вершк маслом | 90 | 90 | 100 | 10,14 | 10,14 | 11,64 | 2,15 | 2,15 | 2,62 | 22,86 | 22,86 | 26,24 | 151,38 | 151,38 | 175,10 |
| Риба тушкована з овочами | 60 | 60 | 90 | 5,36 | 5,36 | 13,21 | 1,29 | 1,29 | 3,74 | 3,31 | 3,31 | 8,23 | 45,87 | 45,87 | 115,17 |
| Компот ізсвіжихфруктів (з яблук) | 120 | 120 | 160 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 12,23 | 16,30 | 27,00 | 49,74 | 66,32 |
| Салат із свіжої капусти і моркви | 45 | 45 | 60 | 0,73 | 0,73 | 0,97 | 2,04 | 2,04 | 2,05 | 2,79 | 2,79 | 3,51 | 27,36 | 27,36 | 34,02 |
| Хліб цільнозерновий  | 30 | 30 | 30 | 4,63 | 4,63 | 5,55 | 5,59 | 5,59 | 6,75 | 9,90 | 9,90 | 9,90 | 110,70 | 110,70 | 125,10 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **22,76** | **22,76** | **33,91** | **13,85** | **13,85** | **18,96** | **56,11** | **56,11** | **78,8** | **435,25** | **457,99** | **613,59** |
| **Вечеря:** |
| Сирники рожеві (з морквою) (60/83) | 78 | 83 | 115 | 12,39 | 12,39 | 17,10 | 10,16 | 10,16 | 13,65 | 8,61 | 13,10 | 18,04 | 176,91 | 193,96 | 264,33 |
| Какао(135/162) | 150 | 150 | 180 | 5,53 | 5,53 | 6,64 | 5,19 | 5,19 | 6,23 | 8,01 | 8,01 | 9,61 | 100,00 | 100,00 | 120,00 |
| **Всього за вечерю:** |  |  |  | **17,92** | **17,92** | **23,74** | **15,35** | **15,35** | **19,88** | **16,62** | **21,11** | **27,65** | **276,91** | **293,96** | **384,33** |
| **Всього за день:** |  |  |  | **50,4** | **50,4** | **69,99** | **38,4** | **38,4** | **50,41** | **109,13** | **124,61** | **167,67** | **979,7** | **1061,18** | **1392,78** |

|  |
| --- |
| **Четвер 3тиждень** |
| **Найменуванняпродуктів** | **Вихід страви** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетичнацінність** |
| **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:** |
| Яєчня з помідорами | 75 | 75 | 75 | 5,6 | 5.6 | 5,6 | 7,6 | 7,6 | 7,6 | 2,3 | 2,3 | 2,3 | 91 | 91 | 91 |
| 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 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 4,63 | 4,63 | 5,55 | 5,59 | 5,59 | 6,75 | 9,90 | 9,90 | 9,90 | 110,70 | 110,70 | 125,10 |
| Чай з лимоном | 120 | 120 | 160 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 12,24 | 16,32 | 27,00 | 49,74 | 66,32 |
| СНІДАНОК -2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукти свіжі по сезону | 60 | 60 | 80 | 0.24 | 0.24 | 0.32 | 0.24 | 0.24 | 0.32 | 6.24 | 6.24 | 8.32 | 27.0 | 27.0 | 36.0 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **12,91** | **12,91** | **14,59** | **16,37** | **16,37** | **18,29** | **35,18** | **41,18** | **50,04** | **329,7** | **329,7** | **410,42** |
| **Обід:** |
| Суп український з галушками | 150/15 | 150/15 | 200/20 | 1,79 | 1,79 | 2,37 | 2,83 | 2,83 | 3,44 | 12,36 | 12,36 | 16,36 | 81,52 | 81,52 | 105,13 |
| Картопляне пюре на в/м | 100 | 100 | 113 | 2,46 | 2,46 | 2,81 | 3,49 | 3,49 | 4,04 | 19,69 | 19,69 | 22,38 | 118,56 | 118,56 | 135,45 |
| Шніцель із свинини (45/60) | 60 | 60 | 81 | 8,36 | 8,36 | 11,09 | 14,49 | 14,49 | 19,15 | 8,58 | 8,58 | 11,17 | 198,68 | 198,68 | 262,02 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,10 | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | 9,90 | 71,10 | 71,10 | 71,10 |
| Салат із свіжих томатів | 46 | 46 | 61 | 0,5 | 0,5 | 0,7 | 1,1 | 1,1 | 1,6 | 2,6 | 2,6 | 3,5 | 21 | 21 | 30 |
| Компот із свіжих яблук | 120 | 120 | 160 | 0,165 | 0,165 | 0,22 | 0 | 0 | 0 | 3,825 | 8,815 | 12,09 | 14,925 | 33,875 | 46,43 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **15,375** | **15,375** | **19,29** | **24,31** | **24,31** | **30,63** | **56,955** | **61,945** | **75,4** | **505,785** | **524,735** | **650,13** |
| **Вечеря:** |
| Каша гречана розсипчаста | 82 | 82 | 103 | 4,24 | 4,24 | 5,31 | 2,56 | 2,56 | 3,20 | 21,20 | 21,20 | 26,58 | 125,45 | 125,45 | 157,23 |
| Салат із свіжої капусти і моркви | 45 | 45 | 60 | 0,73 | 0,73 | 0,97 | 2,04 | 2,04 | 2,05 | 2,79 | 2,79 | 3,51 | 27,36 | 27,36 | 34,02 |
| Компот із сушених яблук | 100 | 100 | 135 | 0,165 | 0,165 | 0,22 | 0 | 0 | 0 | 3,825 | 8,815 | 12,09 | 14,925 | 33,875 | 46,43 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,10 | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | 9,90 | 71,10 | 71,10 | 71,10 |
| **Всього за вечерю:** |  |  |  | **7,235** | **7,235** | **8,6** | **7** | **7** | **7,65** | **37,715** | **42,705** | **52,08** | **238,835** | **238,835** | **308,78** |
| **Всього за день:** |  |  |  | **35,52** | **35,52** | **42,48** | **47,68** | **47,68** | **56,57** | **129,85** | **145,83** | **177,52** | **1074,32** | **1093,27** | **1369,33** |

|  |
| --- |
| **П’ятниця 3тиждень** |
| **Найменуванняпродуктів** | **Вихід страви** | **Хімічний склад** |
| **Білки** | **Жири** | **Вуглеводи** | **Енергетичнацінність** |
| **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 маний (200/230) | 200 | 200 | 230 | 7,66 | 7,66 | 9,02 | 5,20 | 5,20 | 6,00 | 22,98 | 27,97 | 35,78 | 169,60 | 188,55 | 231,92 |
| Хліб цільнозерновий з сиром твердим | 30/11 | 30/11 | 30/15 | 4,63 | 4,63 | 5,55 | 5,59 | 5,59 | 6,75 | 9,90 | 9,90 | 9,90 | 110,70 | 110,70 | 125,10 |
| Чай з лимоном | 120 | 120 | 160 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 12,24 | 16,32 | 27,00 | 49,74 | 66,32 |
| Сніданок-2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукти свіжі по сезону | 60 | 60 | 80 | 0,90 | 0,90 | 1,20 | 0,06 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 13,08 | 17,44 | 53,40 | 53,40 | 71,20 |
| **Всього за сніданок:** |  |  |  | **13,43** | **13,43** | **16,09** | **11,09** | **11,09** | **13,15** | **52,2** | **58,2** | **79,44** | **360,7** | **383,44** | **476,54** |
| **Обід:** |
| Куліш пшоняний з фрикаделькою та сметаною | 150/11/7 | 150/11/7 | 200/15/9 | 5,01 | 5,01 | 6,61 | 5,08 | 5,08 | 6,37 | 13,14 | 13,14 | 17,29 | 118,81 | 118,81 | 153,56 |
| Макарони відварені з овочами | 100 | 100 | 130 | 3,36 | 3,36 | 4,37 | 2,31 | 2,31 | 2,91 | 21,54 | 21,54 | 28,04 | 120,98 | 120,98 | 156,57 |
| Котлета рублена з курятини (45/60) | 58 | 58 | 77 | 10,80 | 10,80 | 14,46 | 3,58 | 3,58 | 4,62 | 8,23 | 8,23 | 11,24 | 110,74 | 110,74 | 147,55 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 30 | 2,10 | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | 9,90 | 71,10 | 71,10 | 71,10 |
| Компот ізсвіжихфруктів | 120 | 120 | 160 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 12,23 | 16,30 | 27,00 | 49,74 | 66,32 |
| **Всього за обід:** |  |  |  | **21,51** | **21,51** | **27,86** | **13,61** | **13,61** | **16,62** | **59,05** | **65,04** | **82,77** | **448,63** | **471,37** | **595,1** |
| **Вечеря:** |
| Яйце варене | 40 | 40 | 2,54 | 5,08 | 5,08 | 2,3 | 4,60 | 4,60 | 0,14 | 0,28 | 0,28 | 32,4 | 62,80 | 62,80 | 62,80 |
| Чай (трав’яний ) | 150 | 150 | 180 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша ячна розсипчаста | 90 | 90 | 103 | 2,97 | 2,97 | 3,37 | 1,83 | 1,83 | 2,25 | 20,00 | 20,00 | 22,71 | 108,80 | 108,80 | 125,07 |
| **Всього за вечерю:** |  |  |  | **8,05** | **8,05** | **5,67** | **6,43** | **6,43** | **2,39** | **20,28** | **20,28** | **55,11** | **171,6** | **171,6** | **187,87** |
| **Всього за день:** |  |  |  | **42,99** | **42,99** | **49,62** | **31,13** | **31,13** | **32,16** | **131,53** | **143,52** | **217,32** | **980,93** | **1026,41** | **1259,51** |