

Примірне сезонне меню для учнів 1-4 класів

1 тиждень

Понеділок

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Суп гороховий(2.11)	250				
Горохове пюре жовте		50			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		70			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		75			
Картопля свіжа з 01.01 по 28.29.02		80,8			
Картопля свіжа з 01.03		87.05			
Морква столова свіжа до 01.01		10.9			
Морква столова свіжа з 01.01		11.7			
Селера корінь		12.9			
Цибуля ріпчаста		7.4			
Олія соняшникова		5.0			
Сіль йодована		0.8			
Тим'ян сухий		1.3			
Водо питна		175			
Плов із булгура та свинини (5.01)	150				
Свинина великими шматками		70.7			
Крупа булгур		34.5			
Олія соняшникова рафінована		3.8			
Цибуля ріпчаста		8.0			
Морква столова свіжа до 01.01		9.4			
Морква столова свіжа з 01.01		10			
Томатна паста		3			
Зіра		0.2			
Кмин		0.2			
Сіль йодована		0.5			
Салат із моркви з сиром та сметаною (1.18)	50		Салат із молодії капусти огірків та кропу (1.29)	50	

Морква столова свіжа до 01.01		48.1	Капуста білокачанна		43.8
Морква столова свіжа з 01.01		51.3	Огірки теплично-парникові свіжі		12.8
Сир твердий		6.5	Огірки ґрунтові свіжі		15.6
Сметана		6.0	Кріп свіжий		1.4
Сіль йодована		0.2	Заправка для салату (10.01)		
			Оцет спиртовий 9%		0.1
			Вода питна		0.2
			Олія соняшникова рафінована		1.4
			Сіль йодована		0.2
			Цукор пісок		0.1
Чай з мелісою (11.09)	200				
Вода		200			
Меліса		0.7			
Хліб	60.0				

Вівторок

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Суп білий із галушками	250				
Борошно пшеничне цільнозернове		31.5			
Вода питна		15.75			
Сіль йодована		0.15			
Сода харчова		0.3			
Цибуля ріпчаста		7.4			
Олія рослинна соняшникова		5.0			
Морква столова свіжа до 01.01		11.3			
Морква столова свіжа з 01.01		12.0			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		66.7			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		71.4			
Картопля свіжа з 01.01 по 28.29.02		76.9			
Картопля свіжа з 01.03		83.3			
Орегано сухий		1.0			
Яйце куряче		3.0			
Вода питна		200.0			
Сіль йодована		0.8			
Гречана каша з чебрецем (08.01)	100				
Гречана крупа		47.6			
Вода питна		71			
Сіль йодована		0.3			
Чебрець сухий		0.2			
Масло вершкове		2.5			
Курячі нагетси (4.09)	85				
Філе куряче		70.1			
Перець чорний мелений		0.1			
Сіль йодована		0.3			
Хліб цільнозерновий		8.5			
Борошно пшеничне цільнозернове або крохмаль кукурудзяний		8.5			
Яйце куряче		0.3			

Молоко пастеризоване		6.8			
Паніровочні сухарі		8.5			
Олія соняшникова		1.3			
Салат із капусти, зеленого горошку з насінням соняшнику (1.23)	50				
Капуста білокачанна свіжа		51.9			
Горошок зелений свіжоморожений		4.6			
Ядра насіння соняшника		1.8			
Сіль йодована		0.3			
Соус «Ароматна олія» (10.10)					
Олія соняшникова		3.0			
Орегано сушений		0.1			
Компот із ягід, фруктів та м'яти (11.01)	200				
Ягоди або фрукти свіжоморожені		50.0	Ягоди або фрукти свіжі		50.0
Вода питна		220.0			
М'ята сушена		1.0			
Родзинки		10.0			
Хліб	60.0				
Яблуко	100.0				

Середа

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Борщ із картоплею (2.01)	250				
Буряк столовий свіжий до 01.01		50.0			
Буряк столовий свіжий з 01.01		53.3			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		83.3			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		89.3			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		96.2			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		104.2			
Морква столова свіжа до 01.01		9.4			
Морква столова свіжа з 01.01		10.0			
Петрушка корінь		3.3			
Цибуля ріпчаста		8.9			
Томатне пюре		7.5			
Чорнослив без кісточок		5.0			
Олія соняшникова рафінована		5.0			
Цукор пісок		1.5			
Лист лавровий		0.1			
Хмелі-сунелі		0.3			
Сіль йодована		0.8			
Сметана для подачі		5.0			
Овочевий бульйон (2.15)	175				
Морква столова свіжа до 01.01		10.94			

Морква столова свіжа з 01.01		11.6			
Селера корінь		11.6			
Цибуля ріпчаста		4.2			
Часник сухий		2.6			
Лист лавровий		0.01			
Вода питна		200.0			
Рис розсипчастий з орегано (08.04)	100				
Крупа рисова		36.2			
Вода питна		75.0			
Сіль йодована		0.3			
Вершкове масло		2.5			
Орегано сушений		0.5			
Фрикадельки рибні (6.05)	60				
Хек випотрошений без голови		81.6			
Цибуля ріпчаста		14.3			
Вода питна		5.4			
Яйця курячі		5			
Сіль йодована		0.2			
Салат із буряка з ароматною олією (1.36)	50				
Буряк столовий свіжий до 01.01		60.6			
Буряк столовий свіжий з 01.01		64.7			
Сіль йодована		0.2			
Сік лимона		0.2			
Орегано сушений		0.1			
Соус «Ароматна олія» (10.10)			Салат зелений з огірків та томатів (1.10)	50	
Олія соняшникова		3.0	Салат зелений		23.9
Орегано сушений		0.1	Огірки теплично-парникові свіжі		18.4
			Огірки ґрунтові свіжі		22.5
			Томати теплично-паркові свіжі		14.8
			Томати ґрунтові свіжі		17.1
			Олія соняшникова рафінована		1.5
			Сіль йодована		0.2
Узвар (11.03)	150				

Сухофрукти		22.5			
Вода		165.0			
Хліб	60.0				
Банан	100				

Четвер

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Суп із рисовою крупою та томатом (2.10)	250				
Крупа рисова		10.0			
Цибуля ріпчаста		11.9			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		16.7			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		12.5			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		134.6			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		145.8			
Томатне пюре		7.5			
Масло вершкове		2.5			
Сіль харчова		0.8			
Сушений орегано		0.8			
Вода питна		250.0			
Відварена картопля із вершковим маслом (08.12)	100				
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		161.6			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		173.1			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		186.5			

Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		202.0			
Сіль йодована		0.4			
Масло вершкове		3.6			
Кріп сушений		0.1	Кріп свіжий		3.4
Курячий шніцель (4.08)	70				
Філе куряче		72.2			
Панірувальні сухарі		10.5			
Яйце куряче		0.1			
Вода питна або молоко		3.5			
Борошно пшеничне цільнозернове		3.6			
Сіль йодована		0.2			
Лимонний сік		0.7			
Перець чорний мелений		0.1			
Олія соняшникова		1.1			
Салат із капустию та морквою (1.24)	50				
Капуста білокачанна		37.5			
Морква столова свіжа до 01.01		21.9			
Морква столова свіжа з 01.01		23.3			
Сік лимона		0.5			
Сіль йодована		0.2			
Паприка мелена копчена		0.1			
Перець чорний мелений		0.1			
Олія соняшникова		1.5			
Хліб	60.0				
Сік	200				

П'ятниця

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Куліш із курячим м'ясом (4.03)	100				
Філе куряче		39.0			
Крупа пшонайна		22.0			
Цибуля ріпчаста		8.3			
Морква столова свіжа до 01.01		8.8			
Морква столова свіжа з 01.01		9.3			
Часник сушений		0.5			
Сіль йодована		0.3			
Перець чорний мелений		0.1			
Паприка мелена		0.3			
Куркума мелена		0.3			
Томатна паста		2.0			
Олія рослинна рафінована		2.0			
Вершкове масло		1.0			
Салат із червоної капусти з соусом «Вінігрет» (1.27)	50				
Капуста червонокачанна		18.8			
Капуста білокачанна свіжа		41.6			

Соус «Вінігрет» (10.02)	2.8				
Оцет спиртовий 9%		0.1			
Олія соняшникова рафінована		1.7			
Цукор пісок		0.1			
Соус «Гірчиця» (10.07) або харчова (10.07)	0.2				
Гірчиця суха		0.6			
Вода питна		1			
Олія соняшникова рафінована		0.1			
Оцет спиртовий		0.4			
Цукор-пісок		0.1			
Сіль йодована		0.006			
Кориця мелена		0.002			
Гвоздика ціла суха		0.002			
Запіканка сирна із ягідним кюлі (07.11)	100				
Сир кисломолочний		76.0			
Крупа манна		6.0			
Цукор пісок		3.0			
Яйце куряче		4.0			
Олія соняшникова		1.0			
Сухарі панірувальні		3.0			
Сметана		3.0			
Ванільний цукор		0.2			
Куркума		0.5			
Ягідне кюлі: (10.13)	25				
Ягоди свіжоморожені		25.0	Ягоди свіжі		25.0
Цукор пісок		1.3			
Вода питна		2.5			
Какао (11.05)	200				
Какао порошок		1.7			
Молоко		95.0			
Вода питна		10.0			
Хліб	60				

2 Тиждень

Понеділок

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Суп із крупою перловою (2.10)	250				
Крупа перлова		10.0			
Цибуля ріпчаста		11.9			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		116.7			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		125.0			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		134.6			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		145.8			
Томатне пюре		7.5			
Масло вершкове		2.5			
Сіль харчова		0.8			
Сушений орегано		0.8			

Вода питна		250			
Каша пшенична (08.26)	100				
Крупа пшенична		40			
Вода питна		72			
Вершкове масло		2			
Сіль йодована		0.3			
Січеники (5.07)	70				
Яловичина великими шматками		43.6			
Свинина великими шматками		28.1			
Цибуля ріпчаста		12.5			
Панірувальні сухарі		7.0			
Яйця курячі		2.8			
Хмелі-сунелі		0.1			
Сіль йодована		0.2			
Олія соняшникова		1.1			
Салат із моркви та капусти зі сметаново-хроновим соусом (1.19)	50		Салат зі свіжих томатів із солодким перцем (1.02)	50	
Морква столова свіжадо 01.01		38	Томати теплично-парникові свіжі		32.7
Морква столова свіжа з 01.01		40	Томати ґрунтові свіжі		37.5
Капуста білокачанна свіжа		14	Цибуля зелена		6.3
Сметана		8	Перець солодкий свіжий		15.3
Сіль йодована		0.2	Олія соняшникова рафінована		1.5
Сік лимона		1.0	Майоран сушений		0.1
Цукор білий		0.5	Сіль йодована		0.2
Соус «Хрін» (10.08)	0.3				
Хрін корінь свіжий		1.6			
Оцет спиртовий 9%		0.6			
Цукор-пісок		0.2			
Сіль йодована		0.02			
Вода питна		1.4			
Чай каркаде (11.11)	200				
Вода		200			
Каркаде		2.4			
Хліб	60				

Вівторок

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Борщ Полтавський (2.02)	250				
Буряк столовий свіжий до 01.01		50			
Буряк столовий свіжий з 01.01		53.3			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		66.7			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		71.4			

Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		76.9			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		83.3			
Морква столова свіжа до 01.01		12.5			
Морква столова свіжа з 01.01		13.3			
Петрушка корінь		3.3			
Цибуля ріпчаста		11.9			
Томатне пюре		11.5			
Сливи свіжі або морожені		22.5			
Цукор пісок для слив		7.5			
Олія соняшникова		5			
Лист лавровий		0.1			
Цукор пісок		3			
Перець духмянний		0.1			
Хмелі-сунелі		0.5			
Сіль йодована		0.8			
Сметана для подачі		5			
Овочевий бульйон (2.15)	175				
Морква столова свіжа до 01.01		10.94			
Морква столова свіжа з 01.01		11.6			
Селера корінь		11.6			
Цибуля ріпчаста		4.2			
Часник сухий		2.6			
Лист лавровий		0.01			
Вода питна		175			
Печеня по –домашньому з куркою (4.16)	100				
Філе куряче		41.2			
Морква столова свіжа до 01.01		9.4			
Морква столова свіжа з 01.01		10			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		73.3			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		78.6			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		84.6			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		91.7			
Олія соняшникова		2			

Вершкове масло		1			
Цибуля ріпчаста		8.9			
Сіль йодована		0.3			
Коріандр сухий мелений		0.2			
Перець чорний мелений		0.1			
Томатна паста		5			
Салат із буряком та чорносливом зі сметаною (1.37)	50		Салат із свіжої капусти та огірків зі сметаною (1.34)	50	
Буряк столовий свіжий до 01.01		53.1	Капуста білокачанна		41.9
Буряк столовий свіжий з 01.01		56.7	Огірки свіжі парникові		10.2
Сметана		5	Огірки свіжі ґрунтові		12.5
Чорнослив без кісточки		2.5	Сметана		6
Цукор білий		1	Кріп свіжий		1.4
			Сіль йодована		0.2
Чай з липою (11.10)	200				
Вода		200			
Липа		0.7			
Апельсин	100		Полуниця	100	
Хліб	60				

Середа

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Суп квасолевий (2.12)	250				
Квосоля варена біла (8.08)		50			
Морква столова свіжа до 01.01		12.5			

Морква столова свіжа з 01.01		13.3			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		66.7			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		71.4			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		76.9			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		83.3			
Цибуля ріпчаста		7.4			
Олія соняшникова рафінована		5			
Сіль йодована		0.8			
Розмарин сушений		1.3			
Вода питна		175			
Булгур (08.25)	100				
Булгур		40			
Вода питна		72			
Сіль йодована		0.3			
Олія соняшникова		3			
Капуста тушкована з овочами та курячим м'ясом (4.01)	100				
Філе куряче		48			
Капуста білокачанна		58.8			
Сіль йодована		0.3			
Морква столова свіжа до 01.01		12.5			
Морква столова свіжа з 01.01		13.3			
Цибуля ріпчаста		11.9			
Перець солодкий білий		13.3			
Томатна паста		3			
Кмин		0.5			
Олія соняшникова рафінована		2			
Вершкове масло		1			
Йогурт	200				
Хліб	60				

Четвер

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Суп Авголемоно (2.09)	250				
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		116.7			

Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		125			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		134.6			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		145.8			
Морква столова свіжа до 01.01		28.1			
Морква столова свіжа з 01.01		30			
Селера корінь		18.4			
Цибуля ріпчаста		7.4			
Масло вершкове		5			
Сіль йодована		0.8			
Вода питна		175			
Заправка:					
Яйце куряче		5			
Лимонна кислота		0.3			
Вода питна		12.5			
Каша пшенична (08.26)	100				
Крупа пшенична		40			
Вода питна		72			
Вершкове масло		2			
Сіль йодована		0.3			
Риба тушкована з овочами під томатним соусом (6.03)	60				
Філе хека зі шкірою		66.9			
Морква столова свіжа до 01.01		11.3			
Морква столова свіжа з 01.01		12			
Цибуля ріпчаста		10.7			
Лист лавровий		0.1			
Сіль йодована		0.2			
Паста томатна		1.8			
Олія соняшникова		1.8			
Узвар (11.03)	150				
Сухофрукти		22.5			
Вода		165			
Банан	100				

П'ятниця

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
--------------	-------------------------------	-----------------------------------	---------------------------	-------------------------------	-----------------------------------

Борщ із картоплею (2.01)	200				
Буряк столовий свіжий до 01.01		50			
Буряк столовий свіжий з 01.01		53.3			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		83.3			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		89.3			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		96.2			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		104.2			
Морква столова свіжа до 01.01		9.4			
Морква столова свіжа з 01.01		10			
Корінь петрушки		3.3			
Цибуля ріпчаста		8.9			
Томатне пюре		7.5			
Чорнослив без кісточки		5			
Олія соняшникова рафінована		5			
Цукор пісок		1.5			
Лист лавровий		0.1			
Хмелі-сунелі		0.3			
Сіль йодована		0.8			
Сметана для подачі		5			
Овочевий бульйон (2.15)	175				
Морква столова свіжа до 01.01		10.94			
Морква столова свіжа з 01.01		11.6			
Селера корінь		11.6			
Цибуля ріпчаста		4.2			
Часник сухий		2.6			
Лист лавровий		0.01			
Вода питна		175			
Чілі кон карне з куркою (4.05)	100				
Філе куряче		40.2			
Цибуля ріпчаста		6			
Сіль йодована		0.3			
Олія соняшникова рафінована		2			
Вершкове масло		1.0			

Квасоля відварена (8.08)		48			
Томатний сік		190			
Вода питна		10			
Чорний перець мелотий		0.1			
Салат із квашених огірків, свіжої капусти, моркви та горіхів (1.09)	50		Салат із молоді капусти, огірків та томатів (1.32)	50	
Огірки квашені		22.2	Капуста білокачанна		25
Морква столова свіжа		17.2	Огірки свіжі тепличні		12.8
Капуста білокачанна свіжа		17.2	Огірки свіжі ґрунтові		15.6
Ядра горіхів волоських		1.6	Томати свіжі тепличні		12.8
			Томати свіжі ґрунтові		14.7
			Насіння фенхелю		1
Соус «Ароматна олія» (10.10)			Кріп свіжий		2.7
Олія соняшникова		3.0	Заправка для салату(10.01)		
Орегано сушений		0.1	Оцет спиртовий 9%		0.1
			Вода питна		0.2
			Олія соняшникова рафінована		1.4
			Сіль йодована		0.2
			Цукор пісок		0.1
Чай з мелісою (11.09)	200				
Вода		200			
Меліса		0.7			
Хліб	60				

Понеділок

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Суп із крупою рисовою та томатом (2.10)	250				
Крупа рисова		10			
Цибуля ріпчаста		11.9			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		116.7			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		125			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		134.6			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		145.8			
Томатне пюре		7.5			
Масло вершкове		2.5			
Сіль харчова		0.8			
Сушений орегано		0.8			
Вода питна		250			
Гречка з томатною пастою (08/02)	100				
Гречана крупа		42			
Томатна паста		10			
Вода питна		79			
Вершкове масло		2			
Сіль йодована		0.3			
Курячі нагетси (4/09)	85				
Філе куряче		70.1			
Перець чорний мелений		0.1			
Сіль йодована		0.3			
Хліб цільнозерновий		8.5			
Борошно пшеничне цільнозернове або крохмаль кукурудзяний		8.5			
Яйце куряче		0.3			
Молоко пастеризоване		6.8			
Паніровачні сухарі		8.5			
Олія соняшникова		1.3			

Салат із буряком з ароматною олією (1.36)	50		Салат із капусти огірків та кропу (1.29)	50	
Буряк столовий свіжий до 01.01		60.6	Капуста білокачанна		43.8
Буряк столовий свіжий з 01.01		64.7	Огірки свіжі тепличні		12.8
Сіль йодована		0.2	Огірки свіжі ґрунтові		15.6
Сік лимона		0.2	Кріп свіжий		1.4
Орегано сушений		0.1	Заправка для салату (10.01)		
Соус «Ароматна олія» (10.10)			Оцет спиртовий		0.1
Олія соняшникова		3.0	Олія соняшникова рафінована		1.4
Орегано сушений		0.1	Сіль йодована		0.2
			Цукор пісок		0.1
			Вода питна		0.2
Сік	200				
Хліб	60				

Вівторок

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Борщ Полтавський (2.02)	250				
Буряк столовий свіжий до 01.01		50			
Буряк столовий свіжий з 01.01		53.3			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		66.7			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		71.4			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		76.9			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		83.3			
Морква столова свіжа до 01.01		12.5			
Морква столова свіжа з 01.01		13.3			
Петрушка корінь		3.3			
Цибуля ріпчаста		11.9			
Томатне пюре		11.5			
Сливи свіжі або морожені		22.5			
Цукор пісок для слив		7.5			
Олія соняшникова		5			
Лист лавровий		0.1			
Цукор пісок		3			
Перець духмянний		0.1			
Хмелі-сунелі		0.5			
Сіль йодована		0.8			
Сметана для подачі		5			
Овочевий бульйон (2.15)	175				
Морква столова свіжа до 01.01		10.94			
Морква столова свіжа з 01.01		11.6			
Селера корінь		11.6			
Цибуля ріпчаста		4.2			
Часник сухий		2.6			
Лист лавровий		0.01			
Вода питна		175			

Запіканка сирна із бананом та сметаною (07.12)	100/15				
Сир кисломолочний		57			
Крупа манна		4.5			
Цукор пісок		4.8			
Банан свіжий		50			
Олія соняшникова		1			
Сухарі панірувальні		3			
Сметана		3			
Ванільний цукор		0.2			
Куркума		0.5			
Сметана для подачі		15			
Какао з молоком (11.05)	200				
Какао-порошок		1.7			
Молоко		95			
Вода питна		10			
Хліб	60				

Середа

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Суп овочевий (2.07)	250				
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		116.8			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		125			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		134			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		145.8			
Морква столова свіжа до 01.01		10.9			
Морква столова свіжа з 01.01		11.7			
Селера корінь		12.9			
Цибуля ріпчаста		7.4			
Горошок свіжоморожений		12.5			
Олія соняшникова рафінована		2			
Цукор пісок		1.8			
Сіль йодована		0.8			
Томатна паста		1.5			
Вода питна		187.5			
Зелень сушена		0.1			
Каша гречана з чебрецем (08.01)	100				
Гречана крупа		47.6			
Вода питна		71			
Сіль йодована		0.3			
Чебрець сухий		0.2			
Масло вершкове		2.5			
Курка по-італійськи (4.07)	60				
Філе куряче		74.2			
Томатна паста		6			
Цибуля ріпчаста		5			
Часник сушений		0.6			

Сіль йодована		0.2			
Перець чорний мелений		0.1			
Орегано сушений		0.2			
Вода питна		15			
Олія соняшникова рафінована		1.8			
Салат з капусти та моркви (1.24)	50				
Капуста білокачанна свіжа		37.5			
Морква столова свіжа до 01.01		21.9			
Морква столова свіжа з 01.01		23.3			
Сік лимона		0.5			
Сіль йодована		0.2			
Паприка мелена копчена		0.1			
Перець чорний мелений		0.1			
Олія соняшникова		1.5			
Яблука	150				
Чай масала (11.08)	200				
Вода		84			
Чорний чай		0.6			
Молоко		120			
Ванільний цукор		0.6			
Кориця		0.3			
Гвоздика		0.2			
Хліб	60				

Четвер

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Суп білий з галушками	250				
Галушки (8.24)					
Борошно пшеничне цільнозернове		31.5			
Вода питна		15.75			
Яйце куряче		3			
Сіль йодована		0.0015			
Сода харчова		0.3			
Цибуля ріпчаста		7.4			
Олія рослинна соняшникова		5			
Морква столова свіжа до 01.01		11.3			
Морква столова свіжа з 01.01		12			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		66.7			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		71.4			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		76.9			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		83.3			
Орегано сушений		1			
Яйце куряче		5			
Вода питна		200			
Сіль йодована		0.8			
Фрикадельки рибні (6.05)	60				
Хек тихоокеанський випотрошений без голов		81.6			
Цибуля ріпчаста		14.3			
Вода питна		5.4			

Яйце куряче		4.8			
Сіль йодована		0.2			
Рис розсипчастий з орегано (08.04)	100				
Крупа рисова		36.2			
Вода питна		75			
Сіль йодована		0.3			
Вершкове масло		2.5			
Орегано сушений		0.5			
Салат із капусти з ароматною олією (1.28)	50				
Капуста білокачанна свіжа		60.6			
Сіль йодована		0.2			
Соус «Ароматна олія» (10.10)	1.5				
Олія соняшникова		3.0			
Орегано сушений		0.1			
Узвар (11.03)	150		Компот із свіжих ягід та фруктів (11.02)	150	
Сухофрукти		22.5	Ягоди та фрукти свіжі		37.5
Вода питна		165	Вода питна		165
Хліб	60		Родзинки		7.5

П'ятниця

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Борщ із картоплею (2.01)	200				
Буряк столовий свіжий до 01.01		50			
Буряк столовий свіжий з 01.01		53.3			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		83.3			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		89.3			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		96.2			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		104.2			
Морква столова свіжа до 01.01		9.4			
Морква столова свіжа з 01.01		10			
Корінь петрушки		3.3			
Цибуля ріпчаста		8.9			
Томатне пюре		7.5			
Чорнослив без кісточки		5			
Олія соняшникова рафінована		5			
Цукор пісок		1.5			
Лист лавровий		0.1			
Хмелі-сунелі		0.3			
Сіль йодована		0.8			
Сметана для подачі		5			
Овочевий бульйон (2.15)	175				

Морква столова свіжа до 01.01		10.94			
Морква столова свіжа з 01.01		11.6			
Селера корінь		11.6			
Цибуля ріпчаста		4.2			
Часник сухий		2.6			
Лист лавровий		0.01			
Вода питна		175			
Каша пшенична (08.26)	100				
Крупа пшенична		40			
Вода питна		72			
Вершкове масло		2			
Сіль йодована		0.3			
Капуста тушкована з овочами та курячим м'ясом (4.01)	100				
Філе куряче		48			
Капуста білокачанна свіжа		58.8			
Сіль йодована		0.3			
Морква столова свіжа до 01.01		12.5			
Морква столова свіжа з 01.01		13.3			
Цибуля ріпчаста		11.9			
Перець солодкий білий		13.3			
Томатна паста		3			
Кмин		0.5			
Олія соняшникова рафінована		2			
Вершкове масло		1			
Чай з липою (11.10)	200				
Вода		200			
Липа		0.7			
Апельсин	100		Черешня	100	
Хліб	60				

4 Тиждень

Понеділок

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Суп гороховий (2.11)	250				
Горохове пюре жовте		50			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		70			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		75			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		80.8			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		87.5			
Морква столова свіжа до 01.01		10.9			
Морква столова свіжа з 01.01		11.7			
Селера корінь		12.9			
Цибуля ріпчаста		7.4			
Олія соняшникова		5			
Сіль йодована		0.6			
Тим'ян сухий		1.3			
Вода		175			
Плов із булгура та свинини (5.01)	150				
Свинина великими шматками		70.7			
Крупа булгур		34.5			

Олія соняшникова рафінована		3.8			
Цибуля ріпчаста		8			
Морква столова свіжа до 01.01		9.4			
Морква столова свіжа з 01.01		10			
Томатна паста		3			
Зіра		0.2			
Кмин		0.2			
Сіль йодована		0.5			
Салат із капусти із хроном (1.26)	50				
Капуста білокачанна		47.5			
Соус «Хрін» (10.08)	3				
Хрін корінь свіжий		1.6			
Оцет спиртовий		0.6			
Цукор пісок		0.2			
Сіль йодована		0.02			
Вода питна		1.4			
Сметана		10			
Сіль йодована		0.2			
Чай каркаде (11.11)	200				
Вода		200			
Каркаде		2.4			
Хліб	60				

Вівторок

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Борщ Полтавський (2.02)	250				
Буряк столовий свіжий до 01.01		50			
Буряк столовий свіжий з 01.01		53.3			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		66.7			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		71.4			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		76.9			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		83.3			
Морква столова свіжа до 01.01		12.5			
Морква столова свіжа з 01.01		13.3			
Петрушка корінь		3.3			
Цибуля ріпчаста		11.9			
Томатне пюре		11.5			

Сливи свіжі або морожені		22.5			
Цукор пісок для слив		7.5			
Олія соняшникова		5			
Лист лавровий		0.1			
Цукор пісок		3			
Перець духмяний		0.1			
Хмелі-сунелі		0.5			
Сіль йодована		0.8			
Сметана для подачі		5			
Овочевий бульйон (2.15)	175				
Морква столова свіжа до 01.01		10.94			
Морква столова свіжа з 01.01		11.6			
Селера корінь		11.6			
Цибуля ріпчаста		4.2			
Часник сухий		2.6			
Лист лавровий		0.01			
Вода питна		175			
Печеня по –домашньому з куркою (4.16)	100				
Філе куряче		41.2			
Морква столова свіжа до 01.01		9.4			
Морква столова свіжа з 01.01		10			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		73.3			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		78.6			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		84.6			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		91.7			
Олія соняшникова		2			
Вершкове масло		1			
Цибуля ріпчаста		8.9			
Сіль йодована		0.3			
Коріандр сухий		0.2			
Перець чорний мелений		0.1			
Томатна паста		9			
Салат із буряка із ароматною олією (1.36)	50		Салат зелений із огірків та томатів (1.10)	50	

Буряк столовий свіжий до 01.01		60.6	Салат зелений		23.9
Буряк столовий свіжий з 01.01		64.7	Огірки свіжі тепличні		18.4
Сіль йодована		0.2	Огірки свіжі ґрунтові		22.5
Сік лимона		0.2	Томати свіжі тепличні		14.8
Орегано сушений		0.1	Томати свіжі ґрунтові		17.1
Соус «Ароматна олія» (10.10)	1.5		Олія соняшникова рафінована		1.5
Олія соняшникова		3.0	Сіль йодована		0.2
Орегано сушений		0.1			
Йогурт	200				
Хліб	60				

Середа

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Куліш із курячим м'ясом (4.03)	100				
Філе куряче		39			
Крупа пшона		22			
Цибуля ріпчаста		8.3			
Морква столова свіжа до 01.01		8.8			
Морква столова свіжа з 01.01		9.3			
Часник сушений		0.5			
Сіль йодована		0.3			
Перець чорний мелений		0.1			
Паприка мелена		0.3			
Куркума мелена		0.3			
Томатна паста		2			

Олія рослинна рафінована		2			
Вершкове масло		1			
Запіканка рисова з ягідним кюлі (07.14)	100/25				
Крупа рисова		23.5			
Вода питна		48.8			
Сир кисломолочний		16			
Яйця		4			
Цукор пісок		4.9			
Ванільний цукор		0.1			
Масло вершкове		2			
Сметана		10			
Ягідне кюлі (10.13)	25				
Ягода свіжа або свіжоморожена		25			
Цукор пісок		1.3			
Вода питна		2.5			
Салат із червоної капусти з соусом «Вінігрет» (1.27)	50				
Капуста червонокачанна свіжа		18.8			
Капуста білокачанна свіжа		41.6			
Соус «Вінегрет» (10.02)	2				
Оце спиртовий		0.1			
Гірчиця харчова		0.2			
Олія соняшникова рафінована		1.7			
Цукор пісок		0.1			
Какао з молоком (11.05)	150				
Какао-порошок		2.5			
Молоко		142.5			
Вода		15			
Хліб	60				

Четвер

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Відварна картопля з вершковим маслом (8.12)	100				
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		134.7			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		144.3			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		155.4			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		168.3			

Сіль йодована		0.3			
Масло вершкове		3			
Кріп сушений		0,1	Кріп свіжий		3.4
Су із перловою крупкою та томатом (2.10)	250				
Крупа перлова		10			
Цибуля ріпчаста		11.9			
Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		116.7			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		125			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		134.6			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		145.8			
Томатне пюре		7.5			
Масло вершкове		2.5			
Сіль харчова		0.8			
Сушений орегано		0.8			
Вода питна		250			
Стіки рибні 96.06)	70				
Філе минтая зі шкірою		66.5			
Яйця курячі		5.6			
Борошно пшеничне цільнозернове		6			
Сухарі панірувальні		14			
Олія соняшникова		2.4			
Сіль йодована		0.2			
Салат із квашених огірків, свіжої капусти, моркви з горіхами (1.09)	50		Салат із огірків, петрушки, часнику (1.11)	50	
Огірки квашені		22.2	Огірки свіжі тепличні		37.8
Морква столова свіжа до 01.01		17.2	Огірки свіжі грунтові		46.3
Морква столова свіжа з 01.01		18.3	Петрушка свіжа		13.3
Капуста білокачанна свіжа		17.2	Олія соняшникова рафінована		1.5
Ядра горіхів волоських		1.6	Часник свіжий		1.9
Соус «Ароматна олія» (10.10)	1.5		Оцет 9%		0.3
Олія соняшникова		3.0	Сіль йодована		0.2
Орегано сушений		0.1			
Чай липовий (11.10)	200				
Вода		200			
Липа		0.7			

Хліб	60				
Мандарин	50		Полуниця	50	

П'ятниця

Назва страви	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію	Назва страви (сезонна)	Вихід готової продукції	Норма вмісту на 1 порцію
Борщ із картоплею (2.01)	200				
Бурак столовий свіжий до 01.01		50			
Бурак столовий свіжий з 01.01		53.3			

Картопля свіжа з 01.09 по 31.10		83.3			
Картопля свіжа з 01.11 по 31.12		89.3			
Картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02		96.2			
Картопля свіжа з 01.03 по 01.09		104.2			
Морква столова свіжа до 01.01		9.4			
Морква столова свіжа з 01.01		10			
Корінь петрушки		3.3			
Цибуля ріпчаста		8.9			
Томатне пюре		7.5			
Чорнослив без кісточки		5			
Олія соняшникова рафінована		5			
Цукор пісок		1.5			
Лист лавровий		0.1			
Хмелі-сунелі		0.3			
Сіль йодована		0.8			
Сметана для подачі		5			
Овочевий бульйон (2.15)	175				
Морква столова свіжа до 01.01		10.94			
Морква столова свіжа з 01.01		11.6			
Селера корінь		11.6			
Цибуля ріпчаста		4.2			
Часник сухий		2.6			
Лист лавровий		0.01			
Вода питна		175			
Кускус розсипчастий (8.15)	100				
Кускус		49			
Вода питна		49			
М'ята сушена		0.2			
Сіль йодована		0.3			
Вершкове масло		2.5			
Січеники (5.07)	70				
Яловичина великими шматками		43.6			
Свинина великими шматками		28.1			
Цибуля ріпчаста		12.5			
Панірувальні сухарі		7			
Яйця курячі		2.8			
Хмелі-сунелі		0.1			

Олія соняшникова		1.1			
Сіль йодована		0.2			
Салат із буряком та чорносливом зі сметаною (1.37)	50		Салат зі свіжих томатів та солодкого перцю (1.02)	50	
Буряк столовий свіжий до 01.01		53.1	Томати свіжі тепличні		32.7
Буряк столовий свіжий з 01.01		56.7	Томати свіжі ґрунтові		37.6
Сметана		5	Цибуля зелена свіжа		63
Чорнослив без кісточки		2.5	Перець солодкий свіжий		15.3
Цукор пісок		1	Олія соняшникова рафінована		1.5
			Майоран сушений		0.1
			Сіль йодована		0.2
Кампот із ягід, фруктів та м'яти (11.01)	200				
Ягоди або фрукти свіжоморожені		50	Ягоди, фрукти свіжі		50
Вода питна		220			
М'ята сушена		1			
Родзинки		10			
Хліб	60				