

Найменування страв	АЛЕРГЕНИ	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
ПОНЕДІЛОК		Вихід, г					Вихід, г					Вихід, г				
4-й тиждень			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
Сніданок																
Каша пшоняна молочна Збірник "Дитяче харчування "Снігур ст.254	МП/Л	200	225,62	7,97	9,89	28,06	200	225,62	7,97	9,89	28,06	200	225,62	7,97	9,89	28,06
Пухкий омлет з орегано ІГЗ№3,03	МП/Л/Я	50	87,00	6,00	6,00	0,40	50	87,00	6,00	6,00	0,40	50	87,00	6,00	6,00	0,40
Морква припущена з родзинками"Орг.харч. дітей у ДНЗ"	МП/Л	100	72,34	1,35	1,54	15,08	100	72,34	1,35	1,54	15,08	100	72,34	1,35	1,54	15,08
Чай чорний " Орг.харч. дітей у ДНЗ"ст.136		200	37,90	0,00	0,00	9,98	200	37,90	0,00	0,00	9,98	200	37,90	0,00	0,00	9,98
Хліб цільзерновий	Г	30	68,00	1,00	0,21	15,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00
		580	490,86	16,32	17,64	68,52	600	535,86	17,32	17,78	78,52	600	535,86	17,32	17,78	78,52
2 сніданок																
Шоколад	МП/СБ/Л	20	39,19	0,61	1,97	4,65	20	39,19	0,61	1,97	4,65	20	39,19	0,61	1,97	4,65
Банани свіжі		200	190,00	3,00	0,40	43,60	200	190,00	3,00	0,40	43,60	200	190,00	3,00	0,40	43,60
Какао з молоком	МП/Л	200	114,98	6,28	5,62	10,05	200	114,98	6,28	5,62	10,05	200	114,98	6,28	5,62	10,05
		420	344,2	9,9	8,0	58,3	210	344,2	9,9	8,0	58,3	420	344,2	9,89	7,99	58,30
Обід																
Салат з солоних огірків та цибулі "Орг. Харч.дітей у ДНЗ" ст129		100	10,4	0,64	0,08	1,84	100	10,4	0,64	0,08	1,84	100	10,4	0,64	0,08	1,84
Борщ український "Орг.харч. Дітей у ДНЗ"ст.361		250	107,35	3,57	3,3	16,4	250	107,35	3,57	3,3	16,4	300	120,20	4,05	3,3	19,1
Сметана	МП/Л	15	30,9	0,5	3,0	0,5	15	30,9	0,5	3,0	0,5	15	30,9	0,5	3,0	0,5
Курячі нагетси ІГЗ№4,09		85	186,30	15,10	7,7	17,7	100	219,24	17,72	9,1	20,8	125	274,00	22,10	11,3	26,0
Соус "Кетчуп" ІГЗ№10.05		25	13,20	0,30	0,00	3,00	25	13,20	0,30	0,00	3,00	25	13,20	0,30	0,00	3,00
Каша пшенична ІГЗ№08.26	ЗП/МП/Л/Г	120	151,92	4,84	3,3	25,2	150	189,90	6,00	4,2	31,5	150	189,90	6,00	4,2	31,5
Хліб цільнозерновий	Г	30	68,00	1,00	0,2	15,0	50	113,00	2,00	0,4	25,0	50	113,00	2,00	0,4	25,0
Сік фруктовий		200	84	0,8	0	21,6	200	84	0,8	0	21,6	200	84	0,8	0	21,6
Всього		725	641,67	26,06	17,5	99,4	790	757,59	30,84	19,9	118,7	865	825,20	35,70	22,2	126,6
Полуденок																
Ватрушказ сиром Дитяче харчування Снігур ст.271	МП/Я/Л/Г	60	187,88	9,06	5,03	26,00	80	230,41	10,45	5,24	34,58	80	230,41	10,45	5,24	34,58
Лимонад т.к.№106 Клопотенко		200	53,29	0,51	0,01	13,85	200,00	53,29	0,51	0,01	13,85	200	53,29	0,51	0,01	13,85
Всього		260	241,17	9,57	5,04	39,85	280	283,70	10,96	5,25	48,43	280	283,70	10,96	5,25	48,43
Вечеря																
Салат з буряком ІГЗ №1,36		100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23
Бігос з гречкою та курячим мясом ІГЗ№4.14	МП/Л	150	176,00	17,70	5,50	15,90	200	234,60	23,60	7,30	21,30	250	293,30	29,40	9,10	26,60
Чай з мелісою ІГЗ№		200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48
Сир твердий	МП/Л	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70
Яблука свіжі		100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
Всього		595	421,87	24,65	15,09	48,11	665	527,47	31,55	18,89	60,21	715	586,17	37,35	20,69	65,51
Всього за день:		2580	2140	86	63	314	2545	2449	101	70	364	2880	2575	111	74	377

Найменування страв	АЛЕРГЕНИ	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
Вівторок		Вихід, г					Вихід, г					Вихід, г				
4-й тиждень			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
Сніданок																
Салат із морквою та сиру Збірник Клопотенко, ст.27	МП/Л	100	124,64	4,78	8,35	8,57	100	124,64	4,78	8,35	8,57	100	124,64	4,78	8,35	8,57
Скрамбл ПЗ №3,02	Г/Л/МП/Я	50	78,50	5,50	5,00	5,00	50	78,50	5,50	5,00	5,00	50	78,50	5,50	5,00	5,00
Плов фруктовий т.к. №74 Клопотенко	ЗЛ	120	186,81	7,91	6,06	25,16	150	233,51	9,89	7,57	31,45	150	233,51	9,89	7,57	31,45
Чай каркаде ПЗ №11.11		150	7,00	0,45	0,00	0,90	150	7,00	0,45	0,00	0,90	150	7,00	0,45	0,00	0,90
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
		450	467,95	20,64	21,41	49,63	500	561,65	23,62	24,92	62,62	500	561,65	23,62	24,92	62,62
2 сніданок																
Горіхи волоські	ГХ	15	103,70	2,40	9,50	2,80	15	103,70	2,40	9,50	2,80	25	173,00	4,00	16,00	5,00
Йогурт	МП/Л	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00
Яблука свіжі		200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50
Всього		340	288,4	7,6	12,5	35,3	340	288,4	7,6	12,5	35,3	350	357,7	9,2	19,0	37,5
Обід																
Салат з солоних огірків та цибулі "Орг. Харч. дітей у ДНЗ" ст.129		100	10,4	0,64	0,08	1,84	100	10,4	0,64	0,08	1,84	100	10,4	0,64	0,08	1,84
Суп овочевий зі сметаною "Збірник рецептур для харчув. школярів" ТК №77		250	93,15	2,15	3,99	12,26	250	93,15	2,15	3,99	12,26	300	109,46	2,56	4,54	14,73
Сметана	МП/Л	20	31,8	0,6	3,0	0,6	20	31,8	0,6	3,0	0,6	20	31,8	0,6	3,0	0,6
Болоньезе ПЗ №5,05	С	120	198,97	9,18	9,86	13,78	180	298,97	13,77	14,8	20,66	210	348,2	16,07	17,26	24,11
Каша перлова Збірник" тех. карти приг. блюдо "т.к. №80 ст.83	ЗЛ/МП/Л	120	150,52	3,71	3,05	26,77	150	188,14	4,64	3,81	33,47	150	188,14	4,64	3,81	33,47
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
Узвар ПЗ №11.03		200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90
Всього		840	663,50	18,56	22,88	90,16	950	848,116	25,08	30,58	110,44	1030	913,66	27,79	33,59	116,36
Полуденок																
Вареники лінійні ПЗ №07.20	МП/Л/Г/Я	175	329,05	21,52	15,93	24,57	175	329,05	21,52	15,93	24,57	175	329,05	21,52	15,93	24,57
Компот з фруктів або ягід ПЗ №11.02		200	44,00	0,60	0,00	9,90	200	44,00	0,60	0,00	9,90	200	44,00	0,60	0,00	9,90
		375	373,1	22,1	15,9	34,5	375	373,1	22,1	15,9	34,5	375	373,1	22,1	15,9	34,5
Вечеря																
Салат з оуряка з ароматною олією ПЗ №1,36		100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23
курка тушкована в соусі гуляш з кмином ПЗ №4.13		70	110,00	15,20	3,50	2,50	100	157,15	21,70	5,06	3,63	120,00	188,60	26,00	6,10	4,40
Гречана каша з чебрецем ПЗ №08.01	МП/Л	120	137,20	4,60	2,60	25,80	150	171,50	5,70	3,30	32,30	150	171,50	5,70	3,30	32,30
Чай чорний з лимоном		200	40,21	0,06	0,01	10,28	200	40,21	0,06	0,01	10,28	200	40,21	0,06	0,01	10,28
Сир твердий	МП/Л	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
Всього		535	479,66	26,41	15,30	58,51	525	608,11	35,01	19,56	72,84	550	639,56	39,31	20,60	73,61
Всього за день:		2540	2273	95	88	268	2690	2679	113	103	316	2805	2846	122	114	325

Найменування страв	АЛЕРГЕНИ	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
Середа		Вихід, г					Вихід, г					Вихід, г				
4-й тиждень			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
Сніданок																
Салат з запеченої капусти з родзинками ПГЗ №1,25		100	124,92	2,04	6,44	14,76	100	124,92	2,04	6,44	14,76	100	124,92	2,04	6,44	14,76
Фрикадельки рибні ПГЗ№6.05	р/я	60	48,70	8,90	1,50	1,10	90	73,00	13,40	2,20	1,60	120	101,40	18,60	3,10	2,20
"Харчування дітей" Снігур М.І.ТК№168	г/мп/л	120	164,74	4,62	2,65	30,05	150	205,05	5,70	3,48	37,04	150	205,05	5,70	3,48	37,04
Чай чорний		200	10,00	0,60	0,00	1,00	200	10,00	0,60	0,00	1,00	200	10,00	0,60	0,00	1,00
Сир твердий	мп/л	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70
Хліб цільнозерновий	г/мп/л	30	68,00	1,00	0,21	15,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00
		525	468,36	20,16	14,80	62,61	605	577,97	26,74	16,47	80,10	635	606,37	31,94	17,37	80,70
2 сніданок																
Шоколад	мп/сб/л	20,00	39,19	0,61	1,97	4,65	20,00	39,19	0,61	1,97	4,65	20,00	39,19	0,61	1,97	4,65
Банани свіжі		200,00	190,00	3,00	0,40	43,60	200,00	190,00	3,00	0,40	43,60	200,00	190,00	3,00	0,40	43,60
Йогурт	мп/л	125,00	86,00	4,00	3,00	10,00	125,00	86,00	4,00	3,00	10,00	125,00	86,00	4,00	3,00	10,00
Всього		345,00	315,19	7,61	5,37	58,25	345,00	315,19	7,61	5,37	58,25	345,00	315,19	7,61	5,37	58,25
Обід																
Салат з солоних огірків та цибулі "Орг. Харч.дітей у ДНЗ" ст129		100	10,4	0,64	0,08	1,84	100	10,4	0,64	0,08	1,84	100	10,4	0,64	0,08	1,84
Картопляний крем _ суп ПГЗ№2.05	л/мп/с	250	166,40	2,80	6,80	24,60	250	166,40	2,80	6,80	24,60	300	199,60	3,30	8,10	29,50
Січеники ПГЗт.к.№5.07	г/я	100	177,4	10,02	10	11,25	120	212,88	12,02	12	13,5	120	212,88	12,02	12	13,5
Гречана каша з чебрецем ПГЗ №08.01	мп/л	120	132,70	4,10	3,10	24,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10
Хліб цільнозерновий	г	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
Узвар ПГЗ№11.03		200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90
Всього		800	665,60	19,86	22,88	96,69	870	781,18	23,96	27,68	111,64	920	814,38	24,46	28,98	116,54
Полуденок																
Суфле сирне зі сметаною Снігур М.І. ст263	мп/л/я/г	150	325,14	22,25	16,50	21,47	150	325,14	22,25	16,50	21,47	150	325,14	22,25	16,50	21,47
Чай з мелісою ПГЗ№11.09		200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48
Всього		350	326,36	22,25	16,50	21,95	350	326,36	22,25	16,50	21,95	350	326,36	22,25	16,50	21,95
Вечеря																
Куліш з курячим м'ясом ПГЗ №4.03	мп/л	180	270,10	15,60	12,20	26,70	250	375,10	21,70	16,90	37,00	300	450,10	26,10	20,30	44,50
Салат з морквою та імбирем ПГЗ№1,12		100	63,14	1,03	3,21	7,51	100	63,14	1,03	3,21	7,51	100	63,14	1,03	3,21	7,51
Сир твердий	мп/л	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70
Чай з мелісою ПГЗ№11.09		200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48
Яблука свіжі		100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80
Хліб цільнозерновий	г	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
		625	509,86	22,03	21,81	57,19	575	661,86	29,13	28,51	74,19	600	736,86	33,53	31,91	81,69
Всього за день:		2645	2285	92	81	297	2745	2663	110	95	346	2850	2799	120	100	359

Найменування страв	АЛЕРГЕНИ	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
Четвер		Вихід, г					Вихід, г					Вихід, г				
4-й тиждень			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
Сніданок																
Салат з капусти,морквою та зеленим горошком ІГЗ№1.20		100	67,98	1,98	3,65	6,21	100	67,98	1,98	3,65	6,21	100	67,98	1,98	3,65	6,21
Вегетаріанський закритий пиріг ІГЗ№07.23	МП/Л	180	227,10	5,40	13,10	23,30	250	315,40	7,50	18,10	32,40	250	315,40	7,50	18,10	32,40
Чай чорний з лимоном		200	40,21	0,06	0,01	10,28	200	40,21	0,06	0,01	10,28	200	40,21	0,06	0,01	10,28
Сир твердий	МП/Л	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
Всього		525	458,29	12,44	22,76	50,49	615	593,59	15,54	29,76	66,29	615	593,59	15,54	29,76	66,29
2 сніданок																
Яблуко запечене з сиром ІГЗ№07,05	МП/Л/Я	100	155,89	7,74	6,32	16,70	100	155,89	7,74	6,32	16,70	100	155,89	7,74	6,32	16,70
Компот із свіжих ягід, м'ятою ІГЗ№11.02		150	33,30	0,40	0,00	7,50	150	33,30	0,40	0,00	7,50	150	33,30	0,40	0,00	7,50
Всього		250	189,19	8,14	6,32	24,20	250	189,19	8,14	6,32	24,20	250	189,19	8,14	6,32	24,20
Обід																
Вінегрет Збірник "Дитяче харчування" М.І.Снігур т.к.№1 ст.197 (з 15.10)		100	85,26	1,22	5,183	8,48	100	85,26	1,22	5,183	8,48	100	85,26	1,22	5,183	8,48
Салат зі буряка з ароматною олією ІГЗ№1.36(до 15.10)		100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23
Суп картопляний з пшоном т.к.№40 ст.43	ЗП/МП/Л	250	98,49	2,38	1,93	17,49	250	98,49	2,38	1,93	17,49	300	115,47	2,85	2,03	20,97
Картопляне пюре з орегано ІГЗ№08.13	МП/Л	120	162,62	2,84	7,42	21,11	150	203,27	3,54	9,27	26,39	150	203,27	3,54	9,27	26,39
Котлети рибні ІГЗ№6.07	Р/Я	60	53,2	9,1	1,5	2,1	90	79,8	13,6	2,2	3,2	120	106,4	18,1	3	4,2
Сік фруктовий		200	84	0,8	0	21,6	200	84	0,8	0	21,6	200	84	0,8	0	21,6
Яблука свіжі		200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Всього		1060	722,52	21,09	21,22	112,51	1140	836,77	27,29	25,77	125,59	1220	880,35	32,26	26,67	130,07
Полуденок																
Булочка дитяча Технологічна картка Риженко В.П.	МП/Л/Я/Г	60	120,92	3,18	2,70	22,34	80	161,23	4,24	3,59	29,79	80	161,23	4,24	3,59	29,79
Чай масала ІГЗ11.08	МП/Л	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36
Всього		260	197,78	6,93	5,75	28,70	280	238,09	7,99	6,64	36,15	280	238,09	7,99	6,64	36,15
Вечеря																
Салат з яєць та зеленого горошку ІГЗ№ 1.07	Я	100	127,00	7,95	7,35	7,51	100	127,00	7,95	7,35	7,51	100	127,00	7,95	7,35	7,51
Рис з орегано ІГЗ№08.04	ЗП/МП/Л	120	163,60	3,70	2,90	30,20	150	204,50	4,60	3,60	37,70	150	204,50	4,60	3,60	37,70
Курячий шніцель ІГЗ№4,08	Г/Л/Я/МП	70	148,50	13,10	6,90	11,30	100	212,09	18,70	9,85	16,19	120	254,50	22,40	11,80	19,40
Соус "Кетчуп" ІГЗ№10.05		25	13,20	0,30	0,00	3,00	25	13,20	0,30	0,00	3,00	25	13,20	0,30	0,00	3,00
Чай з мелісою ІГЗ№11.09		200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48
Хліб цільнозерновий	Г	30	68,00	1,00	0,21	15,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00
Всього		545	521,52	26,05	17,36	67,49	675	671,01	33,55	21,15	89,88	645	713,42	37,25	23,10	93,09
Всього за день:		2640	2089,3	74,65	73,413	283,39	2960	2528,65	92,51	89,643	342,11	3010	2614,64	101,18	92,493	349,8

Найменування страв	АЛЕРГЕНИ	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
П"ятниця		Вихід, г					Вихід, г					Вихід, г				
4-й тиждень			Енерго- цінність , ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність , ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність , ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
Сніданок																
Салат з морквою та імбирем ПЗ№1.12		100	63,14	1,0	3,2	7,5	100	63,14	1,0	3,2	7,5	100	63,14	1,0	3,2	7,5
Мак енд чіз ПЗ№07.08		120	181,20	6,2	10,2	17,3	150	226,47	7,7	12,7	21,6	150	226,47	7,7	12,7	21,6
Сир твердий	МП/Л	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70
Чай каркаде ПЗ№11,11		200	10,00	0,60	0,00	1,00	200	10,00	0,60	0,00	1,00	200	10,00	0,60	0,00	1,00
Хліб цільнозерновий	Г/МП/Л	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
Всього		465	377,34	12,83	19,41	36,51	515	469,61	15,34	23,91	47,49	515	469,61	15,34	23,91	47,49
2 сніданок																
Булка "Ярославська"Глухівський хлібокомбінат	Г	60	120,92	3,18	2,70	22,34	80	161,23	4,24	3,59	29,79	80	161,23	4,24	3,59	29,79
Яблука свіжі		200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50
Йогурт, або кефір	МП/Л	125	86,0	4,0	3,0	10,0	125	86,0	4,0	3,0	10,0	125	86,0	4,0	3,0	10,0
Всього		385	305,62	8,38	5,70	54,84	405	345,93	9,44	6,59	62,29	405	345,93	9,44	6,59	62,29
Обід																
Салат з солоних огірків та цибулі "Орг. Харч.дітей у ДНЗ" ст129		100	10,4	0,64	0,08	1,84	100	10,4	0,64	0,08	1,84	100	10,4	0,64	0,08	1,84
Борщ з картоплею ПЗ№2.01		250	163,71	7,1	7,17	19,2	250	163,71	7,1	7,17	19,2	300	206	3,6	7,9	31,1
Сметана	МП/Л	20	31,8	0,6	3,0	0,6	20	31,8	0,6	3,0	0,6	20	31,8	0,6	3,0	0,6
Бефстроганов ПЗ№5,08	МП/Л	70	95,3	6,72	6,64	2,29	100	136,15	9,6	9,48	3,27	120	163,38	11,52	11,38	3,92
картопляне пюре з орегано ПЗ№08.13	МП/Л	120	162,62	2,84	7,42	21,11	150	203,27	3,54	9,27	26,39	150	203,27	3,54	9,27	26,39
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
Компот з фруктів або ягід ПЗ№11.02		200	44,00	0,60	0,00	9,90	200	44,00	0,60	0,00	9,90	200	44,00	0,60	0,00	9,90
Всього		790	578,79	20,48	26,31	64,95	870	707,29	25,06	33,00	77,91	940	776,81	23,48	35,63	90,46
Полуденок																
Запиканка сирна з яблуком та морквою ПЗ№07.10	Я/МП/Л/Г	195	359,58	23,02	17,72	26,09	195	359,58	23,02	17,72	26,09	195	359,58	23,02	17,72	26,09
Чай чорний		200	37,90	0,00	0,00	9,98	200	37,90	0,00	0,00	9,98	200	37,90	0,00	0,00	9,98
Всього		395	397,48	23,02	17,72	36,07	395	397,48	23,02	17,72	36,07	225	397,48	23,02	17,72	36,07
Вечеря																
Салат з морквою та імбирем ПЗ№1,12		100	63,14	1,03	3,21	7,51	100	63,14	1,03	3,21	7,51	100	63,14	1,03	3,21	7,51
Яйце варене	Я	40	62,80	5,08	4,60	0,28	40	62,80	5,08	4,60	0,28	40	62,80	5,08	4,60	0,28
Бігосз гречкою та курячим м'ясом ПЗ №4.14	МП/Л	150	176,00	17,70	5,50	15,90	200	234,60	23,60	7,30	21,30	250	293,30	29,40	9,10	26,60
Чай з мелісою ПЗ№ 11.09		200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48
Сир твердий	МП/Л	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
Всього		535	426,16	28,81	19,31	34,87	605	531,76	35,71	23,11	46,97	655	590,46	41,51	24,91	52,27
Всього за день:		2570	2085	94	88	227	2790	2452	109	104	271	2740	2580	113	109	289

Найменування страв	АЛЕРГЕНИ	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
Субота		Вихід, г					Вихід, г					Вихід, г				
4-й тиждень			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
Сніданок																
Овочі припущені з соусом "бешамель" ІГЗ№08.14	МП/Л	100	73,6	4,1	2,7	7,7	100	73,6	4,1	2,7	7,7	100	73,6	4,1	2,7	7,7
Пастуший пиріг ІГЗ№4.02	МП/Л	180	226,68	17,30	7,50	21,30	250	314,83	24,02	10,41	29,62	300	377,80	28,83	12,50	35,54
Компот з фруктів або ягід ІГЗ№11.02		200	44	0,6	0	9,9	200	44	0,6	0	9,9	200	44	0,6	0	9,9
Сир твердий	МП/Л	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
Всього		525	467,28	27,00	16,20	49,60	615	602,43	34,72	21,11	64,62	665	665,40	39,53	23,20	70,54
2 сніданок																
Горіхи волоські	ГХ	15	103,70	2,40	9,50	2,80	15	103,70	2,40	9,50	2,80	25	173,00	4,00	16,00	5,00
Йогурт	МП/Л	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00
Шоколад	МП/СБ/Л	20	39,19	0,61	1,97	4,65	20	39,19	0,61	1,97	4,65	20	39,19	0,61	1,97	4,65
Всього		160	228,89	7,01	14,47	17,45	160	228,89	7,01	14,47	17,45	170	298,19	8,61	20,97	19,65
Обід																
Салат з капусти з насінням т.к.№12 ст.34 збірник Клопотенко		100	102,09	2,21	7,73	5,93	100	102,09	2,21	7,73	5,93	100	102,09	2,21	7,73	5,93
Суп з рисовою крупою та ТОМАТОМ Збірник Клопотенко т.к.№37 стр.86	ЗП/МП/Л	250	113	1,8	4,2	16,8	250	113	1,8	4,2	16,8	250	113	1,8	4,2	16,8
Курячий шніцель ІГЗ№04.08	Г/Л/Я/МП	70	148,5	13,1	6,9	11,3	100	212,1	18,7	9,9	16,9	120	254,5	22,4	11,8	19,4
Горохове пюре ІГЗ№08.29		120	174,0	12,45	0,6	18,3	150	174,0	12,45	0,6	18,3	150	174,0	12,45	0,6	18,3
Узвар ІГЗ№11.03		200	107,7	0,3	0,9	24,9	200	107,7	0,3	0,9	24,9	200	107,7	0,3	0,9	24,9
Яблука свіжі		200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
Всього		970	815,0	33,1	22,3	109,7	1050	925,6	39,7	27,3	122,0	1070	968,0	43,4	29,2	124,5
Полуденок																
Салат з морквою та сиром т.к.№27 Клопотенко	МП/Л/Л	100	114,89	4,17	8,51	5,41	100	114,89	4,17	8,51	5,41	100	114,89	4,17	8,51	5,41
Чай каркаде ІГЗ№11.11		200	10,00	0,60	0,00	1,00	200	10,00	0,60	0,00	1,00	200	10,00	0,60	0,00	1,00
		300	124,89	4,77	8,51	6,41	300	124,89	4,77	8,51	6,41	300	124,89	4,77	8,51	6,41
Вечеря																
Салат з буряка ІГЗ№1.36		100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23
Горіхи волоські	ГХ	15	103,7	2,4	9,5	2,8	15	103,7	2,4	9,5	2,8	15	103,7	2,4	9,5	2,8
Ньокі (картопляні галушки) ІГЗ№8.11	МП/Л/Я/Г	150	171,74	4,27	3,87	32,66	150	171,74	4,27	3,87	32,66	150	257,61	6,40	5,80	48,99
сметанный соус Смігур №232	мп/л/г	50	101,1	1,3	8,7	4,5	50	101,1	1,3	8,7	4,5	50	101,1	1,3	8,7	4,5
Чай з мелісою ІГЗ№		200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48	200	1,22	0,00	0,00	0,48
Хліб цільнозерновий	Г	30	68,00	1,00	0,21	15,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00
Всього		545	515,03	10,52	25,46	64,68	565	560,03	11,52	25,60	74,68	565	645,90	13,65	27,53	91,01
Всього за день:		2500	2151	82	87	248	2690	2442	98	97	285	2770	2702	110	109	312

Найменування страв	АЛЕРГЕНИ	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
<u>Неділя</u>		Вихід, г					Вихід, г					Вихід, г				
4-й тиждень			Енерго- цінність , ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність , ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,г		Енерго- цінність , ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
Сніданок																
Каша манна молочна Дитяче харчування Снігур т.к.№151ст.253	ЗП/МП/Л	200	143,20	5,27	5,43	18,52	200	220,68	7,71	8,70	29,56	200	220,68	7,71	8,70	29,56
Пухкий омлет з орегано ІГЗ№3,03	Я/МП/Л	50	87,00	6,00	6,00	0,40	50	87,00	6,00	6,00	0,40	50	87,00	6,00	6,00	0,40
Морква припущена з родзинками "Орг. Харч. дітей у ДНЗ" ст.148	МП/Л	100	72,34	1,35	1,54	15,08	100	72,34	1,35	1,54	15,08	100	72,34	1,35	1,54	15,08
Чай чорний Орг. харч. Дітей у ДНЗ ст.136		200	37,90	0,00	0,00	9,98	200	37,90	0,00	0,00	9,98	200	37,90	0,00	0,00	9,98
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
Всього		580	411,44	14,62	14,97	53,98	600	535,92	18,06	20,24	71,72	600	535,92	18,06	20,24	71,72
2 сніданок																
Яблуко запечене з сиром ІГЗ№07.05	МП/Л	150	233,84	11,61	9,48	25,04	150	233,84	11,61	9,48	25,04	150	233,84	11,61	9,48	25,04
Компот з ягід або фруктів та м'яти ІГЗ№11,01		200	44,40	0,60	0,00	10,00	200	44,40	0,60	0,00	10,00	200	44,40	0,60	0,00	10,00
Всього		350	278,24	12,21	9,48	35,04	350	278,24	12,21	9,48	35,04	350	278,24	12,21	9,48	35,04
Обід																
Розсольник "Орг. харчу. Дітей у ДНЗ" ст.98	МП/Л	250	100,93	2,31	2,64	16,49	250	100,93	2,31	2,64	16,49	300	115,60	2,71	2,71	19,51
Курка тушкована в соусі гуляш з кмином ІГЗ№ 4,13		70	110,00	15,20	3,50	2,50	100	157,15	21,70	5,06	3,63	120	188,60	26,00	6,10	4,40
Каша пшенична ІГЗ№08.26	ЗП/МП/Л	120	143,30	4,80	2,40	25,20	150	179,10	6,00	3,00	31,50	150	179,10	6,00	3,00	31,50
Салат з буряка з ароматною олією ІГЗ№1,36		100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
Узвар з сухофруктів ІГЗ№11,03		150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
Яблука свіжі		100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
Всього		820	620,3	26,5	14,8	92,5	900	750,2	35,2	19,0	106,7	970	796,4	39,9	20,1	110,4
Полуденок																
Печиво цитрусове ІГЗ№07.01	МП/Л/Г/Я	60	206,30	5,60	4,80	37,20	80	275,10	7,50	6,50	49,60	80	275,10	7,50	6,50	49,60
Лимонад т.к.№106 Клопотенко		200	53,29	0,51	0,01	13,85	200	53,29	0,51	0,01	13,85	200	53,29	0,51	0,01	13,85
Всього		260	259,59	6,11	4,81	51,05	280	328,39	8,01	6,51	63,45	280	328,39	8,01	6,51	63,45
Вечеря																
Салат з капусти ІГЗ№1,23		100	94,37	2,95	6,56	5,21	100	94,37	2,95	6,56	5,21	100	94,37	2,95	6,56	5,21
Риба тушкована з овочами ІГЗ№6,03	Р	60	60,9	8,5	2,8	1,7	90	91,3	12,7	4,2	2,5	120	121,7	16,9	5,5	3,3
Каша пшоная №80 ст.83	ЗП/МП/Л	120	193,49	5,57	4,48	32,58	120	193,49	5,57	4,48	32,58	160	263,40	7,44	6,46	43,44
Чай каркаде		200	10,00	0,54	0,00	0,90	200	10,00	0,54	0,00	0,90	200	10,00	0,54	0,00	0,90
Сир твердий	МП/Л	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70	15	52,00	3,00	4,00	0,70
Хліб цільнозерновий	Г	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
Всього		525	481,76	22,56	19,84	51,09	575	559,16	27,76	23,24	58,59	645	659,47	33,83	26,52	70,25
Всього за день:		2535	2051	82	64	284	2705	2452	101	78	335	2845	2598	112	83	351



Wondershare
PDFelement