

2тиждень	Понеділок														1 ДЕНЬ													
Назва Страви	Розкладка Сировини	Вікова група 6-11 років (1-4 кл.)							Вікова група 11-14 років (5-9 кл.)							Вікова група 14-18 років (9-11 кл.)							Використана рецептура					
		Вихід	Брутто,г	Нетто	Б	Ж	В	Ккал	Вихід	Брутто,г	Нетто	Б	Ж	В	Ккал	Вихід	Брутто,г	Нетто	Б	Ж	В	Ккал.						
Сочевиця	Сочевиця	120/3	57	57	4,5	0	7,9	53,6	150/4	71	71	5,7	0	9,9	66,7	150/4,5	71	71	5,7	0	9,9	66,7	Технологічна карта 12.01					
	масло вершкове		3	3	0,02	2,1	0,04	19,8		4	4	0,03	2,9	0,05	26,4		4,5	4,5	0,04	3,2	0,05	26,4						
	сіль йодована		0,5	0,5						0,75	0,75						0,75	0,75										
Курка тушкована в соусі	м'ясо філе	80/	74	70	12,7	12,9	0,5	168,7	110/95	105	100	18,2	18,4	0,7	241	130/115	126	120	21,8	22,08	0,84	289,2	Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх закладах та оздоровчих закладах Львів Літопис 2019 ст., рецептура 76 С. Клопотенко					
	олія	65	5,5	5,5	0	5,5	0	49,4		6,5	6,5	0	6,5	0	58,4		7,5	7,5	0	7,5	0	67,4						
	цибуля		12	10	0,14	0	0,98	4,1		12	10	0,14	0	0,98	4,1		12	10	0,14	0	0,98	4,1						
	морква		3	2	0,02	0	0,17	0,68		3	2	0,02	0	0,17	0,68		3	2	0,02	0	0,17	0,68						
	буряк		6	5	0,08	0	0,5	2,1		6	5	0,08	0	0,5	2,1		6	5	0,08	0	0,5	2,1						
	цукор		4		0	0	4	15,12		5	5	0	0	5	18,9		5	5	0	0	5	18,9						
	томатна паста		2	2	0,1	0	0,4	1,98		2	2	0,1	0	0,4	1,98		2	2	0,1	0	0,4	1,98						
	сіль йодована		0,5	0,5						0,75	0,75						0,75	0,75										
Солені овочі (огірок, помідор)	помідор, огірок	83	104	83	0,66	0,08	2,7	11,6	83	104	83	0,66	0,08	2,7	11,6	83	104	83	0,66	0,08	2,7	11,6	Збірник рецептур блюд для харчування школярів 1987р. ст.39, рецептура 52					
Апельсин	Апельсин	100	100	100	0,9	0,2	9,5	40	100	100	100	0,9	0,2	9,5	40	100	100	100	0,9	0,2	9,5	40	Технологічна карта 12.01					
Хліб цільнозерновий	Хліб	30	30	30	2,46	0,42	14,6	71,4	50	50	50	4,1	0,7	24,3	119	50	50	50	4,1	0,7	24,3	119						
Сир тверд.	сир твердий	15	15,45	15	3,45	4,35	0	54	15	15,45	15	3,45	4,35	0	54	15	15,45	15	3,45	4,35	0	54						
Сік фруктовий	сік фруктовий	200	200	200	0,8	0	20,6	84	200	200	200	0,8	0	20,6	84	200	200	200	0,8	0	20,6	84	Збірник рецептур блюд для харчування школярів 1987р.ст.197,р. 362					
Всього					25,83	25,55	61,89	576,48				34,18	33,13	74,8	728,9				37,79	38,11	74,94	786						

2 тиждень		Віторок							2 ДЕНЬ														
Назва Страви	Розкладка Сировини	Вікова група 6-11 років (1-4 кл.)							Вікова група 11-14 років (5-9 кл.)							Вікова група 14-18 років (9-11 кл.)							Використана рецептура
		Вихід	Брутто, г	Нетт о,г	Б	Ж	В	Кка л.	Вихід	Брутто ,г	Нетт о,г	Б	Ж	В	Кка л.	Вихід	Брутто ,г	Нетт о,г	Б	Ж	В	Кка л.	
Плов фруктовый з родзинками	Яблука	160/ 90	50	35	0,1 4	0,14	37, 8	15,7	190/ 120	50	35	0,14	0,14	37, 8	15,7	190/ 120	50	35	0,14	0,1 4	37, 8	15,7	Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку Львів Літопис 2019 ст., рецептура 77 Є. Клопотенко
	Родзинки		25	25	0,4 5	0	17, 2	65,5		25	25	0,45	0	17, 2	65,5		25	25	0,45	0	17, 2	65,5	
	Крупа рис		33	33	2,3	0,25	17, 9	109		43	43	3,0	0,43	23, 7	142		43	43	3,0	0,4 3	23, 7	142	
	Цукор		3,5	3,5	0	0	3,5	13,3		3,5	3,5	0	0	3,5	13,3		3,5	3,5	0	0	3,5	13,3	
	Масло вершков		3	3	0,0 2	2,1	0,0 4	19,8		4	4	0,03	2,9	0,0 5	26,4		4,5	4,5	0,04	3,2	0,0 5	26,4	
	Сіль		0,5	0,5						0,75	0,75						0,75	0,75					
Котлети з моркви із сметаною	Морква	119/ 30	125	100	1,3	0,1	8,4	34	119 /30	125	100	1,3	0,1	8,4	34	119 /30	125	100	1,3	0,1	8,4	34	Харчування дітей М.І.Снігур, З.Т.Корешкова 1988р.ст.241, рецептура 117
	Яйця		1/4	10	3,2	2,8	0,2	39,2		1/4	10	3,2	2,8	0,2	39,2		1/4	10	3,2	2,8	0,2	39,2	
	Молоко		15	15	0,4	0,4	0,7	7,8		15	15	0,4	0,4	0,7	7,8		15	15	0,4	0,4	0,7	7,8	
	Крупа манна		6	6	0,6	0,06	4,0	19,7		6	6	0,6	0,06	4,0	19,7		6	6	0,6	0,0 6	4,0	19,7	
	Цукор		4	4	0	0	4	15,1		4	4	0	0	4	15,1		4	4	0	0	4	15,1	
	Сухарі пан		10	10	1,1	0,15	6,9	34,1		10	10	1,1	0,15	6,9	34,1		10	10	1,1	0,1 5	6,9	34,1	
	Олія		5,5	5,5	0	5,5	0	49,5		6,5	6,5	0	6,5	0	58,4		7,5	7,5	0	7,5	0	67,4	
	Сіль		0,5	0,5						0,75	0,75						0,75	0,75					
	Сметана		23	23	0,6	4,6	0,7	47,4		23	23	0,6	4,6	0,7	47,4		23	23	0,6	4,6	0,7	47,4	
Чай	Чай	200	0,5	0,5					200	0,5	0,5					200	0,5	0,5					Збірник рецептур блюд для харчування школярів 1987р.ст. 192
Банан	Банан	65	65	65	0,9	0	14, 1	57,8	65	65	65	0,9	0	14, 1	57,8		65	65	0,9	0	14, 1	57,8	
Всього					11, 01	16,0 1	10 1,3 4	528				11,72	18,08	10 7,2	576				11,73	19, 38	12 1,2 5	585	
2 тиждень	Середа							3 ДЕНЬ															
Назва Страви	Розкладка сировини	Вікова група 6-11 років (1-4 кл.)							Вікова група 11-14 років (5-9 кл.)							Вікова група 14-18 років (9-11 кл.)							Використана рецептура

																							епт ура
		Вихід	Брутто, г	Нетто, г	Б	Ж	В	Ккал.	Вихід	Брутто, г	Нетто, г	Б	Ж	В	Ккал.	Вихід	Брутто, г	Нетто, г	Б	Ж	В	Ккал.	
Відварена картопля з вершковим маслом	Картопля	120/3	175	126	2,52	0,5	20,54	100,1	150/4	220	158	3,166	0,633	25,75	126,4	150/4,5	220	158	31,6	0,63	25,75	126,4	Технологічна карта 08.12
	Масло вершков		3	3	0,04	21,8	0,03	19,84		4	4	0,05	2,9	0,04	26,45		4,5	4,5	0,06	2,9	0,04	29,76	
	Сіль		0,25	0,25						0,5	0,5						0,5	0,5					
	Кріп сушен.		0,1	0,1						0,1	0,1						0,1	0,1					
Хек запечений	Хек с/з	50	80	60	9,6	0,36	-	41,4	76	120	90	1,22	0,46	-	62,1	100	160	120	19,2	0,72	-	82,8	Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку Львів Літопис 2019 ст., рецептура 83 Є. Клопотенко
	борошно пшеничне		3	3	0,3	0,3	2,19	9,93		3	3	0,33	0,3	2,19	9,93		3	3	0,3	0,3	2,19	9,93	
	Яйце		1/4	10	1,27	1,15	0,07	15,7		1/4	10	1,27	1,15	0,07	15,7		1/4	10	1,27	1,15	0,07	15,7	
	сухарі пан.		3	3	0,33	0,05	2,07	10,23		3	3	0,33	0,05	2,07	10,23		3	3	0,33	0,05	2,07	10,23	
	Олія		2	2	-	2,0	-	18,0		2	2	-	2,0	-	18,0		2	2	-	2,0	-	18,0	
	Сіль йодов.		0,5	0,5						0,5	0,5						0,5	0,5					
Котлета з капусти	Капуста	100	125	100	1,8	0,1	5,7	27	100	125	100	1,88	0,11	5,7	27	100	125	100	1,8	0,1	5,7	27	Харчування дітей М.І. Снігур, З.Т. Кор
	Молоко		10	10	0,28	0,25	0,47	5,2		10	10	0,28	0,25	0,47	5,2		10	10	0,28	0,25	0,47	5,2	
	Цукор		5	5	-	-	5,0	18,9		5	5	-	-	5,0	18,9		5	5	-	-	5,0	18,9	
	Яйця		1/4	10	1,06	0,13	7,32	33,1		1/4	10	1,06	0,13	7,32	33,1		1/4	10	1,06	0,13	7,32	33,1	

												, 0 6	1 3										єшк ова 198 8р.с т24 1, рец епт ура 116
	Борошно		10	10	0,5 5	0,08	3,4 5	17,0 5		10	10	0 5 5	0 0 8	3,45	17, 05		10	10	0,55	0,08	3,4 5	17, 05	
	Сухарі пан.		5	5	0,5 5	0,08	3,4 5	17,0 5		5	5	0 5 5	0 0 8	3,45	17, 05		5	5	0,55	0,08	3,4 5	17, 05	
	Олія		3,5	3,5	-	3	-	27		4,5	4,5	-	4	-	36		5,5	5,5	-	5	-	45	
	Сіль йодов.		0,25	0,25						0,5	0,5						0,5	0,5					
Молоко кип'ячене	молоко	190	190	190	53, 2	4,75	8,9 3	98,8	190	190	190	5 3 , 2	4 , 7 5	8,93	98, 8	190	190	190	53,2	4,75	8,9 3	98, 8	Збірн ик рецеп тур блю д для харчу вання школ ярів 1987р . ст.196 , рецеп тура 357
Хліб цільноз.	Хліб	30	30	30	2,4 4	0,82	11, 93	65,6 4	50	50	50	4, 0 7	1 , 3 6	19,89	109 ,4	50	50	50	4,07	1,36	19, 89	109 ,4	
Банан	Банан	100	100	100	1,5	0,1	21, 8	89	100	100	100	1, 5	0 , 1	21,8	89	100	100	100	1,5	0,1	21, 8	89	Техн ологі чна карт а 12.01
Всього					75, 44	16,92	89, 57	612, 19				8 1, 0 4	1 9 , 4 1	102,7 5	718 ,96				116,4 9	20,67	102 ,75	751 ,97	

2тижде нь	ЧЕТВЕР												4 ДЕНЬ											
Назва страви	Розкладк а Сировин и	Вікова група 6-11 років (1-4 кл.)							Вікова група 11-14 років (5-9 кл.)							Вікова група 14-18 років (9-11 кл.)							Використана Рецептура	
		Вих ід	Брутт о,г	Нетто ,г	Б	Ж	В	Ккал .	Вих ід	Брутт о,г	Нетто ,г	Б	Ж	В	Ккал .	Вих ід	Брутт о,г	Нетто ,г	Б	Ж	В	Кка л.	Харчування дітей М.І.Снігур, З.Т.Корєшкова1988р. ст.259, рецептура 168	

Макаро ни відваре ні з маслом	Макарон и	120/ 3	40	40	4,28	0,44	27,9	134, 8	150/ 4	50	50	5,35	0,55	34,9	168, 5	150 /4,5	50	50	5,35	0,55	34,9	168, 5	
	масло вер.		3	3	0,04	21,8	0,03	19,8 4		4	4	0,05	2,9	0,04	26,4 5		4,5	4,5	0,06	2,9	0,04	29,7 6	
	сіль йодован		0,5	0,5						0,75	0,75						0,75	0,75					
Котлет и буряков і зі сметан ою	Буряк	90/ 25	125	100	1,5	0,1	10,0	42	90/ 25	125	100	1,5	0,1	10,0	42	90/ 25	125	100	1,5	0,1	10,0	42	Збірник рецептур блюд для харчування школярів 1987р.ст.72, рецептура 125
	Олія		5,5	5,5	-	5,49	-	49,4 5		6,5	6,5	-	6,49	-	58,4 4		7,5	7,5	-	6,49	-	58,4	
	Борошно		18	18	1,9	0,23	13,1 8	59,5 8		18	18	1,9	0,23	13,1 8	59,5 8		18	18	1,9	0,23	13,1 8	59,5 8	
	Яйця		1/4	10	1 ,06	0,13	7,32	33,1		1/4	10	1 ,06	0,13	7,32	33,1		1/4	10	1 ,06	0,13	7,32	33,1	
	Сухарі пан.		18	18	2,4	0,9	12	71,1		18	18	2,4	0,9	12	71,1		18	18	2,4	0,9	12	71,1	
	Цукор		5	5	-	-	5	18,9		5	5	-	-	5	18,9		5	5	-	-	5	18,9	
	Сметана		25	25	0,7	5,0	0,8	51,5		25	25	0,7	5,0	0,8	51,5		25	25	0,7	5,0	0,8	51,5	
	Сіль йодов		0,5	0,5						0,75	0,75						0,75	0,75					
Яйце варене	Яйця	1	1	1	12,7	11,5	0,7	157	1	1	1	12,7	11,5	0,7	157	1	1	1	12,7	11,5	0,7	157	Збірник рецептур блюд для харчування школярів 1987р.ст.98, рецептура 169
Узвар	Сухофру кти	200	25	25	1,3	-	15,6	58,5	200	25	25	1,3	-	15,6	58,5	200	25	25	1,3	-	15,6	58,5	Технологічна карта 11.03
Банан	Банан	100	100	100	1,5	0,1	21,8	89	100	100	100	1,5	0,1	21,8	89	100	100	100	1,5	0,1	21,8	89	Технологічна карта 12.01
Всього					27,5 9	27,0 7	107, 32	767, 33				28,6 7	28,9 2	114, 09	816, 67				28,6 8	29,2 8	114, 09	843, 7	

Назва Страви	Розклад ка Сировини	Вікова група 6-11 років (1-4 кл.)							Вікова група 11-14 років (5-9 кл.)							Вікова група 14-18 років (9-11 кл.)							Використана Рецептура
		Вихід	Брутто, г	Нетто, г	Б	Ж	В	Ккал	Вихід	Брутто, г	Нетто, г	Б	Ж	В	Ккал	Вихід	Брутто, г	Нетто, г	Б	Ж	В	Ккал	Технологічна карта
Плов з булгура та курятини	Філе куряче	200/120/65	74	70	12,74	12,88	0,49	169	260/150/93	105	100	18,2	18,4	0,7	241	280/150/111	126	120	21,84	22,08	0,84	289	Технологічна карта 5.01
	Крупа булгур		48	48	5,9	0,62	27,6	164,16		60	60	7,38	0,78	34,6	205,2		60	60	7,38	0,78	34,6	205,2	
	Олія		1,5	1,5	-	1,55	-	13,49		1,5	1,5	-	1,55	-	13,49		1,5	1,5	-	1,55	-	13,49	
	Масло вер.		3	3	0,04	21,8	0,03	19,84		4	4	0,05	2,9	0,04	26,45		4,5	4,5	0,06	2,9	0,04	29,76	
	Цибуля		11	9	0,16	-	0,9	3,7		11	9	0,16	-	0,9	3,7		11	9	0,16	-	0,9	3,7	
	Морква		13	10	0,13	0,01	0,84	3,4		13	10	0,13	0,01	0,84	3,4		13	10	0,13	0,01	0,84	3,4	
	Томатна паста		4	4	0,04	0,005	0,16	0,8		4	4	0,04	0,005	0,16	0,8		4	4	0,04	0,005	0,16	0,8	
	Цукор		4	4	-	-	3,99	15,16		4	4	-	-	3,99	15,16		4	4	-	-	3,99	15,16	
	Сіль йодована		0,5	0,5						0,75	0,75						0,75	0,75					
Морква припущена	Морква	70	101	81	1,05	0,08	6,8	27,54	70	101	81	1,05	0,08	6,8	27,54	70	114	81	1,05	0,08	6,8	27,54	Збірник рецептур блюд для харчування школярів 1987р.ст.66, рецептура 112
	Олія		4	4	-	3,99	-	35,96		5	5	-	4,99	-	44,95		6	6	-	5,99	-	53,94	
	Цукор		3,5	3,5	-	-	3,5	13,27		3,5	3,5	-	-	3,5	13,27		3,5	3,5	-	-	3,5	13,27	
	Сіль йодована		0,5	0,5						0,75	0,75						0,75	0,75					
Какао з молоком	Какао	200	6	6	1,4	1,0	2,0	22,8	200	6	6	1,4	1,0	2,0	22,8	200	6	6	1,4	1,0	2,0	22,8	Технологічна карта 11.05
	Молоко м		200	200	5,6	5	9,5	104		200	200	5,6	5	9,5	104		200	200	5,6	5	9,5	104	
Хліб цільнозерновий	Хліб	30	30	30	2,44	0,82	11,93	65,64	50	50	50	4,07	1,36	19,89	109,4	50	50	50	4,07	1,36	19,89	109,4	
Банан	Банан	100	100	100	1,5	0,2	21,8	95	100	100	100	1,5	0,2	21,8	95	100	100	100	1,5	0,2	21,8	95	Технологічна карта 12.01
Всього					31	28,34	89,44	753,76				39,55	36,28	62,53	899,71				41,2	41,32	104,76	1069,6	

