

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				
3-й тиждень			енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г
Сніданок																
Салат з квашених огірків, свіжої капусти,моркви з горіхами ПГЗ№1.09		100	70,31	1,48	5,08	4,6	100	70,31	1,48	5,08	4,6	100	70,31	1,48	5,08	4,6
Вегетаріанський закритий пиріг ПГЗ№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
Какао з молоком ПГЗ№11.05	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
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
		510	483,39	15,16	25,80	47,95	600	618,69	18,26	32,80	63,75	600	618,69	18,26	32,80	63,75
2 сніданок																
Яблуко запечене з сиром ПГЗ№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 фруктів або ягід(свіжих або заморожених) т.к.№11,02		200,0	44,00	0,60	0,00	9,90	200,0	44,00	0,60	0,00	9,90	200,0	44,00	0,60	0,00	9,90
		350	277,84	12,21	9,48	34,94	350	277,84	12,21	9,48	34,94	350	277,84	12,21	9,48	34,94
Обід																
Салат з морквою, сиром Збірник Клопетенко, т.к№27 ст.66		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
Суп гороховий ПГЗ№02.11	С	250	134,50	5,50	2,50	19,20	250	134,50	5,50	2,50	19,20	250	134,50	5,50	2,50	19,20
Плов з курячим м'ясом ПГЗ№4.04	ЗП	180	279,81	14,92	12,01	30,29	250	388,62	20,72	16,69	42,07	250	388,62	20,72	16,69	42,07
Узвар ПГЗ№11.03		150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,80	0,2	0,70	18,70	150	80,80	0,2	0,70	18,70
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	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
		910	786,45	27,60	23,77	114,26	1000	940,26	34,40	28,59	136,04	1000	940,26	34,40	28,59	136,04
Полуденок																
Сінабон з корицею ПГЗ№07.21	МП/Л/Г	60	143,80	3,70	5,40	25,50	80	191,70	4,90	7,20	34,10	80	191,70	4,90	7,20	34,10
Молоко кип'ячене	МП/Л	200	122,00	6,20	5,00	9,40	200	122,00	6,20	5,00	9,40	200	122,00	6,20	5,00	9,40
		260	265,80	9,90	10,40	34,90	280	313,70	11,10	12,20	43,50	280	313,70	11,10	12,20	43,50
Вечеря																
Салат з капусти з ароматною олією ПГЗ№1.28		100	55,40	1,5	3,3	4,4	100	55,40	1,5	3,3	4,4	100	55,40	1,5	3,3	4,4
Курка запечена в соусі "Імбирному" ПГЗ№4.11		60	129,30	13,60	5,80	3,60	85	183,10	19,30	8,20	5,10	100	215,44	22,67	9,65	6,05
Картопляне пюре з орегано ПГЗ№08.13	МП/Л/Я/Г	120	162,62	2,84	7,42	21,11	150	203,30	3,50	9,30	26,40	150	203,30	3,50	9,30	26,40
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	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113,00	2,00	0,35	25,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00
Чай з м'ятою 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
		525	468,54	21,94	20,73	45,29	600	608,02	29,30	25,15	62,08	615	640,36	32,67	26,60	63,03
Всього за день:		2555	2282	87	90	277	2830	2759	105	108	340	2845	2791	109	110	341

Найменування страв	Алергени	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
		Вихід, г					Вихід, г					Вихід, г				
Вівторок			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглево ди, г
3-й тиждень																
Сніданок																
Салат з запеченої капусти з родзинками ІГЗ№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
Запіванка рисова ІГЗ№07.14	ЗП/МП/ЯЛ	180	292,50	9,60	10,30	39,60	200	325,00	10,70	11,40	44,00	250	406,30	13,40	14,30	55,00
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
Чай з 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
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		530	530,18	14,82	21,74	65,97	570	609,68	16,92	24,84	77,07	620	690,98	19,62	27,74	88,07
2 сніданок																
Булка "Ярославська" Глухівський хлібокомбінат	Г	60	275,10	7,50	6,50	49,60	80	275,10	7,50	6,50	49,60	80	275,10	7,50	6,50	49,60
Яблука свіжі		200	104,80	0,80	0,80	23,60	200	104,80	0,80	0,80	23,60	200	104,80	0,80	0,80	23,60
Узвар (без цукру) Ігз №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		260	379,90	8,30	7,30	73,20	280	379,90	8,30	7,30	73,20	280	379,90	8,30	7,30	73,20
Обід																
Салат з солоних огірків та цибулі"Організація харчування дітей у ДНЗ" ст.		100	145,20	8,0	9,4	5,0	100	145,20	8,0	9,4	5,0	100	145,20	8,0	9,4	5,0
Суп з крупою перловою і томатом Збірник Клопотенко т.к.№37 ст.86	ЗП	250	151,60	3,0	4,3	34,5	250	151,60	3,0	4,3	34,5	250	151,60	3,0	4,3	34,5
Січеники ІГЗ№5.07	Г/Я	100	177,40	10,0	10,0	11,3	120	212,88	12,0	12,0	13,5	120	212,88	12,0	12,0	13,5
Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем ІГЗ№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	71,0	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 із свіжих (заморожених) ягід, м'ятою ІГЗ№ 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		800	721,9	27,72	28,80	94,75	870	837,48	31,82	33,60	109,70	870	837,48	31,82	33,60	109,70
Полуденок																
Йогурт, або кефір	МП/Л	125	100,76	2,42	2,22	17,72	125	100,76	2,42	2,22	17,72	125	151,15	3,63	3,33	26,58
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
Горіхи волоські	ГХ	15	103,70	2,40	9,50	2,80	15,00	103,70	2,40	9,50	2,80	15	103,70	2,40	9,50	2,80
Всього		160	243,65	5,43	13,69	25,17	160	243,65	5,43	13,69	25,17	160	294,04	6,64	14,80	34,03
Вечеря																
Овочі припущені з соусом "Бешамель" ІГЗ№ 08.14	МП/Л/Г	100,00	86,20	4,00	4,30	7,40	100,00	86,20	4,00	4,30	7,40	100,00	86,20	4,00	4,30	7,40
Салат з яйцем, сиром та куркумою ІГЗ№01.05	ЯЛ/МП	100	149,86	8,64	10,00	4,06	100	149,86	8,64	10,00	4,06	100	149,86	8,64	10,00	4,06
Риба тушкована з овочами та томатним соусом ІГЗ№06.03	Р	60	60,90	8,50	2,80	1,70	90	91,30	12,70	4,20	2,50	120	121,70	16,90	5,50	3,30
Каша пшенична ІГЗ№08.26	МП/Л/Г	120	143,30	4,80	2,40	25	150	179,10	6,00	3,00	31,50	150	179,10	6,00	3,00	31,50
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
Хліб цільнозерновий	ГХ	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
		510	465,27	24,00	17,21	51,24	590	578,47	30,40	21,21	65,04	620	608,87	34,60	22,51	65,84
Всього за день:		2260	2341	80	89	310	2470	2649	93	101	350	2550	2811	101	106	371

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				
3-й тиждень			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглево ди, г
Сніданок																
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
Скрамбл П 3№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
Каша пшона яна молочнаЗбірник "Дитяче харчування "Снігур ст.254	ЗЛ/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
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
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		580	485,36	16,82	18,43	68,12	600	532,36	17,82	20,43	74,82	600	532,36	17,82	20,43	74,82
2 сніданок																
Какао з молоком П 3 №11.05	МП/Л	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85
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
Всього		400	302,48	9,11	5,90	53,45	400	302,48	9,11	5,90	53,45	400	302,48	9,11	5,90	53,45
Обід																
Вінегрет П 3№1.44(з 15.10)		100	86,67	1,84	3,49	12,08	100	86,67	1,84	3,49	12,08	100	86,67	1,84	3,49	12,08
Салат з буряком з ароматною олією П 3 № 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 макаронами "Організація харчування дітей у ДНЗ" ст.100	Г	250	113,77	2,73	2,23	20,10	250	113,77	2,73	2,23	20,10	300	133,77	3,27	2,32	24,11
Каша пшенична (розсипч.) П 3№ 08.26	МП/Л/Г	120	151,92	4,84	3,32	25,24	150	189,90	6,00	4,20	31,50	150	189,90	6,00	4,20	31,5
Котлети рибні П 3№06.07	Г/Я	60	53,21	9,06	1,48	2,10	90	79,82	13,58	2,22	3,15	120	106,42	18,11	2,96	4,2
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
Сік фруктовий		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	22,5
		860	644,52	23,22	15,71	101,25	940	756,11	29,90	19,33	115,26	1020	802,71	34,97	20,16	120,32
Полуденок																
Ватрушка з сиром 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
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
Компот з фруктів або ягід П 3№11,02		200	44	0,6	0	9,9	200	44	0,6	0	9,9	200	44	0,6	0	9,9
Всього		360	284,28	10,06	5,43	47,70	380	326,81	11,45	5,64	56,28	380	326,81	11,45	5,64	56,28
Вечеря																
Салат з капусти з ароматною олією П 3№1.28		100	55,40	1,5	3,3	4,4	100	55,40	1,5	3,3	4,4	100	55,40	1,5	3,3	4,4
Курка тушкована в соусі гуляш з кмином П 3№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
Горохове пюре з чорносливом П 3№08.22	МП/Л	120	145,49	8,40	2,79	14,11	150	174,59	10,07	3,35	16,93	150	174,59	10,07	3,35	16,93
Узвар П 3.11.03		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
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	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113,00	2,00	0,35	25,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00
Всього		535	538,59	29,40	14,70	61,61	615	659,84	38,57	16,96	75,56	635	691,29	42,87	18,00	76,33
Всього за день:		2735	2255	89	60	332	2935	2578	107	68	375	3035	2656	116	70	381

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				
3-й тиждень			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглево ди, г
Сніданок																
Рис з кмином ПГЗ№08.03	МП/Л/Г	120	164,10	3,70	3,00	30,20	150	205,20	4,70	3,80	37,70	150	205,20	4,70	3,80	37,70
Мінтай запечений у соусі "Бешамель" ПГЗ№6,04	Р/Г/Л/МП	60	48,90	8,60	1,40	1,70	90	73,40	12,90	2,20	2,50	120	101,90	18,00	3,00	3,50
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
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
Яйце варене	Я	40	157,00	12,70	11,50	0,70	40	157,00	12,70	11,50	0,70	40	157,00	12,70	11,50	0,70
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		565	658,13	32,10	28,35	68,34	600	770,73	38,40	31,95	83,34	600	799,23	43,50	32,75	84,34
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	98,7	1,2	0	22,5	200	98,7	1,2	0	22,5	200	98,7	1,2	0	22,5
Всього		325	184,70	5,20	3,00	32,50	675	184,70	7,60	12,50	35,30	350	357,70	9,20	19,00	37,50
Обід																
Салат з солоних огірків та цибулі Орг.харч.дітей у ДНЗ ст129		100	10,40	0,64	0,08	1,84	100	10,40	0,64	0,08	1,84	100	10,40	0,64	0,08	1,84
Борщ український "Орг.харч.дітей у ДНЗ" ст.361	МП/Л	250	107,34	3,57	3,29	16,39	250	107,34	3,57	3,29	16,39	300	120,20	4,05	3,34	19,09
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
Котлета по міланські з сиром ПГЗ№4.06	МП/Л/Г/Я	90	228,2	16,6	10,0	21,3	125	316,9	23,0	13,9	29,5	150	380,3	27,6	16,6	35,5
Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем ПГЗ№08.01	МП/Л	120	132,70	4,1	3,1	24,1	150	165,80	5,2	3,9	30,1	150	165,80	5,2	3,9	30,1
Узвар (без цукру) Ігз №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
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		810	689,10	27,8	22,4	99,1	895	857,9	36,3	29,1	120,0	970	934,16	41,4	31,8	128,7
Полуденок																
Булочка дитяча молочна ТК№14	Г/МП/Я/Л	60	203,03	5,61	4,46	34,42	80	265,78	7,47	6,23	44,23	80	265,78	7,47	6,23	44,23
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
Яблука свіжі		100,00	45,00	0,40	0,40	10,4	100,00	45,00	0,40	0,40	10,4	100,00	45,00	0,40	0,40	10,4
Всього		260	256,32	6,118	4,468	48,273	280	319,07	7,978	6,238	58,083	280	319,07	7,978	6,238	58,083
Вечеря																
Салат з морквою, сиром Збірник Клопотенко, стр.27		75	84,10	3,40	5,40	5,90	75	84,10	3,40	5,40	5,90	75	84,10	3,40	5,40	5,90
Куліш з курячим м'ясом ПГЗ№04.03	ЗП/МП/Л	180	277,50	15,80	12,60	27,65	250	385,50	22,00	17,40	38,20	300	462,60	26,40	20,90	45,80
Какао з молоком ПГЗ№11,05	МП/Л	200	122,00	6,20	5,00	9,40	200	122,00	6,20	5,00	9,40	200	122,00	6,20	5,00	9,40
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		485	554,60	27,40	25,00	52,95	600	709,60	34,60	31,80	70,20	600	786,70	39,00	35,30	77,80
Всього за день:		2445	2342,85	98,608	83,19	301,2	3050	2842	124,87	111,558	366,96	2800	3196,86	141	125,11	386,46

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				
3-й тиждень			енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г
Сніданок																
Каша гречана молочна Збірник Снігур ст.254(512)	МП/Л	200	223,02	8,20	9,90	27,10	200	223,02	8,20	9,90	27,10	200	223,02	8,20	9,90	27,10
Омлет з орегано ПЗ №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. у ДНЗ"ст136		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	71,0	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		580	491,26	17,55	19,44	62,56	600	538,26	18,55	21,44	69,26	600	538,26	18,55	21,44	69,26
2 сніданок																
Яблука свіжі		200	104,80	0,80	0,80	23,60	200	104,80	0,80	0,80	23,60	200	104,80	0,80	0,80	23,60
Шоколад	мп/сб	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
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		420	251,69	1,71	3,67	53,15	420	251,69	1,71	3,67	53,15	420	251,69	1,71	3,67	53,15
Обід																
Салат з солоних огірків та цибулі"Організація харчування дітей у ДНЗ" ст.		100	145,20	8,00	9,40	5,00	100	145,20	8,00	9,40	5,00	100	145,20	8,00	9,40	5,00
Суп овочевий ПЗ №2.07		250	118,70	2,70	2,30	21,90	250	118,70	2,70	2,30	21,90	300	142,40	3,20	2,80	26,30
Китайська печеня зі свининою ПЗ №5.03	мп/л	150	234	6,9	13,9	19,5	200	311,9	9,1	18,5	26	250	311,9	9,1	18,5	26
Хліб цільнозерновий	г	30	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113	2	0,35	25	50	113	2	0,35	25
Ск фруктовий		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
		730	664,60	19,8	25,8	83,9	800	787,50	23,0	30,6	100,4	900	811,20	23,5	31,1	104,8
Полуденок																
Суфле сирне зі сметаною"Дитяче харчування" Снігур М.І. ст263	МП/Л/Я	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
Компот із свіжих (заморожених) 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		350	369	23	17	31	350	369	23	17	31	350	369	23	17	31
Вечеря																
Салат з буряка 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
Каша пшенична ПЗ №08.26	Г/ЗЛ	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
Чай з мелісою ПЗ №11.09		200,0	1,22	0,00	0,00	0,48	200,0	1,22	0,00	0,00	0,48	200,0	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	71,0	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	446,77	26,55	15,09	48,11	615	576,72	35,25	19,25	62,24	635	608,17	39,55	20,29	63,01
Всього за день:		2615	2223	88	81	279	2785	2523	101	91	316	2905	2578	106	93	322

Найменування страв	алерген	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				
3-й тиждень			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г
Сніданок																
Салат із моркви і яблук "Харчування дітей у ДНЗ" ст.132		50	44,71	0,51	2,08	6,68	50	44,71	0,51	2,08	6,68	50	44,71	0,51	2,08	6,68
Львівський сирник з морквою ПГЗ№07.13	МП/ЛЯ/Г	195	387,00	22,77	20,11	28,29	195	387,00	22,77	20,11	28,29	195	387,00	22,77	20,11	28,29
Компот з фруктів або ягід(свіжих або заморожених) т.к.№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
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		475	546,71	25,88	24,19	54,87	495	593,71	26,88	26,19	61,57	495	593,71	26,88	26,19	61,57
2 сніданок																
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
Шоколад	МП/СБ	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
Йогурт, або кефір	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
Всього		325	276,00	7,00	3,40	53,60	325	276,00	7,00	3,40	53,60	325	276,00	7,00	3,40	53,60
Обід																
Салат з капусти з насінням т.к.№12 ст.34 збірник Клопотенка		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 картопляний з пшоном т.к.№40ст.43	МП/Л	250	150,47	6,95	5,82	19,16	250	150,47	6,95	5,82	19,16	300	180,56	8,34	6,98	23,01
Рис з орегано ПГЗ№08.04	МП/Л	120	163,6	3,7	2,9	30,2	150	204,5	4,6	3,6	37,7	150	204,5	4,6	3,6	37,7
Запечене філе з орегано ПГЗ№4,10		50	89,9	14,6	3,1	0,0	75	134,8	21,9	4,7	0,0	90	161,8	26,3	5,6	0,1
Узвар ПГЗ№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
Хліб цільнозерновий	Г	30	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113	2	0,35	25	50	113	2	0,35	25
Всього		750	681,76	28,76	20,7	95,2	825	812,56	37,96	23,1	112,7	890	869,65	43,75	25,2	116,6
Підвечірок																
Салат з буряком та сухариками т.к.№5Клопотенко		100	150,17	3,75	5,36	21,73	100	150,17	3,75	5,36	21,73	100	150,17	3,75	5,36	21,73
Чай з м'ятою ПГЗ№11.09	МП/Л	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
Горіхи волоські	ГХ	15	103,70	2,40	9,50	2,80	15,00	103,70	2,40	9,50	2,80	15,00	103,70	2,40	9,50	2,80
Всього		215	104,92	2,40	9,50	3,28	215	104,92	2,40	9,50	3,28	215	104,92	2,40	9,50	3,28
Вечеря																
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
Курячі нагетси ПГЗ№04.09	Г/Л/Я/МП	85	186,30	15,10	7,70	17,70	125	274,00	22,10	11,30	26,00	150	328,90	26,60	13,40	31,20
Соус "Кетчуп" ПГЗ№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 пшоняна вязка "Тех.картки пригт.блюд для дітей шкіл-інт. Обл."ТК№166 ст.177	МП/Л	120	120,92	3,47	2,80	20,19	150	151,89	4,28	3,76	24,91	150	151,89	4,28	3,76	24,91
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
Какао з молоком ПГЗ№11.05		200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85
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		575	619,04	31,01	25,21	68,95	665	784,71	39,82	31,77	88,67	690	839,61	44,32	33,87	93,87
Всього за день:		2340	2228	95	83	276	2525	2572	114	94	320	2615	2684	124	98	329

Найменування страв	АЛЕРГЕНИ	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
НЕДІЛЯ		Вихід, г					Вихід, г					Вихід, г				
3-й тиждень			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г
Сніданок																
Овочева паелья з куркумою (морква, цибуля) ПЗ №08.16	МП/Л/С	120	160,60	4	4,40	26,50	120	160,60	4	4,40	26,50	150	200,70	4	5,40	33,10
Запканка сирна з яблуком і морквою ПЗ №07.10	МП/Л/Я/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 з каркаде ПЗ №11.11		200	10,00	1	0,00	1,00	200	10,00	1	0,00	1,00	200	10,00	1	0,00	1,00
Хліб цільнозерновий	Г	30	68,0	1,0	0,2	15,0	30	113,00	2,00	0,35	25,00	30	113,00	2,00	0,35	25,00
Всього		545	598,18	28,12	22,33	68,59	565	643,18	29,12	22,47	78,59	595	683,28	30,02	23,47	85,19
2 сніданок																
Яблуко запечене з сиром ПЗ №07.05	МП/Л/Я	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
Лимонад Клопотенко т.к. №106 ст.236		200	104,00	0,00	0,00	26,00	200	104,00	0,00	0,00	26,00	200	104,00	0,00	0,00	26,00
Всього		350	337,84	11,61	9,48	51,04	350	337,84	11,61	9,48	51,04	350	337,84	11,61	9,48	51,04
Обід																
Салат з солоних огірків та цибулі "Орг.харч. дітей у ДНЗ" ст.		100	145,20	8,00	9,40	5,00	100	145,20	8,00	9,40	5,00	100	145,20	8,00	9,40	5,00
Борщ з картоплею ПЗ №2.01		250	171,70	3,0	6,6	25,9	250	171,70	3,0	6,6	25,9	250	171,70	3,0	6,6	25,9
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
Чахохбілі з куркою ПЗ №4.17	Г	100	126,3	15,2	4,5	5,3	150	189,4	22,8	6,7	7,9	175	221,0	26,6	7,8	9,3
Горохове пюре з чорносливом ПЗ №08.22	МП/Л	120	174,6	10,1	3,4	16,9	150	218,24	12,59	4,18	21,16	150	218,24	12,59	4,18	21,16
Хліб цільнозерновий	Г	30	68,0	1,0	0,2	15,0	30	113	2	0,35	25	30	113	2	0,35	25
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
Всього		770	724,54	38,30	27,04	69,64	870	876,30	49,42	30,23	86,47	895	907,90	53,22	31,33	87,87
Полуденок																
Мак енд чіз ПЗ №07.08	МП/Л/Г	100	150,98	5,14	8,46	14,39	120	181,20	6,20	10,20	17,30	120	181,20	6,20	10,20	17,30
Какао з молоком ПЗ №11.05	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
Всього		300	265,96	11,42	14,08	24,44	320	296,18	12,48	15,82	27,35	320	296,18	12,48	15,82	27,35
Вечеря																
Салат з яєць, сиру та куркумою ПЗ №1.05		100	149,86	8,64	10,00	4,06	100	149,86	8,64	10,00	4,06	100	149,86	8,64	10,00	4,06
Пиріг пастуший з курячим м'ясом ПЗ №4.02	МП/Л	180	229,90	17,30	7,90	21,30	250	314,83	24,02	10,41	29,62	300	383,20	28,80	13,10	35,50
Яблука свіжі		200	90,00	0,80	0,80	20,80	200	90,00	0,80	0,80	20,80	200	90,00	0,80	0,80	20,80
Чай з мелісою ПЗ №11.09		200,0	1,22	0,00	0,00	0,48	200,0	1,22	0,00	0,00	0,48	200,0	1,22	0,00	0,00	0,48
Хліб цільнозерновий	Г	30	68,0	1,0	0,2	15,0	30	113,00	2,00	0,35	25,00	30	113,00	2,00	0,35	25,00
Всього		710	538,98	27,74	18,91	61,64	800	668,91	35,46	21,56	79,96	850	737,28	40,24	24,25	85,84
Всього за день:		2675	2466	117	92	275	2905	2822	138	100	323	3010	2962	148	104	337