

«ПОГОДЖЕНО»

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

НАЧАЛЬНИК
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКОГО УПРАВЛІННЯ
ГОЛОВНОГО УПРАВЛІННЯ
ДЕРЖПРОДСПОЖИВСЛУЖБИ
В ХМЕЛЬНИЦЬКІЙ ОБЛАСТІ
Анатолій Лавський

ДИРЕКТОР СЛОБІДКОРАХНІВСЬКОЇ
ГІМНАЗІЇ МАКІВСЬКОЇ СІЛЬСЬКОЇ РАДИ

_____ М.В.СИДОРЧУК

№	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.				
		Вихід, г	630-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114
	I тиждень		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
	Понеділок										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Суп картопляний з ячмінною крупою	250	122				250	122			
3	Горохове пюре	120	173,2				150	216,5			
4	Гуляш курячий	70	104,3				100	149			
5	Салат морква по-корейськи	100	89				100	89			
6	Компот з ягодами та родзинками	200	44,4				200	44,4			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	50	25				50	25			
	Всього	820	626,90	0,00	0,00	0,00	900	760,90	0,00	0,00	0,00
	Вівторок										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Борщ зелений/Суп овочевий	250	125				250	125			
3	Макарони з маслом	120	175,2				150	175,2			
4	Сир твердий	15	54				25	90			
5	Квашені овочі	100	63,14				100	63,14			
6	Какао	200	113,6				200	113,6			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
	Всього	815	649,94	0,00	0,00	0,00	875	731,94	0,00	0,00	0,00
	Середа										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Капусняк	250	144				250	144			
3	Рис розсипчастий з орегано	120	163,6				150	163,6			
4	Рибна котлета	60	53,21				90	79,82			
5	Салат з тушкованого буряку	50	27,88				50	27,88			
6	Узвар	200	107,6				200	107,6			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
	Всього	810	615,29	0,00	0,00	0,00	890	687,90	0,00	0,00	0,00
	Четвер										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Рибна юшка	250	86,7				250	86,7			
3	Каша зречана з чебрецем	120	132,7				150	165,8			
4	Бефстроганов	50	109				50	109			
5	Салат морква з яблуком	100	74,25				100	74,25			
6	Сік/Компот	200	98,7				200	98,7			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
	Всього	850	620,35	0,00	0,00	0,00	900	699,45	0,00	0,00	0,00
	П'ятниця										
1	Хліб ж/п + сир твердий	40	105				65	169			
2	Розсольник	250	95				250	95			
3	Булгур	120	132				150	165			
4	Птиця тушкована в соусі	100	139				120	166,8			
5	Вінігрет	100	102,9				100	102,9			
6	Чай	200	0				200	0			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
	Всього	910	623,90	0,00	0,00	0,00	985	748,70	0,00	0,00	0,00

Комірник Жураківська Ю.В.

Кухар Підопригора Т.О.

Медсестра Михальська А.В

«ПОГОДЖЕНО»

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

НАЧАЛЬНИК
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКОГО УПРАВЛІННЯ
ГОЛОВНОГО УПРАВЛІННЯ
ДЕРЖПРОДСПОЖИВСЛУЖБИ
В ХМЕЛЬНИЦЬКІЙ ОБЛАСТІ
Анатолій Лавський

ДИРЕКТОР СЛОБІДКОРАХНІВСЬКОЇ
ГІМНАЗІЇ МАКІВСЬКОЇ СІЛЬСЬКОЇ РАДИ
М.В.СИДОРЧУК
«_____» _____ 2023 року

№	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.				
	II тиждень	Вихід, г	630-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114
			Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
	Понеділок										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Суп гороховий з сухариками	250	180,7				250	180,7			
3	Каша ячмінна розсипчаста	120	189,6				150	237			
4	Курачий шніцель	70	148,5				100	212,09			
5	Квашені овочі	100	14				100	14			
6	Чай "Каркаде"/Компот	200	0				200	0			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	50	25				50	25			
Всього		820	626,80	0,00	0,00	0,00	900	783,79	0,00	0,00	0,00
	Вівторок										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Суп з м'ясними фрикадельками	250	180				250	180			
3	Каша молочна манна в'язка	150	262				200	349			
4	Чай з лимоном	200	0				200	0			
5	Ягідне кюлі	25	33,65				25	33,65			
6	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
Всього		755	594,65	0,00	0,00	0,00	825	727,65	0,00	0,00	0,00
	Середа										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Суп картопляний з гречаною крупкою	250	102				250	102			
3	Картопляне пюре з орегано	120	162,62				150	203,3			
4	Риба тушкована з овочами	125	150				150	180			
5	Салат з тушкованого буряка з сухариками	50	75,08				50	75,08			
6	Компот з фруктів (ягід)	200	16,4				200	16,4			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	50	25				50	25			
Всього		825	600,10	0,00	0,00	0,00	900	716,78	0,00	0,00	0,00
	Четвер										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Борщ з картоплею	250	161,4				250	161,4			
3	Сметана	25	51,5				25	51,5			
4	Плов з курки	120	216				150	270			
5	Салат морква по корейськи	100	63,14				100	63,14			
6	Компот з ягодами та родзинками	200	44,4				200	44,4			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
Всього		825	655,44	0,00	0,00	0,00	875	755,44	0,00	0,00	0,00
	П'ятниця										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Розсольник	250	133				250	133			
3	Каша пшенична	120	151,92				150	189,9			
4	Котлета з свинини	70	98,57				100	140,82			
5	Вінігрет	50	35,1				50	35,1			
6	Сік/Компот	200	98,7				200	98,7			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	75	39,3				75	39,3			
Всього		795	625,59	0,00	0,00	0,00	875	751,82	0,00	0,00	0,00

Комірник Жураківська Ю.В.

Кухар Підпригора Т.О.

Медсестра Михальська А.В

«ПОГОДЖЕНО»

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

НАЧАЛЬНИК
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКОГО УПРАВЛІННЯ
ГОЛОВНОГО УПРАВЛІННЯ
ДЕРЖПРОДСПОЖИВСЛУЖБИ
В ХМЕЛЬНИЦЬКІЙ ОБЛАСТІ
Анатолій Лавський

ДИРЕКТОР СЛОБІДКОРАХНІВСЬКОЇ
ГІМНАЗІЇ МАКІВСЬКОЇ СІЛЬСЬКОЇ РАДИ
М.В.СИДОРЧУК
«_____» _____ 2023 року

№	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.				
		Вихід, г	630-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114
	III тиждень		Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
	Понеділок										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Суп з перловою крупою і томатом	250	152,8				250	152,8			
3	Макарони відварені з маслом	150	205				200	273,2			
4	Твердий сир	10	36				15	54			
5	Чай каркаде	200	113,6				200	113,6			
6	Квашені овочі	75	48,01				75	48,01			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
	Всього	815	674,41	0,00	0,00	0,00	890	806,61	0,00	0,00	0,00
	Вівторок										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Суп картопляний з пшеничною крупою	250	122				250	122			
3	Рис розсипчастий з орегано	120	163,6				150	204,5			
4	Птиця тушкована в соусі	100	139				120	166,8			
5	Тушкована капуста	100	89				100	89			
6	Компот/Каркаде	200	0				200	0			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
	Всього	900	632,60	0,00	0,00	0,00	970	747,30	0,00	0,00	0,00
	Середа										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Суп з сочевицею	250	306,7				250	306,7			
3	Каша гречана з томатною пастою	100	114,3				120	137,2			
4	Гуляш	50	125,63				75	188,44			
5	Буряк тушкований	50	27,7				50	27,7			
6	Чай/ Чай з липи	200	0				200	0			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	75	39,3				75	39,3			
	Всього	755	682,63	0,00	0,00	0,00	820	814,34	0,00	0,00	0,00
	Четвер										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Суп білий з галушками	250	157,9				250	157,9			
3	Каша ячмінна розсипчаста	120	189,6				150	237			
4	Котлета з свинини	70	98,57				100	140,82			
5	Морква по-корейськи	50	56,08				50	56,08			
6	Компот з ягодами та родзинками	200	44,4				200	44,4			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	75	39,3				75	39,3			
	Всього	795	654,85	0,00	0,00	0,00	875	790,50	0,00	0,00	0,00
	П'ятниця										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Суп з перловою крупою і томатом	250	152,8				250	152,8			
3	Макарони відварені з маслом	150	205				200	273,2			
4	Твердий сир	10	36				15	54			
5	Чай каркаде	200	113,6				200	113,6			
6	Вінігрет	75	48,01				75	48,01			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
	Всього	820	644,48	0,00	0,00	0,00	905	790,68	0,00	0,00	0,00

Комірник Жураківська Ю.В.

Кухар Підпригора Т.О.

Медсестра Михальська А.В

«ПОГОДЖЕНО»

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

НАЧАЛЬНИК
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКОГО УПРАВЛІННЯ
ГОЛОВНОГО УПРАВЛІННЯ
ДЕРЖПРОДСПОЖИВСЛУЖБИ
В ХМЕЛЬНИЦЬКІЙ ОБЛАСТІ
Анатолій Лавський

ДИРЕКТОР СЛОБІДКОРАХНІВСЬКОЇ
ГІМНАЗІЇ МАКІВСЬКОЇ СІЛЬСЬКОЇ РАДИ
М.В.СИДОРЧУК
«____» _____ 2023 року

№	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.				
		Вихід, г	630-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
	IV тиждень										
			Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
	Понеділок										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Суп картопляний з гречаною крупою	250	102				250	102			
3	Паелья	120	160,6				150	200,7			
4	Салат з буряку	50	75,08				50	75,08			
5	Яйце	1/2 шт.	35,65				1/2 шт.	35,65			
6	Чай каркаде	250	113,6				250	113,6			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
	Всього	800	605,93	0,00	0,00	0,00	850	692,03	0,00	0,00	0,00
	Вівторок										
1	Хліб ж/п + Сир твердий	40	105				65	169			
2	Суп з м'ясними фрикадельками	250	180				250	180			
3	Каша молочна пшоняна	150	247				200	329			
4	Кисіль з свіжих ягід	200	44,1				200	44,1			
5	Фрукти (яблука, груша, слива)	75	39,3				75	39,3			
	Всього	715	615,40	0,00	0,00	0,00	790	761,40	0,00	0,00	0,00
	Середа										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Капусняк	250	95				250	95			
3	Картопля варена	100	132,7				120	159,2			
4	Риба тушкована з овочами	125	150				150	180			
5	Квашені овочі	100	89				100	89			
6	Сік/Чай з лимоном	200	100,2				200	100,2			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
	Всього	905	685,90	0,00	0,00	0,00	970	788,40	0,00	0,00	0,00
	Четвер										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Суп гороховий з сухариками	250	180,7				250	180,7			
3	Каша пшенична	120	151,92				150	189,9			
4	Котлета куряча	70	220				70	220			
5	Салат морква та яблука	50	37,12				50	37,12			
6	Компот	200	16,4				200	16,4			
7	Фрукти (яблука, груша, слива)	50	25				50	25			
	Всього	770	700,14	0,00	0,00	0,00	820	784,12	0,00	0,00	0,00
	П'ятниця										
1	Хліб ж/п	30	69				50	115			
2	Рибна юшка	250	86,7				250	86,7			
3	Ліниві голубці	180	266,9				200	296,6			
4	Узвар	200	107,6				200	107,6			
5	Сметана	25	51,5				25	51,5			
6	Фрукти (яблука, груша, слива)	100	50				100	50			
	Всього	785	631,70	0,00	0,00	0,00	825	707,40	0,00	0,00	0,00

Комірник Жураківська Ю.В.

Кухар Підпригора Т.О.

Медсестра Михальська А.В

