

ПОГОДЖУЮ

Начальник

Долинського відділу

Калуського районного управління

Головного управління

Держпродспоживслужби

в Івано-Франківській області

Тарас БОГАЧОВ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор

Старомізинського закладу

дошкільної освіти (ясел-садка) «Журавлик»

Вигодської селищної ради

Оксана МИКИТИН

Перспективне чотиритижневе сезонне меню для здійснення харчування дошкільних груп на весняний період 2022-2023 н.р.

| Понеділок 1 тиждень            |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|--------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| Найменування страв та виробів  | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|                                |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                                | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                      |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Морква тушкована з чорносливом | 53              | 53              | 70                | 0,9             | 0,9             | 1,2               | 2,1             | 2,1             | 2,6               | 8,3             | 8,3             | 10,9              | 52                         | 52              | 67                |
| Суп молочний з макаронами      | 175/1,8         | 180/1,8         | 200/2,5           | 5,7             | 5,7             | 6,2               | 5,2             | 5,2             | 6,0               | 16,8            | 22,8            | 25,7              | 136                        | 160             | 181               |
| Сік апельсиновий               | 120             | 120             | 180               | 0,8             | 0,8             | 1,3               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 15,6            | 15,6            | 23,4              | 65                         | 65              | 97                |
| Хліб цільнозерновий            | 30/5            | 30/5            | 30/5              | 3,6             | 3,6             | 3,6               | 3,9             | 3,9             | 3,9               | 9,9             | 9,9             | 9,9               | 89                         | 89              | 89                |

|                                            |       |       |        |              |              |             |              |              |             |             |             |             |            |            |            |
|--------------------------------------------|-------|-------|--------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|------------|------------|
| з сиром твердим                            |       |       |        |              |              |             |              |              |             |             |             |             |            |            |            |
| <b>Всього за сніданок:</b>                 |       |       |        | <b>10,91</b> | <b>10,91</b> | <b>12,3</b> | <b>10,91</b> | <b>10,91</b> | <b>12,3</b> | <b>50,6</b> | <b>50,6</b> | <b>69,9</b> | <b>341</b> | <b>341</b> | <b>434</b> |
| <b>Обід:</b>                               |       |       |        |              |              |             |              |              |             |             |             |             |            |            |            |
| Суп з білокачанною<br>капостою зі сметаною | 150/9 | 150/9 | 200/12 | 1,5          | 1,5          | 2,0         | 3,5          | 3,5          | 4,5         | 7,1         | 7,1         | 9,6         | 65         | 65         | 85         |
| Рибна паличка з яйцем                      | 46    | 46    | 69     | 9,2          | 9,2          | 13,5        | 4,6          | 4,6          | 6,2         | 4,8         | 4,8         | 6,7         | 98         | 98         | 137        |
| Каша гречана<br>розсипчаста                | 82    | 82    | 103    | 4,2          | 4,2          | 5,3         | 2,6          | 2,6          | 3,2         | 21,2        | 21,2        | 26,6        | 125        | 125        | 157        |
| Буряк тушкований з<br>цибулею              | 45    | 73    | 73     | 0,76         | 1,25         | 1,25        | 1,56         | 2,59         | 2,59        | 6,12        | 10,34       | 10,34       | 38,83      | 65,20      | 65,20      |
| Компот із свіжих<br>фруктів (яблук)        | 120   | 120   | 160    | 0,2          | 0,2          | 0,3         | 0,2          | 0,2          | 0,3         | 6,2         | 12,2        | 16,3        | 27         | 50         | 66         |
| Хліб цільнозерновий                        | 30    | 30    | 30     | 2,1          | 2,1          | 2,1         | 2,4          | 2,4          | 2,4         | 9,9         | 9,9         | 9,9         | 71         | 71         | 71         |
| <b>Всього за обід:</b>                     |       |       |        |              | <b>18,0</b>  | <b>24,2</b> | <b>13,2</b>  | <b>13,2</b>  | <b>16,4</b> | <b>57,2</b> | <b>57,2</b> | <b>71,3</b> | <b>417</b> | <b>417</b> | <b>526</b> |
| <b>Вечеря:</b>                             |       |       |        |              |              |             |              |              |             |             |             |             |            |            |            |
| Капуста тушкова                            | 60    | 60    | 80     | 1,5          | 1,5          | 2,1         | 2,0          | 2,0          | 2,7         | 5,0         | 5,0         | 7,3         | 44         | 44         | 59         |
| Котлета рублена з<br>м'яса курки           | 58    | 58    | 77     | 10,3         | 10,3         | 13,9        | 4,0          | 4,0          | 5,3         | 8,3         | 8,3         | 11,4        | 112        | 112        | 149        |
| Каша рисова<br>розсипчаста                 | 82    | 82    | 103    | 2,0          | 2,0          | 2,5         | 1,8          | 1,8          | 2,2         | 20,4        | 20,4        | 25,6        | 107        | 107        | 135        |
| Фрукти свіжі (яблука)                      | 30    | 30    | 40     | 0,1          | 0,1          | 0,2         | 0,1          | 0,1          | 0,2         | 3,1         | 3,1         | 4,2         | 14         | 14         | 18         |
| Молоко кип'ячене                           | 160   | 160   | 190    | 4,5          | 4,5          | 5,4         | 4,0          | 4,0          | 4,8         | 7,6         | 7,6         | 9,0         | 83         | 83         | 99         |

| Всього за вечерю:             |                 |                 |                   | 18,4            | 18,4            | 24,0              | 11,9            | 11,9            | 15,2              | 44,4            | 44,4            | 57,4              | 360                        | 360             | 460               |
|-------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| Вівторок 1 тиждень            |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Найменування страв та виробів | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|                               |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                               | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                     |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Морква тушкована в сметані    | 45              | 47              | 63                | 0,8             | 0,8             | 1,0               | 2,6             | 2,6             | 3,6               | 4,5             | 6,4             | 8,6               | 43                         | 50              | 67                |
| Гуляш з м'яса курки           | 32/18           | 32/18           | 43/24             | 9,4             | 9,4             | 12,6              | 3,8             | 3,8             | 5,1               | 4,0             | 4,0             | 5,6               | 88                         | 88              | 117               |
| Плов з родзинками             | 100             | 100             | 120               | 2,6             | 2,6             | 3,1               | 3,9             | 3,9             | 4,3               | 31,0            | 31,0            | 37,3              | 166                        | 166             | 197               |
| Хліб цільнозерновий           | 30              | 30              | 30                | 2,1             | 2,1             | 3,6               | 2,4             | 2,4             | 3,9               | 9,9             | 9,9             | 9,9               | 71                         | 71              | 89                |
| Какао                         | 120             | 120             | 160               | 4,0             | 4,0             | 5,3               | 3,4             | 3,4             | 4,5               | 6,3             | 6,3             | 8,6               | 70                         | 70              | 95                |
| Всього за сніданок:           |                 |                 |                   | 18,9            | 18,9            | 25,6              | 16,1            | 16,1            | 21,4              | 55,7            | 57,6            | 70                | 438                        | 445             | 565               |
| Обід:                         |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Вінегрет (до 15 квітня)       |                 | 85              | 125               |                 | 1,11            | 1,67              |                 | 10,25           | 15,18             |                 | 7,67            | 11,38             |                            | 124,50          | 186,76            |
| Томати солоні                 |                 |                 | 49                |                 |                 | 0,5               |                 |                 | 0,0               |                 |                 | 1,2               |                            |                 | 8                 |
| Суп гречаний                  | 150             | 150             | 200               | 1,5             | 1,5             | 2,0               | 1,2             | 1,2             | 1,6               | 10,2            | 10,2            | 13,8              | 56                         | 56              | 77                |
| Біфштекс зі свинини           | 41              | 41              | 52                | 8,0             | 8,0             | 10,7              | 10,2            | 10,2            | 13,3              | 0,1             | 0,1             | 0,2               | 124                        | 124             | 165               |

|                                      |                        |                        |                          |                        |                        |                          |                        |                        |                          |                        |                        |                          |                                   |                        |                          |
|--------------------------------------|------------------------|------------------------|--------------------------|------------------------|------------------------|--------------------------|------------------------|------------------------|--------------------------|------------------------|------------------------|--------------------------|-----------------------------------|------------------------|--------------------------|
| Макарони відварені з овочами         | 100                    | 100                    | 130                      | 3,4                    | 3,4                    | 4,4                      | 2,3                    | 2,3                    | 2,9                      | 21,5                   | 21,5                   | 28,0                     | 121                               | 121                    | 157                      |
| Компот із свіжих фруктів (яблук)     | 120                    | 120                    | 160                      | 0,2                    | 0,2                    | 0,3                      | 0,2                    | 0,2                    | 0,3                      | 6,2                    | 12,2                   | 16,3                     | 27                                | 50                     | 66                       |
| Хліб житній                          | 30                     | 30                     | 30                       | 1,0                    | 1,0                    | 1,0                      | 0,2                    | 0,2                    | 0,2                      | 15,0                   | 15,0                   | 15,0                     | 68                                | 68                     | 68                       |
| <b>Всього за обід:</b>               |                        |                        |                          | <b>14,1</b>            | <b>15,21</b>           | <b>20,57</b>             | <b>14,1</b>            | <b>14,1</b>            | <b>33,48</b>             | <b>53</b>              | <b>66,67</b>           | <b>85,88</b>             | <b>396</b>                        | <b>543,5</b>           | <b>727,76</b>            |
| <b>Вечеря:</b>                       |                        |                        |                          |                        |                        |                          |                        |                        |                          |                        |                        |                          |                                   |                        |                          |
| Каша вівсяна з гарбузом              | 114                    | 116                    | 146                      | 4,4                    | 4,4                    | 5,5                      | 4,2                    | 4,2                    | 5,2                      | 15,3                   | 18,0                   | 22,8                     | 115                               | 125                    | 158                      |
| Сирники рожеві (з морквою)           | 62                     | 66                     | 80                       | 9,9                    | 9,9                    | 11,9                     | 8,1                    | 8,1                    | 10,0                     | 6,9                    | 10,5                   | 12,6                     | 142                               | 155                    | 188                      |
| Соус сметанный (на молоці)           | 35                     | 35                     | 48                       | 1,0                    | 1,0                    | 1,6                      | 2,4                    | 2,4                    | 4,0                      | 4,7                    | 4,7                    | 6,7                      | 45                                | 45                     | 69                       |
| Кисіль вишневий                      | 142                    | 150                    | 150                      | 0,4                    | 0,4                    | 0,4                      | 0,0                    | 0,0                    | 0,0                      | 11,8                   | 19,3                   | 19,3                     | 62                                | 91                     | 91                       |
| <b>Всього за вечерю:</b>             |                        |                        |                          | <b>15,7</b>            | <b>15,7</b>            | <b>19,4</b>              | <b>14,7</b>            | <b>14,7</b>            | <b>19,2</b>              | <b>38,6</b>            | <b>52,4</b>            | <b>61,4</b>              | <b>364</b>                        | <b>415</b>             | <b>506</b>               |
| <b>Середа 1 тиждень</b>              |                        |                        |                          |                        |                        |                          |                        |                        |                          |                        |                        |                          |                                   |                        |                          |
| <b>Найменування страв та виробів</b> | <b>Вихід</b>           |                        |                          | <b>Хімічний склад</b>  |                        |                          |                        |                        |                          |                        |                        |                          |                                   |                        |                          |
|                                      |                        |                        |                          | <b>Білки, г</b>        |                        |                          | <b>Жири, г</b>         |                        |                          | <b>Вуглеводи, г</b>    |                        |                          | <b>Енергетична цінність, ккал</b> |                        |                          |
|                                      | <b>Від 1-3 років в</b> | <b>Від 3-4 років в</b> | <b>Від 4-6 (7) років</b> | <b>Від 1-3 років в</b> | <b>Від 3-4 років в</b> | <b>Від 4-6 (7) років</b> | <b>Від 1-3 років в</b> | <b>Від 3-4 років в</b> | <b>Від 4-6 (7) років</b> | <b>Від 1-3 років в</b> | <b>Від 3-4 років в</b> | <b>Від 4-6 (7) років</b> | <b>Від 1-3 років в</b>            | <b>Від 3-4 років в</b> | <b>Від 4-6 (7) років</b> |

| Сніданок                             |       |       |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
|--------------------------------------|-------|-------|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|------------|------------|
| Суфле з вареного м'яса курки та рису | 100   | 100   | 133   | 10,3        | 10,3        | 13,7        | 5,3         | 5,3         | 7,0         | 10,9        | 10,9        | 14,6        | 133        | 133        | 176        |
| Овочеве рагу                         | 115   | 115   | 135   | 1,9         | 1,9         | 2,3         | 3,7         | 3,7         | 4,2         | 11,5        | 11,5        | 13,7        | 85         | 85         | 101        |
| Соус сметанно - томатний             | 20    | 20    | 20    | 0,3         | 0,3         | 0,3         | 0,3         | 0,3         | 0,3         | 1,4         | 1,4         | 1,4         | 10         | 10         | 10         |
| Компот із плодів сушених (родзинок)  | 160   | 160   | 190   | 0,4         | 0,4         | 0,4         | 0,0         | 0,0         | 0,0         | 13,8        | 22,1        | 25,9        | 52         | 84         | 98         |
| Хліб цільнозерновий                  | 30    | 30    | 30    | 2,1         | 2,1         | 2,1         | 2,4         | 2,4         | 2,4         | 9,9         | 9,9         | 9,9         | 71         | 71         | 71         |
| <b>Всього за сніданок:</b>           |       |       |       | <b>15,0</b> | <b>15,0</b> | <b>18,8</b> | <b>11,7</b> | <b>11,7</b> | <b>13,9</b> | <b>47,5</b> | <b>55,8</b> | <b>65,5</b> | <b>351</b> | <b>383</b> | <b>456</b> |
| Обід:                                |       |       |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Суп овочевий зі сметаною             | 150/4 | 150/4 | 200/5 | 1,3         | 1,3         | 1,7         | 3,0         | 3,0         | 3,8         | 7,7         | 7,7         | 10,3        | 61         | 61         | 80         |
| Мафіни з овочами та твердим сиром    | 63    | 63    | 84    | 10,9        | 10,9        | 14,3        | 10,4        | 10,4        | 14,7        | 3,8         | 3,8         | 5,1         | 152        | 152        | 209        |
| Каша кукурудзяна розсипчаста         | 90    | 90    | 113   | 2,5         | 2,5         | 3,1         | 1,8         | 1,8         | 2,3         | 21,4        | 21,4        | 26,8        | 113        | 113        | 141        |
| Фрукти свіжі (мандарини)             | 60    | 60    | 80    | 0,5         | 0,5         | 0,6         | 0,2         | 0,2         | 0,2         | 5,2         | 5,2         | 7,0         | 24         | 24         | 32         |
| Чай (трав'яний)                      | 140   | 140   | 170   |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Хліб житній                          | 30    | 30    | 30    | 1,0         | 1,0         | 1,0         | 0,2         | 0,2         | 0,2         | 15,0        | 15,0        | 15,0        | 68         | 68         | 68         |
| <b>Всього за обід:</b>               |       |       |       | <b>16,1</b> | <b>16,1</b> | <b>20,7</b> | <b>15,6</b> | <b>15,6</b> | <b>21,2</b> | <b>53,0</b> | <b>53,0</b> | <b>64,2</b> | <b>418</b> | <b>418</b> | <b>530</b> |

| Вечеря:                                                     |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                       |                 |                   |
|-------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------------|-----------------|-------------------|
| Буряк, тушкований в сметанному соусі                        | 57              | 57              | 75                | 1,1             | 1,1             | 1,5               | 2,1             | 2,1             | 2,7               | 6,8             | 6,8             | 9,1               | 48                    | 48              | 63                |
| Пюре з бобових (гороху або сочевиці) з цибулею (з сочевиці) | 100             | 100             | 125               | 9,7             | 9,7             | 12,2              | 3,0             | 3,0             | 3,6               | 22,7            | 22,7            | 28,4              | 167                   | 167             | 208               |
| Фрукти свіжі (банани)                                       | 65              | 65              | 85                | 1,0             | 1,0             | 1,3               | 0,1             | 0,1             | 0,1               | 14,2            | 14,2            | 18,5              | 58                    | 58              | 76                |
| Какао з молоком                                             | 135             | 135             | 160               | 4,5             | 4,5             | 5,4               | 3,8             | 3,8             | 4,6               | 7,2             | 7,2             | 8,7               | 80                    | 80              | 96                |
| Всього за вечерю:                                           |                 |                 |                   | 16,3            | 16,3            | 20,3              | 9,0             | 9,0             | 11,0              | 50,9            | 50,9            | 64,7              | 353                   | 353             | 443               |
| Четвер 1 тиждень                                            |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                       |                 |                   |
| Найменування страв та виробів                               | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                       |                 |                   |
|                                                             |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, |                 |                   |
|                                                             |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   | ккал                  |                 |                   |
|                                                             | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в       | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                                                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                       |                 |                   |
| Буряк припущений зі сметаною                                | 50              | 50              | 66                | 0,6             | 0,6             | 0,8               | 2,6             | 2,6             | 3,1               | 3,2             | 3,2             | 4,3               | 38                    | 38              | 47                |
| Зрази з кисломолочного сиру з курагою                       | 70              | 75              | 95                | 11,7            | 11,7            | 14,7              | 7,5             | 7,5             | 9,2               | 26,7            | 30,6            | 38,5              | 220                   | 235             | 293               |

|                                               |       |       |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
|-----------------------------------------------|-------|-------|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|------------|------------|
| Соус сметанный<br>(на молоці)                 | 35    | 35    | 50    | 1,0         | 1,0         | 1,6         | 2,4         | 2,4         | 4,0         | 4,7         | 4,7         | 6,7         | 45         | 45         | 69         |
| Фрукти свіжі (банани)                         | 60    | 60    | 80    | 0,9         | 0,9         | 1,2         | 0,1         | 0,1         | 0,1         | 13,1        | 13,1        | 17,4        | 53         | 53         | 71         |
| Чай                                           | 140   | 140   | 170   |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| <b>Всього за сніданок:</b>                    |       |       |       | <b>14,2</b> | <b>14,2</b> | <b>18,3</b> | <b>12,6</b> | <b>12,6</b> | <b>16,4</b> | <b>47,7</b> | <b>51,6</b> | <b>67,0</b> | <b>356</b> | <b>371</b> | <b>480</b> |
| <b>Обід:</b>                                  |       |       |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Борщ український<br>зі сметаною               | 150/4 | 150/4 | 200/5 | 2,1         | 2,1         | 2,8         | 2,5         | 2,5         | 3,2         | 10,0        | 10,0        | 13,1        | 69         | 69         | 89         |
| Нагетси з м'яса курки                         | 56    | 56    | 75    | 11,5        | 11,5        | 15,4        | 4,6         | 4,6         | 6,1         | 12,2        | 12,2        | 16,6        | 138        | 138        | 183        |
| Картопля тушкована<br>з цибулею та<br>томатом | 100   | 100   | 113   | 2,5         | 2,5         | 2,8         | 3,5         | 3,5         | 4,0         | 19,7        | 19,7        | 22,4        | 119        | 119        | 135        |
| Компот із свіжих<br>фруктів (з яблук)         | 100   | 100   | 130   | 0,2         | 0,2         | 0,3         | 0,2         | 0,2         | 0,3         | 5,2         | 5,2         | 6,8         | 23         | 42         | 54         |
| Хліб цільнозерновий                           | 30    | 30    | 30    | 2,1         | 2,1         | 2,1         | 2,4         | 2,4         | 2,4         | 9,9         | 9,9         | 9,9         | 71         | 71         | 71         |
| <b>Всього за обід:</b>                        |       |       |       | <b>18,4</b> | <b>18,4</b> | <b>23,4</b> | <b>13,2</b> | <b>13,2</b> | <b>16,0</b> | <b>56,9</b> | <b>56,9</b> | <b>68,8</b> | <b>420</b> | <b>439</b> | <b>533</b> |
| <b>Вечеря:</b>                                |       |       |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Морквяне пюре                                 | 39    | 40    | 48    | 0,6         | 0,6         | 0,7         | 2,0         | 2,0         | 2,5         | 3,1         | 4,1         | 4,5         | 31         | 35         | 42         |
| Тюфтелька м'яса<br>курки (з овочами)          | 66/24 | 66/24 | 88/32 | 11,7        | 11,7        | 15,6        | 5,9         | 5,9         | 7,4         | 11,6        | 11,6        | 15,2        | 146        | 146        | 189        |
| Каша ячна в'язка                              | 82    | 82    | 103   | 1,8         | 1,8         | 2,2         | 1,7         | 1,7         | 2,1         | 11,9        | 11,9        | 14,6        | 70         | 70         | 86         |
| Кефір 2,5%                                    | 100   | 100   | 125   | 2,9         | 2,9         | 3,6         | 2,5         | 2,5         | 3,1         | 3,5         | 3,5         | 4,4         | 59         | 59         | 74         |
| Хліб житній                                   | 30    | 30    | 30    | 1,0         | 1,0         | 1,0         | 0,2         | 0,2         | 0,2         | 15,0        | 15,0        | 15,0        | 68         | 68         | 68         |

|                   |  |  |  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |
|-------------------|--|--|--|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----|-----|-----|
|                   |  |  |  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |
| Всього за вечерю: |  |  |  | 18,0 | 18,0 | 23,1 | 12,3 | 12,3 | 15,3 | 45,1 | 46,1 | 53,7 | 374 | 378 | 459 |

| П'ятниця 1 тиждень                           |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|----------------------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| Найменування страв та виробів                | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|                                              |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                                              | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                                    |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Ікра бурякова                                | 50              | 50              | 60                | 0,5             | 0,5             | 0,6               | 3,1             | 3,1             | 4,2               | 4,6             | 4,6             | 6,5               | 48                         | 48              | 65                |
| Суфле яєчне                                  | 50              | 50              | 50                | 4,6             | 4,6             | 4,6               | 5,1             | 5,1             | 5,1               | 4,2             | 4,2             | 4,2               | 80                         | 80              | 80                |
| Макароні вироби відварені з маслом вершковим | 82              | 82              | 106               | 3,0             | 3,0             | 3,9               | 1,8             | 1,8             | 2,2               | 19,6            | 19,6            | 25,5              | 108                        | 108             | 140               |
| Кисіль з какао                               | 115             | 120             | 150               | 3,9             | 3,9             | 4,9               | 3,3             | 3,3             | 4,2               | 13,5            | 17,5            | 21,8              | 99                         | 115             | 143               |
| Фрукти свіжі (апельсини)                     | 40              | 40              | 60                | 0,4             | 0,4             | 0,5               | 0,1             | 0,1             | 0,1               | 3,8             | 3,8             | 5,7               | 16                         | 16              | 24                |
| Всього за сніданок:                          |                 |                 |                   | 12,3            | 12,3            | 14,6              | 13,4            | 13,4            | 15,8              | 45,7            | 49,7            | 63,7              | 351                        | 367             | 452               |

| Обід:                                     |         |         |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
|-------------------------------------------|---------|---------|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|------------|------------|
| Капуста смажена в сухарях                 | 35      | 35      | 47    | 0,6         | 0,6         | 0,7         | 1,1         | 1,1         | 1,4         | 3,3         | 3,3         | 4,4         | 25         | 25         | 33         |
| Суп-пюре з квасолі зі сметаною            | 150/4,5 | 150/4,5 | 200/6 | 5,0         | 5,0         | 6,7         | 4,6         | 4,6         | 6,4         | 13,7        | 13,7        | 18,3        | 114        | 114        | 153        |
| Зрази картопляні з м'ясом курки "Човники" | 120     | 120     | 155   | 11,8        | 11,8        | 15,4        | 5,8         | 5,8         | 7,1         | 18,8        | 18,8        | 23,4        | 174        | 174        | 217        |
| Компот із сушених фруктів                 | 116     | 116     | 140   | 0,3         | 0,3         | 0,3         | 0           | 0           | 0           | 10          | 16          | 19,1        | 38         | 61         | 72         |
| Фрукти свіжі (банани)                     | 60      | 60      | 80    | 0,9         | 0,9         | 1,2         | 0,1         | 0,1         | 0,1         | 13,1        | 13,1        | 17,4        | 53         | 53         | 71         |
| Хліб житній                               | 30      | 30      | 30    | 1,0         | 1,0         | 1,0         | 0,2         | 0,2         | 0,2         | 15,0        | 15,0        | 15,0        | 68         | 68         | 68         |
| <b>Всього за обід:</b>                    |         |         |       | <b>19,6</b> | <b>19,6</b> | <b>25,3</b> | <b>11,8</b> | <b>11,8</b> | <b>15,5</b> | <b>73,9</b> | <b>79,9</b> | <b>97,6</b> | <b>472</b> | <b>495</b> | <b>614</b> |
| Вечеря:                                   |         |         |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Салат з буряка вареного                   | 40      | 40      | 60    | 0,6         | 0,6         | 0,9         | 1,1         | 1,1         | 1,6         | 2,4         | 2,4         | 4,3         | 21         | 21         | 31         |
| Хлібець рибний                            | 48      | 48      | 72    | 7,9         | 7,9         | 11,9        | 3,3         | 3,3         | 4,2         | 3,5         | 3,5         | 5,2         | 76         | 76         | 106        |
| Банош по-гуцульськи з сиром твердим       | 80/4    | 80/4    | 100/5 | 3,6         | 3,6         | 4,6         | 5,0         | 5,0         | 6,1         | 11,8        | 11,8        | 15,0        | 107        | 107        | 134        |
| Сік персиковий                            | 120     | 120     | 180   | 0,1         | 0,1         | 0,2         | 0,0         | 0,0         | 0,0         | 19,1        | 19,1        | 28,6        | 82         | 82         | 122        |
| Хліб цільнозерновий                       | 30      | 30      | 30    | 2,1         | 2,1         | 2,1         | 2,4         | 2,4         | 2,4         | 9,9         | 9,9         | 9,9         | 71         | 71         | 71         |
| <b>Всього за вечерю:</b>                  |         |         |       | <b>14,4</b> | <b>14,4</b> | <b>19,7</b> | <b>11,8</b> | <b>11,8</b> | <b>14,3</b> | <b>46,7</b> | <b>46,7</b> | <b>63,0</b> | <b>356</b> | <b>356</b> | <b>465</b> |

| Понеділок 2 тиждень                   |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                            |                               |                         |                         |
|---------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------------|-------------------------------|-------------------------|-------------------------|
| Найменування<br>страв та виробів      | Вихід                   |                         |                         | Хімічний склад          |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                            |                               |                         |                         |
|                                       |                         |                         |                         | Білки, г                |                         |                         | Жири, г                 |                         |                         | Вуглеводи, г            |                         |                            | Енергетична<br>цінність, ккал |                         |                         |
|                                       | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від<br>4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в       | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років |
| Сніданок:                             |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                            |                               |                         |                         |
| Морква тушкована з<br>чорносливом     | 53                      | 53                      | 70                      | 0,9                     | 0,9                     | 1,2                     | 2,1                     | 2,1                     | 2,6                     | 8,3                     | 8,3                     | 10,9                       | 52                            | 52                      | 67                      |
| Локшинник з фруктами                  | 136                     | 140                     | 175                     | 6,1                     | 6,1                     | 7,7                     | 4,9                     | 4,9                     | 6,1                     | 30,0                    | 37,0                    | 46,2                       | 188                           | 214                     | 268                     |
| Соус ягідний<br>(вишня<br>заморожена) | 14                      | 15                      | 20                      | 0,2                     | 0,2                     | 0,2                     |                         |                         |                         | 2,1                     | 2,9                     | 3,7                        | 10                            | 13                      | 17                      |
| Кисіль молочний                       | 115                     | 120                     | 120                     | 3,4                     | 3,4                     | 5,3                     | 3,0                     | 3,0                     | 3,0                     | 9,0                     | 15,0                    | 15,0                       | 76                            | 98                      | 98                      |
| <b>Всього за сніданок:</b>            |                         |                         |                         | <b>12,1</b>             | <b>12,1</b>             | <b>16,4</b>             | <b>12,1</b>             | <b>12,1</b>             | <b>14,5</b>             | <b>49,3</b>             | <b>65,1</b>             | <b>78,3</b>                | <b>351</b>                    | <b>410</b>              | <b>493</b>              |
| Обід:                                 |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                            |                               |                         |                         |
| Розсольник                            | 200/5                   | 200/5                   | 250/6                   | 2,0                     | 2,0                     | 2,4                     | 2,4                     | 2,4                     | 3,3                     | 13,5                    | 13,5                    | 16,9                       | 83                            | 83                      | 107                     |
| Рулет рибний                          | 53                      | 53                      | 79                      | 8,0                     | 8,0                     | 11,9                    | 3,6                     | 3,6                     | 4,8                     | 3,1                     | 3,1                     | 4,6                        | 76                            | 76                      | 109                     |



| Найменування страв та виробів                   | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|-------------------------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
|                                                 |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                                                 | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                                       |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Салат із запеченої капусти                      | 50              | 50              | 70                | 1,5             | 1,5             | 2,1               | 1,8             | 1,8             | 2,6               | 3,2             | 3,2             | 4,6               | 34                         | 34              | 48                |
| Омлет Скрамбл                                   | 75              | 75              | 75                | 6,8             | 6,8             | 6,8               | 7,5             | 7,5             | 7,5               | 6,0             | 6,0             | 6,0               | 119                        | 119             | 119               |
| Мак енд чіз                                     | 101             | 101             | 127               | 4,1             | 4,1             | 5,1               | 2,4             | 2,4             | 3,0               | 25,6            | 25,6            | 31,9              | 142                        | 142             | 177               |
| Кисіль молочний                                 | 142             | 150             | 185               | 0,4             | 0,4             | 0,5               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 11,8            | 19,3            | 24,1              | 62                         | 91              | 113               |
| Всього за сніданок:                             |                 |                 |                   | 12,8            | 12,8            | 14,5              | 11,7            | 11,7            | 13,1              | 46,6            | 54,1            | 66,6              | 357                        | 386             | 457               |
| Обід:                                           |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Овочі припущені в сметанному соусі (з гарбузом) | 59              | 59              | 78                | 1,3             | 1,3             | 1,7               | 3,4             | 3,4             | 4,6               | 4,2             | 4,2             | 7,2               | 52                         | 52              | 69                |
| Суп український з галушками                     | 150/15          | 150/15          | 200/20            | 1,8             | 1,8             | 2,4               | 2,8             | 2,8             | 3,4               | 12,4            | 12,4            | 16,4              | 82                         | 82              | 105               |
| Плов з м'яса курки                              | 110             | 110             | 140               | 10,6            | 10,6            | 14,1              | 4,7             | 4,7             | 6,2               | 17,8            | 17,8            | 22,3              | 158                        | 158             | 202               |
| Фрукти свіжі (банани свіжі)                     | 60              | 60              | 80                | 0,9             | 0,9             | 1,2               | 0,1             | 0,1             | 0,1               | 13,1            | 13,1            | 17,4              | 53                         | 53              | 71                |
| Лимонний напитек                                | 120             | 150             | 150               | 0,14            | 0,18            | 0,18              | 0,02            | 0,02            | 0,2               | 9,96            | 12,58           | 12,58             | 41,45                      | 52,28           | 52,28             |

|                                             |                    |                    |                         |                    |                    |                         |                    |                    |                         |                    |                    |                   |                               |                    |                         |
|---------------------------------------------|--------------------|--------------------|-------------------------|--------------------|--------------------|-------------------------|--------------------|--------------------|-------------------------|--------------------|--------------------|-------------------|-------------------------------|--------------------|-------------------------|
| Хліб цільнозерновий                         | 30                 | 30                 | 30                      | 2,1                | 2,1                | 2,1                     | 2,4                | 2,4                | 2,4                     | 9,9                | 9,9                | 9,9               | 71                            | 71                 | 71                      |
| Всього за обід:                             |                    |                    |                         | 16,84              | 16,88              | 21,68                   | 13,42              | 13,42              | 16,9                    | 67,26              | 70,4               | 85,78             | 457,5                         | 468,3              | 570,28                  |
| Вечеря:                                     |                    |                    |                         |                    |                    |                         |                    |                    |                         |                    |                    |                   |                               |                    |                         |
| Пюре бурякове                               | 27                 | 28                 | 36                      | 0,5                | 0,5                | 0,6                     | 1,5                | 1,5                | 2,0                     | 3,0                | 3,5                | 4,5               | 26                            | 28                 | 37                      |
| Паличка куряча                              | 45                 | 45                 | 60                      | 10,2               | 10,2               | 13,6                    | 4,4                | 4,4                | 5,7                     | 5,7                | 5,7                | 7,5               | 104                           | 104                | 135                     |
| Картопля запечена<br>скибочками (з вареної) | 65                 | 65                 | 80                      | 1,6                | 1,6                | 2                       | 1,82               | 1,82               | 2,4                     | 13,84              | 13,84              | 17,3              | 77                            | 77                 | 98                      |
| Соус сметанный<br>(на молоці)               | 35                 | 35                 | 48                      | 1,0                | 1,0                | 1,6                     | 2,4                | 2,4                | 4,0                     | 4,7                | 4,7                | 6,7               | 45                            | 45                 | 69                      |
| Компот із плодів<br>сушених (родзинок)      | 116                | 116                | 140                     | 0,3                | 0,3                | 0,3                     | 0,0                | 0,0                | 0,0                     | 10,0               | 16,0               | 19,1              | 38                            | 61                 | 72                      |
| Хліб житній                                 | 30                 | 30                 | 30                      | 1,0                | 1,0                | 1,0                     | 0,2                | 0,2                | 0,2                     | 15,0               | 15,0               | 15,0              | 68                            | 68                 | 68                      |
| Всього за вечерю                            |                    |                    |                         | 14,5               | 14,5               | 19,0                    | 10,4               | 10,4               | 14,3                    | 52,2               | 58,7               | 70,1              | 358                           | 382                | 479                     |
| Середа 2 тиждень                            |                    |                    |                         |                    |                    |                         |                    |                    |                         |                    |                    |                   |                               |                    |                         |
| Найменування<br>страв та виробів            | Вихід              |                    |                         | Хімічний склад     |                    |                         |                    |                    |                         |                    |                    |                   |                               |                    |                         |
|                                             |                    |                    |                         | Білки, г           |                    |                         | Жири, г            |                    |                         | Вуглеводи, г       |                    |                   | Енергетична<br>цінність, ккал |                    |                         |
|                                             | Від<br>1-3<br>рокі | Від<br>3-4<br>рокі | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі | Від<br>3-4<br>рокі | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі | Від<br>3-4<br>рокі | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі | Від<br>3-4<br>рокі | Від<br>4-6<br>(7) | Від<br>1-3<br>рокі            | Від<br>3-4<br>рокі | Від 4-6<br>(7)<br>років |

|                                                      | В      | В      |        | В           | В           |             | В           | В           |             | В           | В           | років       | В          | В          |            |
|------------------------------------------------------|--------|--------|--------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|------------|------------|
| Сніданок:                                            |        |        |        |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Буряк тушкований з яблуком                           | 50     | 50     | 66     | 0,6         | 0,6         | 0,8         | 2,6         | 2,6         | 3,1         | 3,2         | 3,2         | 4,3         | 38         | 38         | 47         |
| Гратен "Зебра" (запіканка сирна з какао) та сметаною | 116/10 | 122/10 | 155/15 | 15,4        | 15,4        | 19,6        | 12,9        | 12,9        | 17,1        | 10,2        | 16,2        | 20,3        | 221        | 243        | 315        |
| Компот із плодів сушених (кураги)                    | 140    | 140    | 160    | 0,9         | 0,9         | 1,0         | 0,0         | 0,0         | 0,0         | 10,2        | 17,2        | 19,6        | 41         | 67         | 77         |
| Фрукти свіжі (банани свіжі)                          | 60     | 60     | 80     | 0,9         | 0,9         | 1,2         | 0,1         | 0,1         | 0,1         | 13,1        | 13,1        | 17,4        | 53         | 53         | 71         |
| <b>Всього за сніданок:</b>                           |        |        |        | <b>17,8</b> | <b>17,8</b> | <b>22,6</b> | <b>15,6</b> | <b>15,6</b> | <b>20,3</b> | <b>36,7</b> | <b>49,7</b> | <b>61,6</b> | <b>353</b> | <b>401</b> | <b>510</b> |
| Обід:                                                |        |        |        |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Капуста смажена в яйці (з цвітної капусти)           | 27     | 27     |        | 1,0         | 1,0         |             | 1,1         | 1,1         |             | 2,6         | 2,6         |             | 23         | 23         |            |
| Томати солоні                                        |        |        | 49     |             |             | 0,5         |             |             | 0,0         |             |             | 1,2         |            |            | 8          |
| Борщ з квасолею і картоплею зі сметаною              | 150/4  | 150/4  | 180/5  | 2,3         | 2,3         | 3,1         | 3,1         | 3,1         | 4,0         | 9,7         | 10,6        | 14,1        | 73         | 76         | 102        |
| М'ясо відварне в кисло- солодкому соусі (свинина)    | 27/23  | 27/23  | 36/31  | 7,5         | 7,5         | 10,0        | 13,3        | 13,3        | 15,0        | 11,0        | 11,0        | 14,7        | 192        | 192        | 257        |
| Каша ячна в'язка                                     | 82     | 82     | 103    | 1,8         | 1,8         | 2,2         | 1,7         | 1,7         | 2,1         | 11,9        | 11,9        | 14,6        | 70         | 70         | 86         |
| Фрукти свіжі (апельсини свіжі)                       | 60     | 60     | 80     | 0,5         | 0,5         | 0,7         | 0,1         | 0,1         | 0,2         | 5,7         | 5,7         | 7,6         | 24         | 24         | 32         |

|                         |     |     |     |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |
|-------------------------|-----|-----|-----|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----|-----|-----|
| Хліб житній             | 30  | 30  | 30  | 1,0  | 1,0  | 1,0  | 0,2  | 0,2  | 0,2  | 15,0 | 15,0 | 15,0 | 68  | 68  | 68  |
| Чай масала              | 120 | 150 | 180 | 0,3  | 0,3  | 0,3  | 0,4  | 0,4  | 0,4  | 6,0  | 6,0  | 6,0  | 12  | 12  | 12  |
| Всього за обід:         |     |     |     | 14,1 | 14,1 | 17,6 | 19,5 | 19,5 | 21,5 | 55,9 | 56,8 | 67,1 | 450 | 453 | 553 |
| Вечеря:                 |     |     |     |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |
| Пюре морвяно-бурякове   | 55  | 55  | 73  | 0,8  | 0,8  | 1,0  | 3,1  | 3,1  | 4,1  | 5,0  | 6,0  | 7,7  | 47  | 51  | 67  |
| Фіш боли                | 45  | 45  | 68  | 7,8  | 7,8  | 11,7 | 2,9  | 2,9  | 4,3  | 1,3  | 1,3  | 2,0  | 62  | 62  | 93  |
| Каша рисова розсипчаста | 82  | 82  | 103 | 2,0  | 2,0  | 2,5  | 1,8  | 1,8  | 2,2  | 20,4 | 20,4 | 25,6 | 107 | 107 | 135 |
| Сік периковий           | 120 | 120 | 180 | 0,1  | 0,1  | 0,2  | 0,0  | 0,0  | 0,0  | 19,1 | 19,1 | 28,6 | 63  | 82  | 122 |
| Хліб цільнозерновий     | 30  | 30  | 30  | 2,1  | 2,1  | 2,1  | 2,4  | 2,4  | 2,4  | 9,9  | 9,9  | 9,9  | 71  | 71  | 71  |
| Всього за вечерю        |     |     |     | 12,8 | 12,8 | 17,5 | 10,1 | 10,1 | 12,9 | 55,7 | 56,7 | 73,9 | 351 | 373 | 489 |

| Четвер 2 тиждень              |                      |                      |                         |                      |                      |                         |                      |                      |                         |                      |                      |                         |                            |                      |                         |
|-------------------------------|----------------------|----------------------|-------------------------|----------------------|----------------------|-------------------------|----------------------|----------------------|-------------------------|----------------------|----------------------|-------------------------|----------------------------|----------------------|-------------------------|
| Найменування страв та виробів | Вихід                |                      |                         | Хімічний склад       |                      |                         |                      |                      |                         |                      |                      |                         |                            |                      |                         |
|                               |                      |                      |                         | Білки, г             |                      |                         | Жири, г              |                      |                         | Вуглеводи, г         |                      |                         | Енергетична цінність, ккал |                      |                         |
|                               | Від 1-3<br>рокі<br>в | Від 3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від 1-3<br>рокі<br>в | Від 3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від 1-3<br>рокі<br>в | Від 3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від 1-3<br>рокі<br>в | Від 3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від 1-3<br>рокі<br>в       | Від 3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років |
| Сніданок:                     |                      |                      |                         |                      |                      |                         |                      |                      |                         |                      |                      |                         |                            |                      |                         |

|                                               |      |      |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
|-----------------------------------------------|------|------|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|------------|------------|
| Зрази рисові з овочами                        | 127  | 127  | 154   | 5,3         | 5,3         | 6,6         | 5,7         | 5,7         | 6,6         | 31,4        | 31,4        | 38,9        | 197        | 197        | 239        |
| М'ясо курки в сметані                         | 30/9 | 30/9 | 40/12 | 9,1         | 9,1         | 12,2        | 5,9         | 5,9         | 7,9         | 0,4         | 0,4         | 0,6         | 91         | 91         | 122        |
| Фрукти свіжі (яблука)                         | 30   | 30   | 40    | 0,1         | 0,1         | 0,2         | 0,1         | 0,1         | 0,2         | 3,1         | 3,1         | 4,2         | 14         | 14         | 18         |
| Компот із суміші сухофруктів                  | 100  | 100  | 150   | 0,2         | 0,2         | 0,2         | 0,0         | 0,0         | 0,0         | 5,5         | 10,5        | 15,7        | 20         | 39         | 59         |
| Хліб житній з сиром твердим                   | 30/4 | 30/4 | 30/8  | 1,9         | 1,9         | 2,8         | 1,4         | 1,4         | 2,5         | 15,0        | 15,0        | 15,0        | 82         | 82         | 97         |
| <b>Всього за сніданок:</b>                    |      |      |       | <b>14,4</b> | <b>14,4</b> | <b>19,2</b> | <b>12,9</b> | <b>12,9</b> | <b>17,8</b> | <b>45,2</b> | <b>50,2</b> | <b>62,2</b> | <b>354</b> | <b>373</b> | <b>480</b> |
| <b>Обід:</b>                                  |      |      |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Тушкована капуста квашена                     | 50   | 50   |       | 0,8         | 0,8         |             | 2,0         | 2,0         |             | 2,7         | 2,9         |             | 30         | 31         |            |
| Салат з квашеної капусти                      |      |      | 55    |             |             | 0,8         |             |             | 2,5         |             |             | 4,6         |            |            | 43         |
| Куліш пшоняний з фрикаделькою та сметаною     |      |      | 1/7   | 4,9         | 4,9         | 6,4         | 5,2         | 5,2         | 6,6         | 13,2        | 13,2        | 17,3        | 119        | 119        | 154        |
| Філе курки запечене під твердим сиром         | 26/8 | 26/8 | 35/12 | 6,6         | 6,6         | 8,9         | 2,7         | 2,7         | 3,6         | 1,3         | 2,4         | 3,2         | 56         | 60         | 79         |
| Макаронні вироби відварені з маслом вершковим | 82   | 82   | 106   | 3,0         | 3,0         | 3,9         | 1,8         | 1,8         | 2,2         | 19,6        | 19,6        | 25,5        | 108        | 108        | 140        |
| Кисіль вишневий                               | 142  | 150  | 150   | 0,4         | 0,4         | 0,4         | 0,0         | 0,0         | 0,0         | 11,8        | 19,3        | 19,3        | 62         | 91         | 91         |
| Хліб цільнозерновий                           | 30   | 30   | 30    | 2,1         | 2,1         | 2,1         | 2,4         | 2,4         | 2,4         | 9,9         | 9,9         | 9,9         | 71         | 71         | 71         |
| <b>Всього за обід:</b>                        |      |      |       | <b>17,8</b> | <b>17,8</b> | <b>22,5</b> | <b>14,1</b> | <b>14,1</b> | <b>17,3</b> | <b>58,5</b> | <b>67,3</b> | <b>79,8</b> | <b>446</b> | <b>480</b> | <b>578</b> |

| Вечеря:                           |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|-----------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| Буряк тушкований з яблуками       | 50              | 50              | 75                | 0,8             | 0,8             | 1,1               | 2,1             | 2,1             | 2,2               | 4,4             | 4,4             | 6,6               | 39                         | 39              | 54                |
| Фалафель                          | 77              | 77              | 96                | 9,1             | 9,1             | 11,4              | 2,2             | 2,2             | 3,0               | 24,4            | 24,4            | 30,6              | 150                        | 150             | 190               |
| Соус сметанный з томатом          | 7               | 7               | 16                | 0,3             | 0,3             | 0,6               | 1,8             | 1,8             | 3,7               | 0,8             | 0,8             | 1,1               | 21                         | 21              | 40                |
| Каша вівсяна в'язка               | 82              | 82              | 103               | 2,2             | 2,2             | 2,8               | 2,7             | 2,7             | 3,3               | 10,5            | 10,5            | 13,2              | 74                         | 74              | 92                |
| Сік виноградний                   | 120             | 120             | 180               | 0,6             | 0,6             | 0,9               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 17,4            | 17,4            | 26,0              | 71                         | 71              | 106               |
| Всього за вечерю:                 |                 |                 |                   | 13,0            | 13,0            | 16,8              | 8,8             | 8,8             | 12,2              | 57,5            | 57,5            | 77,5              | 355                        | 355             | 482               |
| П'ятниця 2 тиждень                |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Найменування страв та виробів     | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|                                   |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                                   | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                         |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Ікра з моркви                     | 65              | 65              | 75                | 1,0             | 1,0             | 1,2               | 2,7             | 2,7             | 3,1               | 6,4             | 6,4             | 7,5               | 50                         | 50              | 58                |
| Оладки з м'яса курки              | 70              | 70              | 93                | 10,9            | 10,9            | 14,5              | 5,5             | 5,5             | 7,1               | 5,3             | 5,3             | 7,0               | 115                        | 115             | 149               |
| Каша рисова розсипчаста з цибулею | 101             | 101             | 127               | 2,4             | 2,4             | 3,0               | 2,3             | 2,3             | 2,9               | 23,7            | 23,7            | 29,9              | 127                        | 127             | 159               |
| Кефір 2,5%                        | 100             | 100             | 125               | 2,9             | 2,9             | 3,6               | 2,5             | 2,5             | 3,1               | 3,5             | 3,5             | 4,4               | 59                         | 59              | 74                |

|                        |     |     |     |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |
|------------------------|-----|-----|-----|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----|-----|-----|
| Всього за сніданок:    |     |     |     | 17,2 | 17,2 | 22,3 | 13,0 | 13,0 | 16,2 | 38,9 | 38,9 | 48,8 | 351 | 351 | 440 |
| Обід:                  |     |     |     |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |
| Борщ український       | 150 | 150 | 200 | 2,1  | 2,1  | 2,8  | 2,5  | 2,5  | 3,1  | 10,0 | 10,0 | 13,1 | 69  | 69  | 89  |
| Суфле м'ясне з овочами | 30  | 30  | 40  | 7,4  | 7,4  | 9,9  | 14,7 | 14,7 | 19,4 | 1,1  | 1,1  | 1,5  | 165 | 165 | 219 |

|                               |       |     |     |                |      |      |         |      |      |              |      |      |                            |     |     |
|-------------------------------|-------|-----|-----|----------------|------|------|---------|------|------|--------------|------|------|----------------------------|-----|-----|
| Каша кукурудзяна розсипчаста  | 90    | 90  | 113 | 2,5            | 2,5  | 3,1  | 1,8     | 1,8  | 2,3  | 21,4         | 21,4 | 26,8 | 112                        | 112 | 141 |
| Мандарини                     | 60    | 60  | 80  | 0,5            | 0,5  | 0,6  | 0,1     | 0,1  | 0,2  | 5,0          | 5,0  | 7,0  | 23                         | 23  | 31  |
| Хліб житній                   | 30    | 30  | 30  | 1,0            | 1,0  | 1,0  | 0,2     | 0,2  | 0,2  | 15,0         | 15,0 | 15,0 | 68                         | 68  | 68  |
| Всього за обід:               |       |     |     | 13,4           | 13,4 | 17,3 | 19,3    | 19,3 | 25,2 | 52,5         | 52,5 | 63,4 | 437                        | 437 | 548 |
| Вечеря:                       |       |     |     |                |      |      |         |      |      |              |      |      |                            |     |     |
| Ікра овочева                  | 55    | 55  | 73  | 2,5            | 2,5  | 3,3  | 3,3     | 3,3  | 4,4  | 3,3          | 3,3  | 4,5  | 52                         | 52  | 69  |
| Биточок перловий              | 170   | 176 | 210 | 7,7            | 7,7  | 9,2  | 5,7     | 5,7  | 6,8  | 26,9         | 33,4 | 40,8 | 189                        | 214 | 259 |
| Шарлотка яблучна              | 72    | 72  | 72  | 4,1            | 4,1  | 4,1  | 3,3     | 3,3  | 3,3  | 18,2         | 25,7 | 25,7 | 118                        | 146 | 146 |
| Чай (трав'яний)               | 140   | 140 | 170 |                |      |      |         |      |      |              |      |      |                            |     |     |
| Всього за вечерю:             |       |     |     | 13,9           | 13,9 | 17,0 | 13,1    | 13,1 | 16,7 | 50,3         | 58,3 | 65,6 | 359                        | 412 | 476 |
| Понеділок 3 тиждень           |       |     |     |                |      |      |         |      |      |              |      |      |                            |     |     |
| Найменування страв та виробів | Вихід |     |     | Хімічний склад |      |      |         |      |      |              |      |      |                            |     |     |
|                               |       |     |     | Білки, г       |      |      | Жири, г |      |      | Вуглеводи, г |      |      | Енергетична цінність, ккал |     |     |

|                                                                      | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від<br>4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років |
|----------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| <b>Сніданок:</b>                                                     |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                            |                         |                         |                         |
| Морква тушкована з<br>родзинками                                     | 35                      | 35                      | 50                      | 0,4                     | 0,4                     | 0,6                     | 1,8                     | 1,8                     | 2,6                     | 2,3                     | 2,3                     | 3,2                        | 26                      | 26                      | 37                      |
| Пюре з бобових<br>(гороху або сочевиці)<br>з цибулею (з<br>сочевиці) | 100                     | 100                     | 125                     | 9,7                     | 9,7                     | 12,2                    | 3,0                     | 3,0                     | 3,6                     | 22,7                    | 22,7                    | 28,4                       | 167                     | 167                     | 208                     |
| Какао з молоком                                                      | 135                     | 135                     | 160                     | 4,5                     | 4,5                     | 5,4                     | 3,8                     | 3,8                     | 4,6                     | 7,2                     | 7,2                     | 8,7                        | 80                      | 80                      | 96                      |
| Хліб житній з<br>маслом вершковим                                    | 30/2                    | 30/2                    | 30/2,5                  | 1,02                    | 1,0                     | 1,0                     | 1,8                     | 1,8                     | 2,2                     | 15,0                    | 15,0                    | 15,0                       | 82                      | 82                      | 86                      |
| <b>Всього за сніданок:</b>                                           |                         |                         |                         | <b>15,7</b>             | <b>15,7</b>             | <b>19,2</b>             | <b>10,4</b>             | <b>10,4</b>             | <b>13,0</b>             | <b>47,2</b>             | <b>47,2</b>             | <b>55,3</b>                | <b>356</b>              | <b>356</b>              | <b>427</b>              |
| <b>Обід:</b>                                                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                            |                         |                         |                         |
| Ікра буряково-морквяна                                               | 30                      | 30                      | 50                      | 0,4                     | 0,4                     | 0,6                     | 1,6                     | 1,6                     | 2,6                     | 2,5                     | 2,5                     | 4,1                        | 26                      | 26                      | 42                      |
| Суп картопляний з<br>макаронами                                      | 150                     | 150                     | 200                     | 1,7                     | 1,7                     | 2,3                     | 1,3                     | 1,3                     | 2,3                     | 16,7                    | 16,7                    | 17,5                       | 71                      | 71                      | 94                      |
| Курка<br>по-італійськи<br>(підлива)                                  | 36/10                   | 36/11                   | 48/12                   | 9,2                     | 9,2                     | 12,3                    | 3,8                     | 3,8                     | 5,0                     | 1,8                     | 3,3                     | 4,4                        | 78                      | 84                      | 110                     |
| Каша рисова<br>розсипчаста                                           | 82                      | 82                      | 103                     | 2,0                     | 2,0                     | 2,5                     | 1,8                     | 1,8                     | 2,2                     | 20,4                    | 20,4                    | 25,6                       | 107                     | 107                     | 135                     |
| Банани                                                               | 60                      | 60                      | 80                      | 0,9                     | 0,9                     | 1,2                     | 0,1                     | 0,1                     | 0,1                     | 13,1                    | 13,1                    | 17,4                       | 53                      | 53                      | 71                      |
| Компот із суміші                                                     | 100                     | 100                     | 150                     | 0,2                     | 0,2                     | 0,2                     | 0,0                     | 0,0                     | 0,0                     | 5,5                     | 10,5                    | 15,7                       | 20                      | 39                      | 59                      |

|                                       |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|---------------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| сухофруктів                           |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Хліб цільнозерновий                   | 30              | 30              | 30                | 2,1             | 2,1             | 2,1               | 2,4             | 2,4             | 2,4               | 9,9             | 9,9             | 9,9               | 71                         | 71              | 71                |
| Всього за обід:                       |                 |                 |                   | 16,5            | 16,5            | 21,2              | 11,0            | 11,0            | 14,6              | 69,9            | 76,4            | 94,6              | 426                        | 451             | 582               |
| Вечеря:                               |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Риба, запечена під молочним соусом    | 33/21           | 33/21           | 49/35             | 7,8             | 7,8             | 12,2              | 4,7             | 4,7             | 7,2               | 1,9             | 1,9             | 3,0               | 81                         | 81              | 126               |
| Картопляне пюре                       | 91              | 91              | 114               | 2,0             | 2,0             | 2,5               | 2,1             | 2,1             | 2,7               | 14,5            | 14,5            | 18,2              | 85                         | 85              | 106               |
| Котлета морквяна під сметанним соусом | 40/29           | 40/29           | 56/40             | 1,8             | 1,8             | 2,6               | 4,1             | 4,1             | 5,6               | 11,0            | 11,0            | 15,3              | 88                         | 88              | 120               |
| Сік виноградний                       | 120             | 120             | 180               | 0,6             | 0,6             | 0,9               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 17,4            | 17,4            | 26,0              | 71                         | 71              | 106               |
| Всього за вечерю:                     |                 |                 |                   | 12,2            | 12,2            | 18,2              | 10,9            | 10,9            | 15,5              | 44,8            | 44,8            | 62,5              | 325                        | 325             | 458               |
| Вівторок 3 тиждень                    |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Найменування страв та виробів         | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|                                       |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                                       | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |

| Сніданок:                             |       |       |       |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |
|---------------------------------------|-------|-------|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-----|-----|-----|
| Котлета морквяна під сметанним соусом | 59    | 59    | 78    | 1,3  | 1,3  | 1,7  | 3,4  | 3,4  | 4,6  | 4,2  | 4,2  | 7,2  | 52  | 52  | 69  |
| Каша пшенична розсипчаста з цибулею   | 101   | 101   | 127   | 4,1  | 4,1  | 5,1  | 2,4  | 2,4  | 3,0  | 25,6 | 25,6 | 31,9 | 142 | 142 | 177 |
| Кисіль молочний                       | 145   | 150   | 180   | 4,2  | 4,2  | 5,1  | 3,8  | 3,8  | 4,5  | 11,3 | 18,8 | 22,5 | 95  | 124 | 148 |
| Хліб цільнозерновий                   | 30    | 30    | 30    | 2,1  | 2,1  | 2,1  | 2,4  | 2,4  | 2,4  | 9,9  | 9,9  | 9,9  | 71  | 71  | 71  |
| Всього за сніданок:                   |       |       |       | 11,7 | 11,7 | 14,0 | 12,0 | 12,0 | 14,5 | 51,0 | 58,5 | 71,5 | 360 | 389 | 465 |
| Обід:                                 |       |       |       |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |
| Капуста тушкована                     | 30    | 30    |       | 0,73 | 0,73 |      | 1    | 1    |      | 2,5  | 2,5  |      | 22  | 22  |     |
| Салат з квашеної капусти              |       |       | 45    |      |      | 0,7  |      |      | 1,5  |      |      | 3,7  |     |     | 30  |
| Суп польовий із сметаною              | 150/4 | 150/4 | 200/5 | 1,6  | 1,6  | 2,1  | 2,6  | 2,6  | 3,3  | 10,7 | 10,7 | 14,2 | 72  | 72  | 95  |
| Биточки (особливі)                    | 55    | 55    | 75    | 9,7  | 9,7  | 13,0 | 6,6  | 6,6  | 8,8  | 7,4  | 7,4  | 10,0 | 128 | 128 | 171 |
| Макарони відварені з овочами          | 100   | 100   | 130   | 3,4  | 3,4  | 4,4  | 2,3  | 2,3  | 2,9  | 21,5 | 21,5 | 28,0 | 121 | 121 | 157 |
| Компот із фруктів (яблук)             | 120   | 120   | 160   | 0,2  | 0,2  | 0,3  | 0,2  | 0,2  | 0,3  | 6,2  | 12,2 | 16,3 | 27  | 50  | 66  |
| Хліб житній                           | 30    | 30    | 30    | 1,0  | 1,0  | 1,0  | 0,2  | 0,2  | 0,2  | 15,0 | 15,0 | 15,0 | 68  | 68  | 68  |
| Всього за обід:                       |       |       |       | 16,6 | 16,6 | 21,5 | 13,0 | 13,0 | 17,0 | 63,4 | 69,4 | 87,2 | 438 | 461 | 587 |
| Вечеря:                               |       |       |       |      |      |      |      |      |      |      |      |      |     |     |     |

| Пюре морквяне                       | 27              | 28              | 36                | 0,4             | 0,4             | 0,5               | 1,5             | 1,5             | 2,0               | 2,5             | 3,0             | 3,9               | 24                         | 26              | 34                |
|-------------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| Нагетси з м'яса курки               | 56              | 56              | 75                | 11,5            | 11,5            | 15,4              | 4,6             | 4,6             | 6,1               | 12,2            | 12,2            | 16,6              | 138                        | 138             | 183               |
| Полента (каша кукурудзяна запечена) | 90              | 90              | 110               | 2,6             | 2,6             | 3,1               | 2,4             | 2,4             | 3,0               | 16,6            | 16,6            | 20,1              | 99                         | 99              | 120               |
| Банани                              | 60              | 60              | 80                | 0,9             | 0,9             | 1,2               | 0,1             | 0,1             | 0,1               | 13,1            | 13,1            | 17,4              | 53                         | 53              | 71                |
| Компот із плодів сушених (родзинок) | 116             | 116             | 140               | 0,3             | 0,3             | 0,3               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 10,0            | 16,0            | 19,1              | 38                         | 61              | 72                |
| <b>Всього за вечерю:</b>            |                 |                 |                   | <b>15,6</b>     | <b>15,6</b>     | <b>20,5</b>       | <b>8,6</b>      | <b>8,6</b>      | <b>11,2</b>       | <b>54,4</b>     | <b>60,9</b>     | <b>77,0</b>       | <b>352</b>                 | <b>376</b>      | <b>481</b>        |
| <b>Середа 3 тиждень</b>             |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Найменування страв та виробів       | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|                                     |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                                     | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| <b>Сніданок:</b>                    |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Овочі запечені по-карпатськи        | 50              | 50              | 70                | 0,7             | 0,7             | 1,0               | 1,1             | 1,1             | 2,1               | 3,0             | 3,0             | 5,0               | 28                         | 28              | 28                |
| Філе м'яса курки запечене під сиром | 55              | 55              | 73                | 10,7            | 10,7            | 14,4              | 7,6             | 7,6             | 10,1              | 1,9             | 2,4             | 3,6               | 119                        | 121             | 161               |
| Каша рисова в'язка                  | 82              | 82              | 103               | 1,3             | 1,3             | 1,6               | 1,6             | 1,6             | 2,0               | 12,9            | 12,9            | 15,8              | 72                         | 72              | 89                |
| Сік персиковий                      | 120             | 120             | 180               | 0,1             | 0,1             | 0,2               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 19,1            | 19,1            | 28,6              | 82                         | 82              | 122               |
| Хліб житній                         | 30              | 30              | 30                | 1,0             | 1,0             | 1,0               | 0,2             | 0,2             | 0,2               | 15,0            | 15,0            | 15,0              | 68                         | 68              | 68                |

|                                         |       |       |       |                |      |      |      |      |      |       |       |       |     |     |     |
|-----------------------------------------|-------|-------|-------|----------------|------|------|------|------|------|-------|-------|-------|-----|-----|-----|
| Всього за сніданок:                     |       |       |       | 13,8           | 13,8 | 18,1 | 10,5 | 10,5 | 14,4 | 51,9  | 52,4  | 68,0  | 369 | 371 | 468 |
| Обід:                                   |       |       |       |                |      |      |      |      |      |       |       |       |     |     |     |
| Борщ з квасолею і картоплею зі сметаною | 150/4 | 150/4 | 200/5 | 2,3            | 2,3  | 3,1  | 3,1  | 3,1  | 4,0  | 9,7   | 10,6  | 14,1  | 73  | 76  | 102 |
| Шніцель зі свинини                      | 60    | 60    | 81    | 8,4            | 8,4  | 11,1 | 14,5 | 14,5 | 19,2 | 8,6   | 8,6   | 11,2  | 199 | 199 | 262 |
| Каша вівсяна в'язка                     | 82    | 82    | 103   | 2,22           | 2,22 | 2,77 | 2,67 | 2,67 | 3,34 | 10,53 | 10,53 | 13,16 | 74  | 74  | 92  |
| Мандарини                               | 60    | 60    | 80    | 0,5            | 0,5  | 0,6  | 0,1  | 0,1  | 0,2  | 5,0   | 5,0   | 7,0   | 23  | 23  | 31  |
| Буряк припущений                        | 50    | 50    | 66    | 0,6            | 0,6  | 0,8  | 2,6  | 2,6  | 3,1  | 3,2   | 3,2   | 4,3   | 38  | 38  | 47  |
| Чай (трав'яний)                         | 140   | 140   | 170   |                |      |      |      |      |      |       |       |       |     |     |     |
| Хліб житній                             | 30    | 30    | 30    | 1,0            | 1,0  | 1,0  | 0,2  | 0,2  | 0,2  | 15,0  | 15,0  | 15,0  | 68  | 68  | 68  |
| Всього за обід:                         |       |       |       | 15             | 15   | 19,4 | 23,2 | 23,2 | 30   | 52    | 52    | 64,7  | 475 | 475 | 602 |
| Вечеря:                                 |       |       |       |                |      |      |      |      |      |       |       |       |     |     |     |
| Каша гарбузова                          | 70    | 70    | 90    | 1,6            | 1,6  | 2    | 1,6  | 1,6  | 2    | 9,4   | 12,4  | 15,5  | 58  | 69  | 87  |
| Зрази з сиру з чорносливом              | 90    | 95    | 120   | 14,1           | 14,1 | 17,6 | 9,0  | 9,0  | 11,2 | 23,7  | 28,7  | 36,3  | 233 | 252 | 317 |
| Соус сметанный (на молоці)              | 35    | 35    | 48    | 1,0            | 1,0  | 1,6  | 2,4  | 2,4  | 4,0  | 4,7   | 4,7   | 6,7   | 45  | 45  | 69  |
| Фрукти свіжі (яблука)                   | 30    | 30    | 40    | 0,1            | 0,1  | 0,2  | 0,1  | 0,1  | 0,2  | 3,1   | 3,1   | 4,2   | 14  | 14  | 18  |
| Всього за вечерю:                       |       |       |       | 16,8           | 16,8 | 21,3 | 13,2 | 13,2 | 17,3 | 40,9  | 48,9  | 62,7  | 350 | 380 | 491 |
| Четвер 3 тиждень                        |       |       |       |                |      |      |      |      |      |       |       |       |     |     |     |
| Найменування страв та виробів           | Вихід |       |       | Хімічний склад |      |      |      |      |      |       |       |       |     |     |     |

|                                   |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|-----------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
|                                   | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                         |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Морква тушкована в сметані        | 45              | 47              | 63                | 0,8             | 0,8             | 1                 | 2,6             | 2,6             | 3,6               | 4,5             | 6,4             | 8,6               | 43                         | 50              | 67                |
| Гуляш з м'яса курки               | 32/18           | 32/18           | 43/24             | 9,4             | 9,4             | 12,6              | 3,8             | 3,8             | 5,1               | 4,0             | 4,0             | 5,6               | 88                         | 88              | 117               |
| Каша гречана в'язка               | 82              | 82              | 102               | 2,52            | 2,52            | 3,17              | 2,1             | 2,1             | 2,6               | 12,7            | 12,7            | 15,8              | 80                         | 80              | 100               |
| Йогурт 2,5%                       | 100             | 100             | 125               | 2,7             | 2,7             | 3,4               | 2,5             | 2,5             | 3,1               | 14,1            | 14,1            | 17,6              | 88                         | 88              | 110               |
| Хліб житній                       | 30              | 30              | 30                | 1,0             | 1,0             | 1,0               | 0,2             | 0,2             | 0,2               | 15,0            | 15,0            | 15,0              | 68                         | 68              | 68                |
| Всього за сніданок:               |                 |                 |                   | 16,4            | 16,4            | 21,1              | 11,2            | 11,2            | 14,6              | 50,3            | 52,2            | 62,6              | 367                        | 374             | 462               |
| Обід:                             |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Салат з вареного буряка           | 48              | 48              | 69                | 0,7             | 0,7             | 1,1               | 1,4             | 1,4             | 2,2               | 4,7             | 4,7             | 6,7               | 34                         | 34              | 49                |
| Суп овочевий зі сметаною          | 150/4           | 150/4           | 200/5             | 1,32            | 1,32            | 1,74              | 3,0             | 3,0             | 3,7               | 7,71            | 7,71            | 10,27             | 62                         | 62              | 80                |
| Тюфтелька куряча з овочами        | 48              | 48              | 65                | 10,2            | 10,2            | 13,6              | 4,4             | 4,4             | 5,8               | 4,1             | 4,1             | 5,4               | 97                         | 97              | 127               |
| Каша рисова розсипчаста з цибулею | 101             | 101             | 127               | 2,4             | 2,4             | 3,0               | 2,3             | 2,3             | 2,9               | 23,7            | 23,7            | 29,9              | 127                        | 127             | 159               |
| Фрукти свіжі (апельсини)          | 60              | 60              | 80                | 0,5             | 0,5             | 0,7               | 0,1             | 0,1             | 0,2               | 5,7             | 5,7             | 7,6               | 24                         | 24              | 32                |

|                                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|-----------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| Хліб цільнозерновий               | 30              | 30              | 30                | 2,1             | 2,1             | 2,1               | 2,4             | 2,4             | 2,4               | 9,9             | 9,9             | 9,9               | 71                         | 71              | 71                |
| Всього за обід:                   |                 |                 |                   | 17,3            | 17,3            | 22,2              | 13,6            | 13,6            | 17,2              | 55,8            | 55,8            | 69,8              | 415                        | 415             | 518               |
| Вечеря:                           |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Горошок овочевий відварний        | 50              | 50              | 70                | 0,7             | 0,7             | 1,0               | 1,6             | 1,6             | 2,1               | 3,0             | 3,0             | 5,0               | 28                         | 28              | 38                |
| Пиріг вегетеріанський             | 114             | 114             | 140               | 5,8             | 5,8             | 7,1               | 3,1             | 3,1             | 3,7               | 22,7            | 22,7            | 27,9              | 139                        | 139             | 170               |
| Суфле яєчне                       | 60              | 60              | 60                | 5,4             | 5,4             | 5,4               | 6,1             | 6,1             | 6,1               | 4,8             | 4,8             | 4,8               | 95                         | 95              | 95                |
| Фрукти свіжі (банани)             | 60              | 60              | 80                | 0,9             | 0,9             | 1,2               | 0,1             | 0,1             | 0,1               | 13,1            | 13,1            | 17,4              | 53                         | 53              | 71                |
| Компот із плодів сушених (кураги) | 140             | 140             | 160               | 0,9             | 0,9             | 1,0               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 10,2            | 17,2            | 19,6              | 41                         | 68              | 77                |
| Всього за вечерю:                 |                 |                 |                   | 13,7            | 13,7            | 15,7              | 10,9            | 10,9            | 12,0              | 53,8            | 60,8            | 74,7              | 356                        | 383             | 451               |
| П'ятниця 3 тиждень                |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Найменування страв та виробів     | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|                                   |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                                   | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                         |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Каша перлова в'язка               | 82              | 82              | 103               | 1,7             | 1,7             | 2,1               | 1,7             | 1,7             | 2,1               | 12,2            | 12,2            | 15,2              | 71                         | 71              | 89                |
| Морквяники з яблуками             | 75              | 78              | 117               | 2,3             | 2,3             | 3,3               | 2,3             | 2,3             | 3,4               | 17,2            | 19,7            | 28,7              | 95                         | 104             | 153               |
| Соус сметанный                    | 35              | 35              | 48                | 1,0             | 1,0             | 1,6               | 2,4             | 2,4             | 4,0               | 4,7             | 4,7             | 6,7               | 45                         | 45              | 69                |

|                                             |       |       |       |      |      |      |      |       |      |       |       |      |        |        |     |
|---------------------------------------------|-------|-------|-------|------|------|------|------|-------|------|-------|-------|------|--------|--------|-----|
| (на молоці)                                 |       |       |       |      |      |      |      |       |      |       |       |      |        |        |     |
| Какао з молоком                             | 120   | 120   | 160   | 4,0  | 4,0  | 5,4  | 3,4  | 3,4   | 4,6  | 6,5   | 6,5   | 8,8  | 72     | 72     | 96  |
| Хліб житній                                 | 30    | 30    |       | 1,0  | 1,0  |      | 0,2  | 0,2   |      | 15,0  | 15,0  |      | 68     | 68     |     |
| Хліб житній з сиром твердим                 |       |       | 30/6  |      |      | 2,4  |      |       | 1,9  |       |       | 15,0 |        |        | 90  |
| Всього за сніданок:                         |       |       |       | 10,0 | 10,0 | 14,7 | 10,0 | 10,0  | 16,0 | 55,6  | 58,1  | 74,5 | 350    | 359    | 497 |
| Обід:                                       |       |       |       |      |      |      |      |       |      |       |       |      |        |        |     |
| Котлети бурякові                            | 100   | 150   |       | 3,83 | 5,71 |      | 7,78 | 11.69 |      | 25,43 | 38,03 |      | 180,89 | 270,91 |     |
| Огірки солоні                               |       |       | 31    |      |      | 0,5  |      |       | 0,0  |       |       | 3,1  |        |        | 13  |
| Суп селянський з перловою крупою            | 150   | 150   | 200   | 1,3  | 1,3  | 1,8  | 2,2  | 2,2   | 2,7  | 8,8   | 8,8   | 11,7 | 59     | 59     | 77  |
| Тюфтелька рибна в сметанно-томатно му соусі | 60/30 | 60/30 | 90/45 | 8,7  | 8,7  | 13,1 | 6,2  | 6,2   | 8,9  | 9,5   | 9,5   | 14,6 | 129    | 129    | 190 |
| Каша кукурудзяна в'язка                     | 82    | 82    | 102   | 1,9  | 1,9  | 2,4  | 1,8  | 1,8   | 2,1  | 16,5  | 16,5  | 20,6 | 90     | 90     | 113 |
| Фрукти свіжі (банани)                       | 45    | 45    | 80    | 0,7  | 0,7  | 1,2  | 0,1  | 0,1   | 0,1  | 9,8   | 9,8   | 17,4 | 40     | 40     | 71  |
| Чай (трав'яний)                             | 140   | 140   | 170   |      |      |      |      |       |      |       |       |      |        |        |     |
| Хліб цільнозерновий                         | 30    | 30    | 30    | 2,1  | 2,1  | 2,1  | 2,4  | 2,4   | 2,4  | 9,9   | 9,9   | 9,9  | 71     | 71     | 71  |
| Всього за обід:                             |       |       |       | 15,5 | 15,5 | 21,0 | 14,7 | 14,7  | 16,2 | 57,2  | 57,4  | 77,3 | 419    | 420    | 535 |
| Вечеря:                                     |       |       |       |      |      |      |      |       |      |       |       |      |        |        |     |

| Кнелі із курятини з рисом в сметанно томатному соусі | 47/32           | 47/32           | 63/56             | 9,9             | 9,9             | 13,5              | 5,1             | 5,1             | 7,5               | 6,1             | 6,1             | 9,3               | 111                        | 111             | 158               |
|------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| Запіканка овочева                                    | 95              | 95              | 105               | 4,8             | 4,8             | 4,8               | 4,4             | 4,4             | 5,2               | 18,4            | 18,4            | 20,5              | 127                        | 127             | 144               |
| Яйце варене                                          | 30              | 30              | 30                | 3,8             | 3,8             | 3,8               | 3,5             | 3,5             | 3,5               | 0,2             | 0,2             | 0,2               | 47                         | 47              | 47                |
| Кисіль                                               | 170             | 180             | 180               | 0,5             | 0,4             | 0,4               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 14,8            | 23,7            | 23,7              | 78                         | 107             | 107               |
| <b>Всього за вечерю:</b>                             |                 |                 |                   | <b>19,0</b>     | <b>18,9</b>     | <b>22,5</b>       | <b>13,0</b>     | <b>13,0</b>     | <b>16,2</b>       | <b>39,5</b>     | <b>48,4</b>     | <b>53,7</b>       | <b>363</b>                 | <b>392</b>      | <b>456</b>        |
| <b>Понеділок 4 тиждень</b>                           |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Найменування страв та виробів                        | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|                                                      |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                                                      | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| <b>Сніданок:</b>                                     |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Морква припущена                                     | 51              | 51              | 70                | 0,7             | 0,7             | 1,0               | 0,8             | 0,8             | 1,3               | 4,5             | 4,5             | 6,3               | 26                         | 26              | 36                |
| Омлет                                                | 60              | 60              | 60                | 5,9             | 5,9             | 5,9               | 6,1             | 6,1             | 6,1               | 2,6             | 2,6             | 2,6               | 89                         | 89              | 89                |
| Каша рисова розсипчаста з цибулею                    | 101             | 101             | 127               | 2,4             | 2,4             | 3,0               | 2,3             | 2,3             | 2,9               | 23,7            | 23,7            | 29,9              | 127                        | 127             | 159               |
| Фрукти свіжі (банани)                                | 50              | 50              | 85                | 0,8             | 0,8             | 1,3               | 0,1             | 0,1             | 0,1               | 10,9            | 10,9            | 18,5              | 46                         | 46              | 76                |

|                                     |        |        |          |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
|-------------------------------------|--------|--------|----------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|------------|------------|
| Какао з молоком                     | 120    | 120    | 160      | 4,0         | 4,0         | 5,4         | 3,4         | 3,4         | 4,6         | 6,5         | 6,5         | 8,8         | 72         | 72         | 96         |
| <b>Всього за сніданок:</b>          |        |        |          | <b>13,7</b> | <b>13,7</b> | <b>16,6</b> | <b>12,7</b> | <b>12,7</b> | <b>15,0</b> | <b>48,2</b> | <b>48,2</b> | <b>66,1</b> | <b>360</b> | <b>360</b> | <b>456</b> |
| <b>Обід:</b>                        |        |        |          |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Салат з запеченої капусти           | 50     | 50     |          | 0,8         | 0,8         |             | 2           | 2           |             | 2,7         | 2,9         |             | 30         | 31         |            |
| Салат з квашеної капусти            |        |        | 55       |             |             | 0,8         |             |             | 2,5         |             |             | 4,6         |            |            | 43         |
| Суп український з галушками         | 150/15 | 150/15 | 200/20/8 | 1,8         | 1,8         | 2,6         | 2,8         | 2,8         | 5,1         | 12,4        | 12,4        | 16,6        | 82         | 82         | 122        |
| Котлета рублена з м'яса курки       | 58     | 58     | 77       | 10,3        | 10,3        | 13,9        | 4,0         | 4,0         | 5,3         | 8,3         | 8,3         | 11,4        | 111        | 111        | 149        |
| Каша гречана в'язка                 | 82     | 82     | 102      | 2,5         | 2,5         | 3,2         | 2,1         | 2,1         | 2,6         | 12,7        | 12,7        | 15,8        | 80         | 80         | 100        |
| Кисіль вишневий                     | 142    | 150    | 150      | 0,4         | 0,4         | 0,4         | 0,0         | 0,0         | 0,0         | 11,8        | 19,3        | 19,3        | 62         | 91         | 91         |
| Хліб цільнозерновий                 | 30     | 30     | 30       | 2,1         | 2,1         | 2,1         | 2,4         | 2,4         | 2,4         | 9,9         | 9,9         | 9,9         | 71         | 71         | 71         |
| <b>Всього за обід:</b>              |        |        |          | <b>18,0</b> | <b>18,0</b> | <b>23,0</b> | <b>13,3</b> | <b>13,3</b> | <b>17,9</b> | <b>57,8</b> | <b>65,4</b> | <b>77,6</b> | <b>436</b> | <b>466</b> | <b>576</b> |
| <b>Вечеря:</b>                      |        |        |          |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Ікра з буряка                       | 55     | 55     | 75       | 1,0         | 1,0         | 1,3         | 2,6         | 2,6         | 3,6         | 6,2         | 6,2         | 8,5         | 49         | 49         | 63         |
| Філе м'яса курки запечене під сиром | 55     | 55     | 73       | 10,7        | 10,7        | 14,4        | 7,6         | 7,6         | 10,1        | 1,9         | 2,4         | 3,6         | 119        | 121        | 161        |
| Картопляне пюре                     | 91     | 91     | 114      | 2,0         | 2,0         | 2,5         | 2,1         | 2,1         | 2,7         | 14,5        | 14,5        | 18,2        | 85         | 85         | 106        |
| Компот із плодів сушених (родзинок) | 116    | 116    | 140      | 0,3         | 0,3         | 0,3         | 0,0         | 0,0         | 0,0         | 10,0        | 16,0        | 19,1        | 38         | 61         | 72         |
| Хліб житній                         | 30     | 30     | 30       | 1,0         | 1,0         | 1,0         | 0,2         | 0,2         | 0,2         | 15,0        | 15,0        | 15,0        | 68         | 68         | 68         |

|                                                             |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|-------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| Всього за вечерю:                                           |                 |                 |                   | 14,9            | 14,9            | 19,5              | 12,4            | 12,4            | 16,6              | 47,6            | 54,1            | 64,3              | 359                        | 384             | 470               |
| Вівторок 4 тиждень                                          |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Найменування страв та виробів                               | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|                                                             |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                                                             | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                                                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Суп молочний з макаронам                                    | 150             | 150             | 200               | 3,6             | 3,6             | 4,8               | 3,1             | 3,1             | 4,2               | 11,2            | 12,7            | 16,9              | 87                         | 93              | 124               |
| Морквяна запіканка з сиром кисломолочним                    | 100             | 105             | 138               | 9,6             | 9,6             | 12,6              | 8,2             | 8,2             | 11,7              | 11,8            | 16,8            | 21,8              | 157                        | 176             | 239               |
| Соус із сухофруктів (яблук сушених)                         | 28              | 28              | 28                | 0,3             | 0,3             | 0,3               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 8,2             | 9,7             | 9,7               | 32                         | 38              | 38                |
| Сік персиковий                                              | 120             | 120             | 180               | 0,1             | 0,1             | 0,2               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 19,1            | 19,1            | 28,6              | 82                         | 82              | 122               |
| Всього за сніданок:                                         |                 |                 |                   | 13,6            | 13,6            | 17,9              | 11,3            | 11,3            | 15,9              | 50,3            | 58,3            | 77,0              | 358                        | 389             | 524               |
| Обід:                                                       |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Куліш пшоняний з фрикаделькою (з м'яса свинини) та сметаною | 150/11 /7       | 150/11 /7       | 200/15/ 9         | 4,2             | 4,2             | 6,0               | 8,1             | 8,1             | 11,5              | 13,1            | 13,1            | 17,3              | 142                        | 142             | 197               |

|                                     |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|-------------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| Голубці ліниві з м'ясом яловичини   | 78              | 78              | 97                | 7,9             | 7,9             | 9,8               | 4,4             | 4,4             | 5,4               | 8,9             | 8,9             | 11,1              | 107                        | 107             | 133               |
| Фрукти свіжі (банани)               | 65              | 65              | 85                | 1,0             | 1,0             | 1,3               | 0,1             | 0,1             | 0,1               | 14,2            | 14,2            | 18,5              | 58                         | 58              | 76                |
| Компот із плодів сушених (родзинок) | 116             | 116             | 140               | 0,3             | 0,3             | 0,3               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 10,0            | 16,0            | 19,1              | 38                         | 61              | 72                |
| Хліб цільнозерновий                 | 30              | 30              | 30                | 2,1             | 2,1             | 2,1               | 2,4             | 2,4             | 2,4               | 9,9             | 9,9             | 9,9               | 71                         | 71              | 71                |
| Всього за обід:                     |                 |                 |                   | 15,5            | 15,5            | 19,5              | 15,0            | 15,0            | 19,4              | 56,1            | 62,1            | 75,9              | 416                        | 439             | 549               |
| Вечеря:                             |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Пудинг із м'яса курки               | 60              | 60              | 80                | 10,4            | 10,4            | 14,0              | 4,9             | 4,9             | 6,4               | 3,1             | 3,1             | 4,2               | 98                         | 98              | 130               |
| Рагу овочеве з кашею                | 95              | 95              | 120               | 2,5             | 2,5             | 3,1               | 1,8             | 1,8             | 2,3               | 21,4            | 21,4            | 26,8              | 113                        | 113             | 141               |
| Фрукти свіжі (яблука)               | 55              | 55              | 75                | 0,2             | 0,2             | 0,3               | 0,2             | 0,2             | 0,3               | 5,7             | 5,7             | 7,8               | 25                         | 25              | 34                |
| Хліб житній                         | 30              | 30              | 30                | 1,0             | 1,0             | 1,0               | 0,2             | 0,2             | 0,2               | 15,0            | 15,0            | 15,0              | 68                         | 68              | 68                |
| Всього за вечерю:                   |                 |                 |                   | 15,2            | 15,2            | 19,8              | 11,0            | 11,0            | 14,1              | 49,7            | 49,7            | 59,5              | 360                        | 360             | 445               |
| Середа 4 тиждень                    |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Найменування страв та виробів       | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|                                     |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                                     | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                           |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |

|                                     |       |       |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
|-------------------------------------|-------|-------|-------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|------------|------------|
| Гарбуз припущений                   | 50    | 50    | 66    | 0,6         | 0,6         | 0,8         | 2,6         | 2,6         | 3,1         | 3,2         | 3,2         | 4,3         | 38         | 38         | 47         |
| Кури з яблуками в сметані           | 60    | 60    | 80    | 9,1         | 9,1         | 12,3        | 4,1         | 4,1         | 5,8         | 2,7         | 2,7         | 3,9         | 84         | 84         | 115        |
| Полента (каша кукурудзяна запечена) | 90    | 90    | 110   | 2,6         | 2,6         | 3,1         | 2,4         | 2,4         | 3,0         | 16,6        | 16,6        | 20,1        | 99         | 99         | 120        |
| Кисіль вишневий                     | 142   | 150   | 185   | 0,4         | 0,4         | 0,5         | 0,0         | 0,0         | 0,0         | 11,8        | 19,3        | 24,1        | 62         | 91         | 113        |
| Хліб цільнозерновий                 | 30    | 30    | 30    | 2,1         | 2,1         | 2,1         | 2,4         | 2,4         | 2,4         | 9,9         | 9,9         | 9,9         | 71         | 71         | 71         |
| <b>Всього за сніданок:</b>          |       |       |       | <b>14,8</b> | <b>14,8</b> | <b>18,8</b> | <b>11,5</b> | <b>11,5</b> | <b>14,3</b> | <b>44,2</b> | <b>51,6</b> | <b>62,4</b> | <b>354</b> | <b>382</b> | <b>466</b> |
| <b>Обід:</b>                        |       |       |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Морква тушкована з курагою          | 39    | 40    | 48    | 0,6         | 0,6         | 0,7         | 2,0         | 2,0         | 2,5         | 3,1         | 4,1         | 4,5         | 31         | 35         | 42         |
| Борщ по – бахмацьки зі сметаною     | 150/6 | 150/6 | 200/8 | 2,6         | 2,6         | 3,4         | 4,5         | 4,5         | 6,0         | 14,7        | 14,7        | 19,5        | 107        | 107        | 142        |
| Рибна паличка з яйцем               | 46    | 46    | 69    | 9,2         | 9,2         | 13,5        | 4,3         | 4,3         | 6,2         | 4,7         | 4,7         | 7,0         | 94         | 94         | 139        |
| Каша рисова в'язка                  | 82    | 82    | 103   | 1,3         | 1,3         | 1,6         | 1,6         | 1,6         | 2,0         | 12,9        | 12,9        | 15,8        | 72         | 72         | 89         |
| Фрукти свіжі (банани)               | 55    | 55    | 75    | 0,8         | 0,8         | 1,1         | 0,1         | 0,1         | 0,1         | 12,0        | 12,0        | 16,4        | 49         | 49         | 67         |
| Чай (трав'яний)                     | 140   | 140   | 170   |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Хліб житній                         | 30    | 30    | 30    | 1,0         | 1,0         | 1,0         | 0,2         | 0,2         | 0,2         | 15,0        | 15,0        | 15,0        | 68         | 68         | 68         |
| <b>Всього за обід:</b>              |       |       |       | <b>15,5</b> | <b>15,5</b> | <b>21,3</b> | <b>12,7</b> | <b>12,7</b> | <b>17,0</b> | <b>62,4</b> | <b>63,4</b> | <b>78,2</b> | <b>421</b> | <b>425</b> | <b>547</b> |
| <b>Вечеря:</b>                      |       |       |       |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Каша в'язка пшенична з морквою      | 96    | 100   | 125   | 3,7         | 3,7         | 4,6         | 2,6         | 2,6         | 3,3         | 18,7        | 22,6        | 28,2        | 113        | 128        | 159        |

| Сирники рожеві (з морквою)    | 65              | 68              | 80                | 10,1            | 10,1            | 11,9              | 8,1             | 8,1             | 10,0              | 7,2             | 10,8            | 12,6              | 144                        | 158             | 188               |
|-------------------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|
| Соус сметанный (на молоці)    | 20              | 20              | 35                | 0,5             | 0,5             | 1,0               | 1,4             | 1,4             | 2,4               | 2,7             | 2,7             | 4,7               | 26                         | 26              | 45                |
| Сік виноградний               | 120             | 120             | 180               | 0,6             | 0,6             | 0,9               | 0,0             | 0,0             | 0,0               | 17,4            | 17,4            | 26,1              | 71                         | 71              | 106               |
| <b>Всього за вечерю:</b>      |                 |                 |                   | <b>14,9</b>     | <b>14,9</b>     | <b>18,4</b>       | <b>12,1</b>     | <b>12,1</b>     | <b>15,7</b>       | <b>46,0</b>     | <b>53,5</b>     | <b>71,6</b>       | <b>354</b>                 | <b>383</b>      | <b>498</b>        |
| <b>Четвер 4 тиждень</b>       |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Найменування страв та виробів | Вихід           |                 |                   | Хімічний склад  |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
|                               |                 |                 |                   | Білки, г        |                 |                   | Жири, г         |                 |                   | Вуглеводи, г    |                 |                   | Енергетична цінність, ккал |                 |                   |
|                               | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років | Від 1-3 років в            | Від 3-4 років в | Від 4-6 (7) років |
| <b>Сніданок:</b>              |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| Каша рисова з гарбузом        | 149             | 152             | 203               | 4,9             | 4,9             | 6,5               | 3,6             | 3,6             | 4,8               | 29,0            | 31,5            | 42,0              | 169                        | 178             | 238               |
| Вареники лінівi               | 62              | 65              | 82                | 9,5             | 9,5             | 12,0              | 5,0             | 5,0             | 6,3               | 5,9             | 9,4             | 11,5              | 109                        | 122             | 152               |
| Соус сметанный (на молоці)    | 20              | 20              | 35                | 0,5             | 0,5             | 1,0               | 1,4             | 1,4             | 2,4               | 2,7             | 2,7             | 4,7               | 26                         | 26              | 45                |
| Фрукти свіжі (банани)         | 60              | 60              | 80                | 0,9             | 0,9             | 1,2               | 0,1             | 0,1             | 0,1               | 13,1            | 13,1            | 17,4              | 53                         | 53              | 71                |
| Чай (трав'яний)               | 140             | 140             | 170               |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                 |                 |                   |                            |                 |                   |
| <b>Всього за сніданок:</b>    |                 |                 |                   | <b>15,8</b>     | <b>15,8</b>     | <b>20,7</b>       | <b>10,1</b>     | <b>10,1</b>     | <b>13,6</b>       | <b>50,7</b>     | <b>56,7</b>     | <b>75,6</b>       | <b>357</b>                 | <b>379</b>      | <b>506</b>        |

| Обід:                               |       |       |                |      |      |      |         |      |      |      |              |      |     |                            |     |
|-------------------------------------|-------|-------|----------------|------|------|------|---------|------|------|------|--------------|------|-----|----------------------------|-----|
| Ікра овочева                        | 50    | 50    | 70             | 0,7  | 0,7  | 1,0  | 1,6     | 1,6  | 2,1  | 3,0  | 3,0          | 5,0  | 29  | 29                         | 38  |
| Суп болгарський                     | 150   | 150   | 200            | 1,6  | 1,6  | 2,1  | 2,1     | 2,1  | 2,8  | 11,5 | 11,5         | 15,4 | 71  | 71                         | 94  |
| Мафіни з твердим сиром (зі свинини) | 65    | 65    | 87             | 7,0  | 7,0  | 9,3  | 14,2    | 14,2 | 18,8 | 1,3  | 3,3          | 4,2  | 161 | 168                        | 222 |
| Каша гречана в'язка                 | 90    | 90    | 113            | 2,8  | 2,8  | 3,5  | 2,2     | 2,2  | 2,7  | 13,9 | 13,9         | 17,4 | 87  | 87                         | 109 |
| Фрукти свіжі (яблука)               | 50    | 50    | 85             | 0,2  | 0,2  | 0,3  | 0,2     | 0,2  | 0,3  | 5,2  | 5,2          | 10,0 | 23  | 23                         | 45  |
| Хліб житній                         | 30    | 30    | 30             | 1,0  | 1,0  | 1,0  | 0,2     | 0,2  | 0,2  | 15,0 | 15,0         | 15,0 | 68  | 68                         | 68  |
| Всього за обід:                     |       |       |                | 13,2 | 13,2 | 17,2 | 20,5    | 20,5 | 27,0 | 49,9 | 51,9         | 67,0 | 438 | 446                        | 576 |
| Вечеря:                             |       |       |                |      |      |      |         |      |      |      |              |      |     |                            |     |
| Салат з вареного буряка             | 60    | 60    | 80             | 1,0  | 1,0  | 1,3  | 1,8     | 1,8  | 2,3  | 5,7  | 5,7          | 7,6  | 42  | 42                         | 55  |
| Суфле рибне                         | 41/27 | 41/27 | 62/41          | 8,1  | 8,1  | 12,1 | 2,0     | 2,0  | 3,3  | 5,3  | 5,3          | 7,7  | 71  | 71                         | 109 |
| Локшинник                           | 88    | 88    | 110            | 3,3  | 3,3  | 4,2  | 1,8     | 1,8  | 2,2  | 21,7 | 21,7         | 27,3 | 118 | 118                        | 148 |
| Кефір 2,5%                          | 90    | 90    | 110            | 2,7  | 2,7  | 3,3  | 2,3     | 2,3  | 2,8  | 3,2  | 3,2          | 3,9  | 53  | 53                         | 65  |
| Хліб житній                         | 30    | 30    | 30             | 1,0  | 1,0  | 1,0  | 0,2     | 0,2  | 0,2  | 15,0 | 15,0         | 15,0 | 68  | 68                         | 68  |
| Всього за вечерю:                   |       |       |                | 16,0 | 16,0 | 21,9 | 8,0     | 8,0  | 10,7 | 50,9 | 50,9         | 61,5 | 352 | 352                        | 445 |
| П'ятниця 4 тиждень                  |       |       |                |      |      |      |         |      |      |      |              |      |     |                            |     |
| Найменування страв та виробів       | Вихід |       | Хімічний склад |      |      |      |         |      |      |      |              |      |     |                            |     |
|                                     |       |       | Білки, г       |      |      |      | Жири, г |      |      |      | Вуглеводи, г |      |     | Енергетична цінність, ккал |     |

|                                          | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від<br>4-6<br>(7)<br>років | Від<br>1-3<br>рокі<br>в | Від<br>3-4<br>рокі<br>в | Від 4-6<br>(7)<br>років |
|------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|----------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| <b>Сніданок:</b>                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                            |                         |                         |                         |
| Овочі припущені в сметанному соусі       | 59                      | 59                      | 113                     | 1,3                     | 1,3                     | 2,5                     | 3,4                     | 3,4                     | 6,6                     | 4,2                     | 4,2                     | 8,3                        | 52                      | 52                      | 99                      |
| Паличка куряча                           | 45                      | 45                      | 60                      | 10,2                    | 10,2                    | 13,6                    | 4,4                     | 4,4                     | 5,7                     | 5,7                     | 5,7                     | 7,5                        | 104                     | 104                     | 135                     |
| Картопля запечена скибочками (з вареної) | 85                      | 85                      | 94                      | 2,2                     | 2,2                     | 2,4                     | 2,2                     | 2,2                     | 2,5                     | 19,0                    | 19,0                    | 20,9                       | 104                     | 104                     | 115                     |
| Компот із суміші сухофруктів             | 100                     | 100                     | 150                     | 0,2                     | 0,2                     | 0,2                     | 0,0                     | 0,0                     | 0,0                     | 5,5                     | 10,5                    | 15,7                       | 20                      | 39                      | 59                      |
| Хліб житній з маслом вершковим           | 30/2                    | 30/2,5                  | 30/2,5                  | 1,0                     | 1,0                     | 1,0                     | 1,3                     | 1,3                     | 1,3                     | 15,0                    | 15,0                    | 15,0                       | 78                      | 78                      | 78                      |
| <b>Всього за сніданок:</b>               |                         |                         |                         | <b>14,9</b>             | <b>19,97</b>            | <b>19,7</b>             | <b>11,3</b>             | <b>11,3</b>             | <b>16,1</b>             | <b>49,4</b>             | <b>54,4</b>             | <b>67,4</b>                | <b>358</b>              | <b>377</b>              | <b>485</b>              |
| <b>Обід:</b>                             |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                         |                            |                         |                         |                         |
| Тушкована капуста                        | 50                      | 50                      |                         | 0,8                     | 0,8                     |                         | 2                       | 2                       |                         | 2,7                     | 2,9                     |                            | 30                      | 31                      |                         |
| Салат з квашеної капусти                 |                         |                         | 55                      |                         |                         | 0,8                     |                         |                         | 2,5                     |                         |                         | 4,6                        |                         |                         | 43                      |
| Суп із сочевиці                          | 150                     | 150                     | 200                     | 5,4                     | 5,4                     | 7,2                     | 2,3                     | 2,3                     | 3,4                     | 12,9                    | 12,9                    | 17,2                       | 99                      | 99                      | 135                     |
| М'ясо курки в сметані                    | 30/9                    | 30/9                    | 40/12                   | 9,1                     | 9,1                     | 12,2                    | 5,9                     | 5,9                     | 7,9                     | 0,4                     | 0,4                     | 0,6                        | 91                      | 91                      | 122                     |
| Плов з родзинками                        | 82                      | 82                      | 102                     | 1,9                     | 1,9                     | 2,4                     | 1,8                     | 1,8                     | 2,1                     | 16,5                    | 16,5                    | 20,6                       | 90                      | 90                      | 113                     |

|                              |     |     |     |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
|------------------------------|-----|-----|-----|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------------|------------|------------|
| Кисіль вишневий              | 142 | 150 | 185 | 0,4         | 0,4         | 0,5         | 0,0         | 0,0         | 0,0         | 11,8        | 19,3        | 24,1        | 62         | 91         | 113        |
| Хліб житній                  | 30  | 30  | 30  | 1,0         | 1,0         | 1,0         | 0,2         | 0,2         | 0,2         | 15,0        | 15,0        | 15,0        | 68         | 68         | 68         |
| <b>Всього за обід:</b>       |     |     |     | <b>18,6</b> | <b>18,6</b> | <b>24,1</b> | <b>12,2</b> | <b>12,2</b> | <b>16,1</b> | <b>59,3</b> | <b>67,0</b> | <b>82,2</b> | <b>440</b> | <b>470</b> | <b>594</b> |
| <b>Вечеря:</b>               |     |     |     |             |             |             |             |             |             |             |             |             |            |            |            |
| Каша «Янтарна»               | 100 | 100 | 125 | 4,3         | 4,3         | 5,3         | 4,6         | 4,6         | 5,7         | 18,4        | 20,9        | 25,9        | 132        | 141        | 176        |
| Соус фруктовий<br>(вишневий) | 32  | 34  | 34  | 0,3         | 0,3         | 0,3         | 0,0         | 0,0         | 0,0         | 4,3         | 6,3         | 6,3         | 21         | 28         | 28         |
| Морквяники з яблуками        | 75  | 78  | 117 | 2,3         | 2,3         | 3,3         | 2,3         | 2,3         | 3,4         | 17,2        | 19,7        | 28,7        | 95         | 104        | 153        |
| Какао                        | 125 | 130 | 150 | 4,2         | 4,2         | 4,9         | 3,6         | 3,6         | 4,2         | 14,6        | 18,9        | 21,8        | 108        | 124        | 143        |
| <b>Всього за вечерю:</b>     |     |     |     | <b>11,1</b> | <b>11,1</b> | <b>13,9</b> | <b>10,5</b> | <b>10,5</b> | <b>13,3</b> | <b>54,5</b> | <b>65,8</b> | <b>82,7</b> | <b>356</b> | <b>397</b> | <b>500</b> |