

	Назва страви	Ви-хід	Ккал.	Білки	Жири	Ву-ди	Ціна	Алерген
Поне діло к	Сніданок							
	Салат із свіжої капусти з аром. олією	75	41,5	1,1	2,5	3,3	0.91	
	Сочевичний суп-пюре	200	245,4	6,1	9,0	32,8	2.45	
	Каша рисова з орегано (72,5 %)	150	204,5	4,6	3,6	37,7	2.66	Г
	Рибна котлета	100	88.69	15.09	2.47	3.50	11.00	Р
	Кетчуп	25	13.2	0.3	0.00	3.0	1.45	Л. Г.
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	Сік фруктовий	200	98.7	1.2	0	22.5	5.79	
	Сир твердий 50%	15	40,81	2,57	3,3	0	2.77	МП. Л.
	яблуко	100	52.4	0.4	0.4	11.8	2.18	
	Всього	895	856.2	33.36	23.27	124.6	30.11	
Вівт орок	Суп картопляний з макаронними	250	111,71	2,46	3,08	18,14	2.30	Г.
	Сирники рожеві із сметаною	130\20	336.84	22.74	20.17	17.99	15.19	МП.Л.ГЯ
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	Чай каркаде без цукру	200	10.0	0.6	-	1.0	0.96	
	яблуко	100	52.4	0.4	0.4	11.8	2.18	
	Всього	730	581.95	28.2	25.66	58.93	21.53	
Сере да	Салат із моркви і часнику	50	41,56	0,76	2,04	6,57	1,34	
	Суп квасолевий	250	171	4.7	8.4	19.4	2.80	
	Каша гречана маслом 72.5%	160	153,84	5,08	3,5	25,31	2.10	МП. Л.
	Стіки із курячого мяса	75	188.44	25.18	4.02	12.83	13.50	Г.Я.
	Какао з молоком без цукру	200	112.48	6.11	5.50	9.85	7.39	МП. Л.
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	банан	100	95.0	1.50	0.2	21.8	3.80	
	Всього	865	833.32	45.33	25.66	105.76	31.83	
Четв ер	Салат із свіжої капусти і моркви	60	34.77	0.97	2.05	3.7	0.95	
	Борщ український із сметаною 20%	250\5	101,83	2,43	3,45	15,84	2.90	МП. Л.
	макарони з маслом 72.5%	150	188,34	5,24	4,16	34,93	3.19	Г.МП. Л.
	Чахохбілі з куркою	100	126.29	15.20	4.48	5.30	10.50	Г.
	Узвар без цукру	180	96.9	0.3	0.8	22.4	1.20	
	Сир твердий 50%	15	40,81	2,57	3,3	0	2.77	МП.Л.
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г
	апельсин	100	50	0.9	0.2	11	4.00	
	Всього	890	709.94	29.61	20.44	103.17	26.41	
П'ят ниця	Огірок солоний	30	3,90	0,24	0,03	0,69	1.20	
	Пюре картопляне	150	137,24	3,5	3,56	21,89	3,80	МП.Л.
	Яйце варене в.с	40	62.8	5.08	4.60	0.28	3.60	Я.
	Запіканка морквяно-яблучна	150	225.3	5,3	10,6	26,9	5.00	Г.МП.Л.Я
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	Йогурт 1.5%	125	133	12	9	7	5.03	МП.Л.
	Всього	525	633,24	28,12	29,79	66,76	19,53	

	Назва страви	Ви-хід	Ккал.	Білки	Жири	Ву-ди	Ціна	Алерген
поне діло к	Сніданок							
	Салат з капусти з ароматною олією	75	36.88	0.63	2.55	2.85	0.91	
	Суп круп'яний(гречаний)	200	128.57	2.95	4.58	18.61	2.05	
	Булгур розсипчастий	150	165,0	4,7	4,8	27,9	3.00	Г.
	Риба смажена	100	183.10	20.92	7.74	7.6	10,3	Р.
	Кетчуп	25	13.2	0.3	0.00	3.0	1.45	Г.
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	Сік фруктовий	200	98.7	1.2	0	22.5	5.79	
	Сир твердий 50%	15	40,81	2,57	3,3	0	2.77	МП.Л.
	яблуко	100	52.4	0.4	0.4	11.8	2.18	
	Всього	895	789.66	35.67	25.37	104.26	29.35	
Вівт орок	Борщ український із сметаною 20%	250\5	101,83	2,43	3,45	15,84	2.90	МП.Л.
	Запіканка сирна 10% з крупою манною	125	248,52	19,49	12,11	16,09	11.50	МП.Г.Л.Я
	Сметана	20	43.32	0.62	4.40	0.72	1.40	МП.Л.
	Узвар без цукру	180	96.9	0.3	0.8	22.4	1.20	
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	яблуко	100	52.4	0.4	0.4	11.8	2.18	
	Всього	710	613.97	25.24	23.16	76.85	20.08	
Сере да	Салат з моркви і твердим сиром, сметана	50	56,1	2,3	3,6	3,9	2.10	МП.Л.
	Суп гороховий	250	161,8	5,5	5,5	19,2	2.15	
	Пюре картопляне	150	137,24	3,5	3,56	21,89	3.80	МП.Л.
	Нагетси курячі	100	215.81	23.32	2.64	24.70	10.56	Г.Я.
	Какао з молоком без цукру	200	112.48	6.11	5.50	9.85	7.39	МП.Л.
	банан	100	95.0	1.50	0.2	21.8	3,80	
	хліб	30	71	2	2	10	0.90	Г
	Всього	880	849.43	44.23	23.0	111.34	30.7	
Четв ер	Салат із свіжої капусти і моркви	60	34.77	0.97	2.05	3.7	0.95	
	Суп овочевий з квасолею	250	105	2.00	5.40	11.90	3,20	
	Плов із мясом курятини	250	388,81	20,72	16,69	42,07	15.00	Г.
	Йогурт 1.5%	125	133	12	9	7	5,03	
	хліб	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	апельсин	100	50	0.9	0.2	11.0	4,00	
	Всього	815	782.58	38.59	35.34	85.67	29.08	
П'ят ниця	Салат з вареного буряка	70	84.85	1.43	5.1	9.50	0.63	
	Каша гречана маслом 72.5%	160	153,84	5,08	3,5	25,31	3.04	МП.Л.
	Омлет скрамбл	50	97.7	5.4	6.9	3.7	4,00	Я.Г.
	Шарлотка	150	123.29	4.57	4.21	16.22	3.02	МП.Г.Л.Я
	Узвар без цукру	180	96.9	0.3	0.8	22.4	1,20	
	Сир твердий 50%	15	40,81	2,57	3,3	0	2.77	МП.Л.
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г
	груша	100	42	0.4	0.3	11	5,00	
	Всього	755	710,39	21,75	26,11	100,13	20,56	

	Назва страви	Ви-хід	Ккал.	Білки	Жири	Ву-ди	Ціна	Алерген
Поне діло к	Сніданок							
	Салат із свіжої капусти аром .олією	75	36.88	0.63	2.55	2.85	0,91	
	Суп польовий	200	116.00	2.69	3.92	17.28	1,97	
	Каша рисова з орегано (72,5 %)	150	204,5	4,6	3,6	37,7	2.36	МП.Л.
	Риба запечена (хек)	100	94.82	18.26	2.42	00	9.80	Р.
	Кетчуп	25	13.2	0.3	0.00	3.0	1.45	Г.
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	Сік фруктовий	200	98.7	1.2	0.0	22.5	5,79	
	Сир твердий50%	15	40,81	2,57	3,3	0	2,77	МП.Л.
	яблуко	100	52.4	0.4	0.4	11.8	2.18	
	Всього	895	728.31	32.65	18.19	105.13	28.13	
Вівт орок	Суп картопляний з галушками	250/15	128,38	3,53	4,56	18,62	2,57	Г.МП. Л.Я
	Сирники львівські з морквою та сметаною	150\15	387,00	22,77	20,11	28,29	15,00	МП. Л.Г.Я.
	Чай з каркаде	200	10	0.6	0.00	1.0	0.96	
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	яблуко	100	52.4	0.4	0.4	11.8	2.18	
	Всього	760	648.78	29.3	27.07	69.79	21.61	
Сере да	Салат із вареного буряка і сухариками	50	75.08	1.88	2,68	10,87	0,95	Г
	Суп квасолевий	250	171	4.7	8.4	19.4	2.15	
	Пюре картопляне	150	137,24	3,5	3,56	21,89	4,58	МП.Л.
	Куряче стегно запеч.в гірчичн.соусі	75	164.5	19.9	7.5	3.4	10,00	Г.ГЦ.
	Какао з молоком без цукру	200	112.48	6.11	5.50	9.85	7,39	МП.Л.
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г
	банан	100	95.0	1.50	0.2	21.8	3,80	
	Всього	855	826.3	39.59	29.84	97.21	29.77	
Четв ер	Салат із свіжої капусти і моркви	60	34.77	0.97	2.05	3.7	1,34	
	Борщ український із сметаною 20%	250\5	101,83	2,43	3,45	15,84	2,90	МП.Л.
	макарони з маслом 72.5%	150	188,34	5,24	4,16	34,93	3.85	ГМП.Л.
	Шніцель курячий	70	148.5	13.1	6.9	11.3	13,37	Г.
	Йогурт 1.5%	125	133	12	9	7	5,03	МП.Л.
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	апельсин	100	50	0.9	0.2	11	4,00	
	Всього	790	727.44	36.64	27.76	93.77	31.39	
П'ят ниця	Салат з відв. буряка та цибулі	50	50.4	0.7	1.4	2.5	0,70	
	Каша ячна	150	138,4	3,33	4,05	22,05	1,59	Г.
	Соус червоний основний	30	15,0	0,54	0,72	2,52	1,02	Г.МП.Л
	Яйце варене в.с	40	62.8	5.08	4.60	0.28	3.60	Я.
	Манний пудинг з соусом каркаде	150\30	282.58\16. 93	9.98\0	9.32\0	36.58\4.23	7,73	Г.Я.МП.Л
	Узвар без цукру	180	96.9	0.3	0.8	22.4	1,20	
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	груша	100	42	0.4	0.3	11	5,00	
	Всього	760	776,01	22,33	23,19	78,56	21,74	

	Назва страви	Ви-хід	Ккал.	Білки	Жири	Ву-ди	Ціна	Алергени
Поне діло к	Сніданок							
	Салат з капусти з ароматною олією	75	36.88	0.63	2.55	2.85	0,91	
	Суп білий з галушками	250	182,4	4,7	5,8	28,9	2,34	Я.Г.МП.Л
	Кус-кус розсипчастий	150	195,1	5,8	3,3	33,0	3,00	ГМП.Л.
	Риба тушкована в том.соусі	90	91.3	12.7	4.2	2.5	11,50	Р.Г.
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г
	Сік фруктовий	200	6.90	2.60	-	11.7	5,79	
	Сир твердий 50%	15	40,81	2,57	3,3	0	2,77	МП.Л.
	яблуко	100	52.4	0.4	0.4	11.8	2,18	
	Всього	910	676.79	31.4	21.55	100.75	29.39	
Віт орок	Борщ український із сметаною 20%	250\5	101,83	2,43	3,45	15,84	2,90	МП.Л.
	Запіканка сирна 10% з крупою манною	125	248,52	19,49	12,11	16,09	11,50	МП.Л.Г.Я
	сметана 20%	20	45,32	0,62	4,40	0,70	1,40	МП.Л.
	Узвар без цукру	180	96.9	0.3	0.8	22.4	1,20	
	яблуко	100	52.4	0.4	0.4	11.8	2,18	
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	Всього	710	615.97	25.24	23.16	76.83	20.08	
Сере да	Ікра морквяна	45	33,62	0,75	1,55	4,88	1,29	
	Суп гороховий	250	161,8	5,5	5,5	19,2	2,15	
	Булгур розсипчастий	150	165,0	4,7	4,8	27,9	3,50	Г.
	Курка по італійські	85	105,4	17,2	3,5	1,5	13.80	ГМП.Л. Я
	Какао з молоком без цукру	200	112.48	6.11	5.50	9.85	7,39	МП.Л.
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	банан	100	95.0	1.50	0.2	21.8	3,80	
	Всього	860	744.3	37.76	23.05	95.13	32.83	
Четв ер	Суп овочевий (з зеленим горошком)	250	102,95	3,01	3,66	14,91	3,20	
	Куліш з мясом курятини	180	270,1	15,6	12,2	26,7	11,00	Г
	Узвар без цукру	180	96.9	0.3	0.8	22.4	1,20	
	Сир твердий 50%	10	40.81	2.57	3.3	0	1.84	МП.Л.
	апельсин	100	50	0.9	0.2	11.0	4,00	
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г.
	Всього	750	631.76	24.38	22.16	85.01	22.14	
П'ят ниця	Салат з моркви і твердим сиром, сметана	50	56,1	2,3	3,6	3,9	2.10	МП.Л.
	Пюре картопляне	150	137,24	3,5	3,56	21,89	3.80	МП.Л
	Омлет скрамбл	50	97.7	5.4	6.9	3.7	4,00	
	Запіканка пшоняна з гарбузом	150	239,48	5,1	4,82	43,34	3,80	МП.Л.Я.
	Йогурт 1.5%	125	133	12	9	7	5,03	МП.Л.
	груша	100	42	0.4	0.3	11	5,00	
	Хліб житній	30	71	2	2	10	0.90	Г
	Всього	655	776,52	30,7	30,18	100,83	24,63	

