

ПОГОДЖЕНО

Заступник начальника Сумського районного управління ГУДПСС в Сумській області

_____ Ірина УБИЙВОВК

«__» _____ 2025

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник Управління освіти, молоді та спорту виконавчого комітету Лебединської міської ради

_____ Костянтин ЗАБУГА

«__» _____ 2025

**Примірне чотиритижневе сезонне меню
для дітей віком від 6 до 18 років в закладах освіти Лебединської міської територіальної громади на весняний період
2024/2025 навчального року**

Збірник рецептур №	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
	1-й тиждень		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г
Понеділок																
Сніданок																
10.15	Овочева паелья з куркумою (ЗП)	119	156,00	3,16	2,82	29,22	143	188,00	3,79	3,38	35,11	178	233,00	4,72	4,21	43,70
307 (ЗР1997)	Капуста тушкована	100	123,78	2,11	7,09	13,17	100	123,78	2,11	7,09	13,17	100	123,78	2,11	7,09	13,17
6.4	Запіканка сирна зі сметаною (МП,Г,Л,Я,ЗП)	120/15	234,00	15,45	11,83	15,94	150/15	287,00	19,21	14,23	19,81	180/15	339,00	22,96	16,63	23,68
ПВ	Сік фруктовий	200	92,00	0,60	0,10	36,40	200	92,00	0,60	0,10	36,40	200	92,00	0,60	0,10	36,40
12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		650,78	21,72	22,24	105,13		735,78	26,11	25,20	114,89		832,78	30,79	28,43	127,35

Обід																
33	Суп овочевий	200	84	1,6	4,3	9,5	250	105,00	2,00	5,40	11,90	300	125,00	2,30	6,50	14,30
7.20	Рибні січеники з манкою (Р,Я)	130	201	15,53	2,9	28,87	195	302,00	23,29	4,34	43,31	260	403,00	31,06	5,79	57,74
1.48	Салат з буряком та апельсинами	100	56	1,34	2,12	8,99	100	56,00	1,34	2,12	8,99	100	56,00	1,34	2,12	8,99
291 (ЗР 1991)	Каша пшоняна вязка	120	126	0,45	3,6	18,8	150	131,00	0,96	4,50	19,68	150	131,00	0,96	4,50	19,68
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
10.3 (ЗР 2005)	Чай	200	29,84	0	0	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96
	Всього		567,84	21,02	15,32	92,02		702,84	29,93	19,01	109,86		823,84	38,00	21,56	126,69
Вівторок																
Сніданок																
1.21	Салат з моркви з сиром та сметаною (Л, МП)	100	88,00	4,11	5,36	6,83	100	88,00	4,11	5,36	6,83	100	88,00	4,11	5,36	6,83
9.40	Курка тушкована в томатному соусі	73	98,00	16,55	2,50	2,50	105	141,00	23,80	3,60	3,60	125	168,00	28,34	4,29	4,29
4.8	Горохове пюре жовте	120	188,00	13,80	0,96	31,14	150	236,00	17,25	1,20	38,93	150	236,00	17,25	1,20	38,93
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Йогурт (МП,Л)	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30
12.1	Банан	100	89,00	1,50	0,10	21,80	100	89,00	1,50	0,10	21,80	100	89,00	1,50	0,10	21,80
	Всього		620,00	40,06	17,62	77,47		719,00	51,00	19,21	86,48		746,00	55,54	19,90	87,17
Обід																

54(ЗР1990)	Ікра бурякова	100	144	1,2	14,42	7,39	100	144,00	1,20	14,42	7,39	100	144,00	1,20	14,42	7,39
2.14	Юшка біла з галушками	200	149	4,12	5,28	20,36	250	186,00	5,15	6,60	25,45	300	224,00	6,18	7,92	3,54
9.35	Тушковане м'ясо птиці з овочами	85	121	16,82	3,7	5,19	120	170,00	23,74	5,22	7,32	145	206,00	28,96	6,30	8,85
164 (ЗР1987)	Макарони відварені	120	160,8	4,56	2,64	29,4	150	172,00	5,23	3,44	29,40	150	172,00	5,23	3,44	29,40
13.8	Компот із ягід заморожених	200	44	0,58	0,2	10,6	200	44,00	0,58	0,20	10,60	200	44,00	0,58	0,20	10,60
ПВ	Хліб цільнозерновий	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Сир твердий (МП,Л)	15	70,6	4,6	2,2	3,6	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60
	Всього		689,8	29,38	28,64	82,84		795	38,24	32,53	90,18		869	44,49	34,9	69,8
Середа																
Сніданок																
1.39	Салат з буряка з ароматною олією	100	69,00	1,48	3,10	9,85	100	69,00	1,48	3,10	9,85	100	69,00	1,48	3,10	9,85
9.1	Котлета по-міланські з сиром (Г,Л,Я,МП,ЗП)	88	223,00	22,35	6,57	17,67	125	320,00	32,12	9,45	25,39	150	384,00	38,54	11,34	30,47
10.22	Картопляне поре з орегано (МП,Л)	120	112,00	2,60	3,05	18,68	150	140,00	3,26	3,81	23,36	150	140,00	3,26	3,81	23,36
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
13.1	Какао з молоком (МП,Л)	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85
12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		632,48	35,04	21,02	76,35		765,48	45,71	24,91	88,87		829,48	52,13	26,80	93,95

Обід																
2.3	Полтавський борщ	200/4	135	2,34	4,87	21,62	250/5	169,00	2,93	6,09	27,03	50,00	3,51	7,31	32,4 3	13,10
1.74	Салат морквяний з родзинками	100	59,00	1,35	0,09	15,04	100	59,00	1,35	0,09	15,04	100	59,00	1,35	0,09	15,04
8,5	Кебаб з сиром	70	126,00	17,04	6,06	0,69	100	181,00	24,3 4	8,66	0,69	120	216,00	29,21	10,3 9	1,18
323 (ЗР 1990)	Яйце варене (Я0)	1	62,80	5,08	4,60	0,28	1	62,80	5,08	4,60	0,28	1	62,80	5,08	4,60	0,28
10.52	Перлова каша з овочами	120	120,00	3,34	0,35	26,97	150	151,00	4,17	0,43	32,96	150	151,00	4,17	0,43	32,96
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Сік фруктовий	200	92,00	0,60	0,10	36,40	200	92,00	0,60	0,10	36,40	200	92,00	0,60	0,10	36,40
	Всього		665,8	31,85	18,47	110,9		793,8	40,81	22,62	122,4		663,31	50,06	50,7	109
Четвер																
Сніданок																
1.40	Салат з буряком та чорносливом зі сметаною	100	73,00	1,67	1,62	13,80	100	73,00	1,67	1,62	13,80	100	73,00	1,67	1,62	13,80
7.7	Рибна паличка (Р,Я)	70	128,00	12,11	2,59	13,45	105	192,00	18,7 0	3,89	20,18	140	256,00	24,22	5,19	26,90
10,20	Картопля варена з вершковим маслом (МП,Л)	120	118,00	2,49	2,66	21,07	150	147,00	3,12	3,33	26,34	150	147,00	3,12	3,33	26,34
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Сир твердий (Л,МП)	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60
13.11	Узвар із суміші с/ф	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90
12.1	Апельсин	100	40,00	0,90	0,20	9,50	100	50,00	0,90	0,20	11,00	100	50,00	0,90	0,20	11,00
	Всього		608,30	24,17	12,57	96,22		719,30	31,63	14,79	109,84		783,30	37,15	16,09	116,56

Обід																
2.21	Гречана юшка (без засмажки)	200	90,00	2,20	2,47	14,98	250	113,00	2,75	3,09	18,73	300	135,00	3,30	3,70	22,47
5	Салат з буряком та сухариками	100	150,00	3,75	5,36	21,73	100	150,00	3,75	5,36	21,73	100	150,00	3,75	5,36	21,73
8,35	Мітболи з твердим сиром і свининою (Л,МП)	60	205	12,38	17,05	0,98	85	291,00	17,5 3	24,15	1,39	100	342,00	20,63	28,4 2	1,64
48 (ЗР2009)	Каша рисова	120	160,8	3	2,64	30,72	150	201,00	3,75	3,30	38,40	150	201,00	3,75	3,30	38,40
10.3 (ЗР 2005)	Чай	200	29,84	0	0	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96
ПВ	Хліб цільнозерновий	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
	Всього		706,64	23,43	29,92	94,27		863,84	30,12	38,55	106,23		936,84	33,77	43,43	110,22
П'ятниця																
Сніданок																
307 (ЗР1997)	Капуста тушкована	100	123,78	2,11	7,09	13,17	100	123,78	2,11	7,09	13,17	100	123,78	2,11	7,09	13,17
5.4	Омлет (Г,Л,МП,Я,ЗП)	50	84,00	5,85	5,19	3,25	50	84,00	5,85	5,19	3,25	50	84,00	5,85	5,19	3,25
10,44	А-ля корма (Л,МП,Г,ЗП)	120	305,00	9,41	0,95	63,82	150	381,00	11,7 6	1,19	79,78	150	381,00	11,76	1,19	79,78
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
10.3 (ЗР 2005)	Чай	200	29,84	0,00	0,00	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96
12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		658,62	19,87	16,03	116,50		742,62	22,46	16,52	132,58		742,62	22,46	16,52	132,58
Обід																

47	Буряк тушкований з яблуком	100	75,00	1,5	3,9	8,35	100	75,00	1,50	3,90	8,35	100	75,00	1,50	3,90	8,35
2.12	Суп гороховий	200	142,00	5,79	4,53	19,56	250	178,00	7,24	5,66	24,45	300	213,00	8,69	6,79	29,34
8.11	Печеня по-домашньому з яловичиною	159	194,00	16,92	5,39	20,18	228	278,00	24,26	7,73	28,93	273	333,00	29,05	9,25	34,64
10.12	Каша рисова розсипчаста	120	135,00	2,5	2,2	25,6	150	142,00	2,90	2,60	27,20	150	142,00	2,90	2,60	27,20
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71,00	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
13.11	Узвар	200	59,00	0,2	0	15,7	200	59,00	0,20	0,00	15,70	200	59,00	0,20	0,00	15,70
	Всього		676,00	29,01	18,42	99,29		811,00	38,44	22,54	114,65		901,00	44,68	25,19	125,25

	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	7
	2-й тиждень		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г		Енерго- цінність, ккал	Білк и, г	Жири, г	Вугле- води, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жир и, г	Вугле- води, г

Понеділок

Сніданок

10.52	Перлова каша з овочами	120	120,00	3,34	0,35	26,37	150	151,00	4,17	0,43	32,96	150	151,00	4,17	0,43	32,96
1.40	Салат з буряком та чорносливом зі сметаною (Л,МП)	100	56,00	1,34	2,12	8,99	100	56,00	1,34	2,12	8,99	100	56,00	1,34	2,12	8,99
6.5	Запіканка сирна з бананом та сметаною (МП,Г,Л,Я,ЗП)	120/15	236,00	13,94	10,85	20,62	150/15	290,00	17,32	13,00	25,66	180/15	343,00	20,69	15,15	30,70
ПВ	Сік фруктовий	200	92,00	0,60	0,10	36,40	200	92,00	0,60	0,10	36,40	200	92,00	0,60	0,10	36,40

12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		549,00	19,62	13,82	102,78		634,00	23,83	16,05	114,41		687,00	27,20	18,20	119,45
Обід																
379 (ЗР 2014)	Суп польовий зі сметаною (Л,ПМ)	200	106	2,5	3,5	16,3	250	132,50	3,12	4,37	20,37	300	159,00	3,75	5,25	24,45
7.20	Рибні січеники з манкою (Р,Г,Я,ЗП)	130	201	15,53	2,9	28,87	195	302,00	23,29	4,34	43,31	260	403,00	31,06	5,79	57,74
1.74	Салат морквяний з родзинками	100	59	1,35	1,09	15,04	100	59,00	1,35	1,09	15,04	100	59,00	1,35	1,09	15,04
291 (ЗР 1990)	Каша ячнева	120	187,2	1,026	8,208	42,309	150	234,00	0,86	6,84	35,26	150	156,00	0,57	4,56	23,51
10.5 (ЗР 2005)	Чай з лимоном	200	59,9	0	0	14,64	200	59,90	0,00	0,00	14,64	200	59,90	0,00	0,00	14,64
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Сир твердий (МП,Л)	15	70,6	4,6	2,2	3,6	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60
	Всього		754,70	22,51	18,10	127,06		937,00	30,96	19,29	118,27		986,50	39,07	19,34	145,40

Вівторок

Сніданок																
1.39	Салат з буряка з ароматною олією	100	69,00	1,48	3,10	9,85	100	69,00	1,48	3,10	9,85	100	69,00	1,48	3,10	9,85
5.13	Фритата з сиром тв.(Л,МП,Г,ЗП,Я)	70	104,00	6,33	7,24	3,41	70	104,00	6,33	7,24	3,41	70	104,00	6,33	7,24	3,41
10.8	Каша гречана з томатною пастою (Л,МП,ЗП)	120	196,00	6,77	3,81	33,38	150	245,00	8,46	4,77	41,73	150	245,00	8,46	4,77	41,73
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02

ПВ	Йогурт (МП,Л)	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30
12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		571,00	19,08	23,25	72,24		628,00	21,01	24,46	80,71		628,00	21,01	24,46	80,71
Обід																
2.2	Борщ з картоплею	200	127	2,29	4,93	18,91	250	159,00	2,86	6,16	23,64	300,00	191,00	3,44	7,39	28,37
1.48	Салат морквяний з родзинками та сметаною	100	73	1,35	0,09	15,4	100	73,00	1,35	0,09	15,40	100	73,00	1,35	0,09	15,40
10.39	Пшенична каша класична	120	151	4,39	0,52	31,84	150	188,00	5,49	0,65	39,80	150	188,00	5,49	0,65	39,80
8,6	Січеники з телятини	70	174	14,05	10,19	6,27	100	248,00	20,07	14,56	8,95	120	298,00	24,08	17,47	10,74
ВП	Хліб цільозерновий (Г)	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
13.13	Кисіль фруктовий	180	113	0,5	0	24,1	180	113,00	0,50	0,00	24,10	180	113,00	0,50	0,00	24,10
	Всього		709,00	24,68	18,13	106,42		860,00	32,61	24,11	121,91		942,00	37,20	28,25	128,43
Середа																
Сніданок																
1.48	салат з буряком та апельсином	100	73,00	1,67	1,62	13,80	100	73,00	1,67	1,62	13,80	100	73,00	1,67	1,62	13,80
9.3	Шніцель курячий (Л,МП,Г,ЗП,Я) (варіант 1)	70	147,00	18,90	3,35	10,05	90	210,00	27,01	4,78	14,36	120	252,00	32,41	5,74	17,23
10.39	Каша ячмінна (МП,Г,Л,ЗП)	120	151,00	4,39	0,52	31,84	160	195,07	5,07	4,27	33,91	160	195,07	5,07	4,27	33,91
ПВ	Хліб цільозерновий (Г)	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02

13.1	Какао з молоком (МП,Л)	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85
12.1	Апельсин	100	40,00	0,90	0,20	9,50	100	50,00	0,90	0,20	11,00	100	50,00	0,90	0,20	11,00
	Всього		594,48	34,07	13,59	84,94		719,55	43,10	19,02	92,94		761,55	48,50	19,98	95,81
Обід																
307 (ЗР 1987)	Капуста тушкована	100	103	1,68	5,9	11,8	100	103,00	1,68	5,90	11,80	100	103,00	1,68	5,90	11,80
2.14	Суп з галушками	200	149	4,12	5,28	20,36	250	186,00	5,15	6,60	25,45	300	224,00	6,18	7,92	30,54
9.27	Ліниві голубці з м'ясом птиці	235	214	20	5,7	21,39	335	305,00	28,00	8,25	30,36	400	362,00	33,00	9,85	36,25
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Сік фруктовий	200	59	0,2	0	15,7	200	59,00	0,20	0,00	15,70	200	59,00	0,20	0,00	15,70
ПВ	Сир твердий (МП,Л)	15	70,6	4,6	2,2	3,6	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60
	Всього		666,6	32,7	21,48	82,75		732	37,37	23,4	93,33		827	43,4	26,3	104,3
Четвер																
Сніданок																
1.28	Салат з запеченої капусти з родзинками	100	88,00	2,18	3,65	13,25	100	88,00	2,18	3,65	13,25	100	88,00	2,18	3,65	13,25
10.20	Відварена картопля з вершковим маслом (МП,Л)	120	118,00	2,49	2,66	21,07	150	147,00	3,12	3,33	26,34	150	147,00	3,12	3,33	26,34
9.9	Чахохбілі з куркою (ЗП,Г)	100	136,00	17,71	4,37	6,71	143	195	25,32	6,24	9,59	172	234,00	30,46	7,52	11,54
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	18	43,00	1,30	1,44	5,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Сир твердий	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60

13.8	Компот із ягід морозений	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90
12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		608,30	28,98	15,62	85,83		732,30	38,26	19,37	98,10		771,30	43,40	20,65	100,05
Обід																
54(ЗР1990)	Ікра бурякова	100	144	1,2	14,42	7,39	100	144,00	1,20	14,42	7,39	100	144,00	1,20	14,42	7,39
2.12	Суп гороховий	200	142	5,79	4,53	19,56	250	149,00	6,00	4,27	22,22	300	178,80	7,20	5,12	26,66
74	Гуляш з вареної яловичини	70	95,9	11,83	4,2	2,59	100	137,00	16,90	6,00	3,70	120	164,40	20,28	7,20	4,44
164(ЗР1987)	Макарони відварені з маслом (Л.МП)	120	160,8	4,56	2,64	29,4	150	200,00	5,70	3,30	36,75	150	200,00	5,70	3,30	36,75
ПВ	Хліб цільнозерновий	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Сир твердий	15	70,6	4,6	2,2	3,6	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60
10.5 (ЗР 2005)	Чай з лимоном	200	59,9	0	0	14,64	200	59,90	0,00	0,00	14,64	200	59,90	0,00	0,00	14,64
	Всього		744,2	30,08	30,39	67,52		839,5	36,74	32,84	98,32		896,7	41,32	34,9	103,5
П'ятниця																
Сніданок																
6	Салат з запеченої капусти	100	150,00	3,75	5,36	21,73	100	150,00	3,75	5,36	21,73	100	150,00	3,75	5,36	21,73
7.5	Риба тушкована з овочами під томат. соусом (Р)	60	76,00	10,29	3,15	2,01	90	114,00	15,44	4,73	3,01	120	152,00	20,58	6,30	4,01
10.14	Ризотто з зеленим горошком	120	146,00	4,30	6,44	17,36	150	183,00	5,39	8,06	21,70	150	183,00	5,39	8,06	21,70
10.5 (ЗР 2005)	Чай з лимоном	200	59,90	0,00	0,00	14,64	200	59,90	0,00	0,00	14,64	200	59,90	0,00	0,00	14,64
12.1	Банан	100	89,00	1,50	0,10	21,80	100	89,00	1,50	0,10	21,80	100	89,00	1,50	0,10	21,80

	Всього		520,90	19,84	15,05	77,54		595,90	26,08	18,25	82,88		633,90	31,22	19,82	83,88
Обід																
2.2	Борщ з картоплею	200	127	2,29	4,93	18,1	250/5	159,00	2,86	6,16	23,64	300/6	191,00	3,44	7,89	28,37
1.21	Салат з моркви з сиром та сметаною	100	88	0,11	5,36	6,83	100	88,00	0,11	5,36	6,83	100	88,00	0,11	5,36	6,83
8.31	Відбивні з яблуком	93	212	11,88	16,28	5,71	133	304,00	16,27	23,39	8,16	160	365,00	19,58	28,02	9,82
10.52	Перлова каша з овочами	120	120	3,36	0,34	26,36	150	150,00	4,17	0,43	32,95	150	150,00	4,17	0,43	32,95
ПВ	Хліб цільнозерновий	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
323 (ЗР 1990)	Яйце варене	1	62,8	5,08	4,6	0,28	1	62,80	5,08	4,60	0,28	1	62,80	5,08	4,60	0,28
13.8	Компот із ягід заморожених	200	66	0,3		16,3	200	66,00	0,30		16,30	200	66,00	0,30		16,30
	Всього		746,8	25,12	33,91	83,48		908,8	31,13	42,59	98,18		1001,8	35,02	49	104,6
Понеділок																
Сніданок																
1.40	Салат з буряком та чорносливом зі сметаною (Л,МП)	100	73	1,67	1,62	13,8	100	73	1,67	1,62	13,8	100	73	1,67	1,62	13,8

46	Пшоняна каша зі сметаною та картоплею (МП,Л,ЗП)	150	216,47	6,82	5,07	35,89	200	288,62	9,09	6,76	47,85	250	360,78	11,37	8,45	59,81
6.10	Сирники класичні (МП,Л,Я,ЗП,Г)	80	156,00	13,86	6,31	1,98	110	215,00	19,06	8,67	15,10	140	273,00	24,26	11,04	19,21
ПВ	Сік фруктовий	200	92,00	0,60	0,10	36,40	200	92,00	0,60	0,10	36,40	200	92,00	0,60	0,10	36,40
12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		582,47	23,35	13,5	98,47		713,62	30,82	17,55	123,6		843,78	38,3	21,6	139,6
Обід																
ПВ	Капуста квашена	100	21,00	1,2	0,15	4,5	100	21,00	1,2	0,15	4,5	100	21,00	1,2	0,15	4,5
2.36	Суп полтавський з галушками	200	77,00	1,76	3,08	10,4	250	96,00	2,2	3,85	13	300	115,00	2,64	4,61	15,6
66	Фрикадельки м'ясні	70	248,00	7,15	24,31	0,43	100	327,00	10,7	36,38	0,64	120	497,00	14,3	48,62	0,86
10.12	Каша рисова розсипчаста	120	135,00	2,5	2,2	25,6	150	142,00	2,9	2,6	27,2	150	142,00	2,9	2,6	27,2
13.11	Узвар	200	59,00	0,2	0	15,7	200	59,00	0,2	0	15,7	200	59,00	0,2	0	15,7
ПВ	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
	Всього		611,00	14,91	32,14	66,53		724,00	19,54	45,63	71,06		913,00	23,58	58,6	73,88
Вівторок																
Сніданок																
1.48	Салат з буряком та апельсином	100	56,00	1,34	2,12	8,99	100	56,00	1,34	2,12	8,99	100	56,00	1,34	2,12	8,99
7.10	Рибні нагетси (Р,Я,МП,Л)	70	117,00	11,46	3,02	10,48	105	176,00	17,18	4,52	15,71	140	234,00	22,92	6,04	20,90
48	Картопля запечена скибочками (з вареної)	120	112,00	2,60	3,05	18,68	150	140,00	3,26	3,81	23,36	150	140,00	3,26	3,81	23,36

ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	43,00	1,30	1,44	5,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Сир твердий (Л,МП)	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60
13.8	Компот із ягід заморожених	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90
12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		551,30	22,00	13,13	82,95		674,30	29,42	16,60	96,98		732,30	35,16	18,12	102,17
Обід																
2.50	Перловий суп	200	108	2,18	3,03	18,31	250	136,00	2,82	3,79	22,89	300	163,00	3,26	4,55	27,46
1.48	Салат морквяний з родзинками та сметаною (Л,МП)	100	59	1,35	0,09	15,04	100	59,00	1,35	0,09	15,04	100	59,00	1,35	0,09	15,04
8.15	Бігос з гречкою та свининою	150	287	13,79	26,66	16,2	215	411,00	19,7 6	38,21	23,22	255	488,00	23,44	45,3 2	27,54
323 (ЗР 1990)	Яйце варене	1	62,8	5,08	4,6	0,28	1	62,80	5,08	4,60	0,28	1	62,80	5,08	4,60	0,28
ПВ	Сік фруктовий	200	92	0,6	0,1	36,4	200	92,00	0,60	0,10	36,40	200	92,00	0,60	0,10	36,40
ПВ	Хліб цільнозерновий	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
	Всього		679,80	25,10	36,88	96,13		839,80	31,95	49,44	107,85		943,80	36,07	57,31	116,74
Середа																
Сніданок																
1.53	Салат з квашеної капусти та яблук	100	83	3,97	4,62	7,19	100	83,00	3,97	4,62	7,19	100	83,00	3,97	4,62	7,19
9.20	Плов з курячим м'ясом	175	240,00	19,75	5,27	28,46	250	343,00	28,1 228, 22	7,53	40,65	300	411,00	3,86	9,04	48,79
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02

13.1	Какао з молоком (МП,Л)	200	112,00	6,18	5,34	10,12	200	112,00	6,18	5,34	10,12	200	112,00	6,18	5,34	10,12
12.1	Апельсин	100	40,00	0,90	0,20	9,50	100	50,00	0,90	0,20	11,00	100	50,00	0,90	0,20	11,00
	Всього		546,00	32,90	17,83	65,17		667,00	13,39	20,34	78,98		735,00	17,25	21,85	87,12
Обід																
2.3	Полтавський борщ	200/4	128	2,34	4,87	21,62	250/5	160,00	2,93	6,09	27,03	300/6	192,00	3,51	7,31	32,43
1.74	Салат морквяний з родзинками	100	59,00	1,35	1,09	15,04	100	59,00	1,35	1,09	15,04	100	59,00	1,35	1,09	15,04
8.62	Фрикаделька м'ясна в томатному соусі	120	214	14,23	13,98	8,4	170	303,00	20,16	19,80	11,89	205	365,00	24,32	23,88	14,34
291 (ЗР 1990)	Каша ячнева	120	110,4	3,3	4,01	15,79	150	138,00	4,15	5,01	19,78	150	138,00	4,15	5,01	19,78
10.3 (ЗР 2005)	Чай	200	29,84	0	0	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Сир твердий (Л,МП)	15	70,6	4,6	2,2	3,6	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60
	Всього		682,84	27,92	28,55	90,31		839,44	35,53	36,84	103,32		933,44	40,27	42,14	111,17
Четвер																
Сніданок																
1.40	Салат з буряка з чорносливом та сметаною (Л,МП)	100	75,00	1,67	1,62	13,80	100	75,00	1,67	1,62	13,80	100	75,00	1,67	1,62	13,80
9.21	Куліш з курячим м'ясом	175	274,00	21,54	7,83	29,51	391	390,00	30,77	11,19	42,15	300	469,00	36,93	13,43	50,59
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	43,00	1,30	1,44	5,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02

ПВ	Сир твердий (ПМ,Л)	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60
10.5 (ЗР 2005)	Чай з лимоном	200	59,90	0,00	0,00	14,64	200	59,90	0,00	0,00	14,64	200	59,90	0,00	0,00	14,64
12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		567,50	29,51	13,49	77,85		719,50	39,78	18,06	94,61		798,50	45,94	20,30	103,05
Обід																
ПВ	Капуста квашена	100	21,00	1,20	0,15	4,50	100	21,00	1,20	0,15	4,50	100	21,00	1,20	0,15	4,50
2.23	Юшка з курячими фрикадельками	200	109,00	4,18	4,98	12,22	250	137,25	5,23	6,23	15,27	300	164,50	6,28	7,48	18,33
5.4	Омлет (Я,Л,МП)	50	66,00	5,11	4,88	66,00	50	66,00	5,11	4,88	66,00	50	66,00	5,11	4,88	66,00
10.45	Макарони з сиром (Л,МП)	120	405,00	13,69	3,22	78,52	150	506,00	17,12	4,16	98,15	150	506,00	17,12	4,16	98,15
13.8	Компот із гід заморожених	200	66,00	0,30		16,30	200	66,00	0,30		16,30	200	66,00	0,30		16,30
ПВ	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
	Всього		738,00	26,58	15,63	187,44		875,25	31,3	18,07	210,2		902,5	32,35	19,3	213,3
П'ятниця																
Сніданок																
1.10	Салат з яєць та зеленого горошку	100	136,00	8,21	7,72	8,94	100	136,00	8,21	7,72	8,94	100	136,00	8,21	7,72	8,94
9.35	Тушковане м'ясо птиці з овочами	85	121,00	16,82	3,70	5,19	120	170,00	23,74	5,22	7,32	145	206,00	28,69	6,30	8,85
10.39	Пшенична каша класична	120	151,00	4,39	0,52	31,84	150	188,00	5,49	0,65	39,80	150	188,00	5,19	0,65	39,80
ПВ	Йогурт (МП,Л)	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30
12.1	Банан	100	89,00	1,50	0,10	21,80	100	89,00	1,50	0,10	21,80	100	89,00	1,50	0,10	21,80
	Всього		583,00	32,92	18,34	73,07		669,00	40,94	19,99	83,16		705,00	45,59	21,07	84,69
Обід																

5	Салат з буряком та сухариками	100	150	3,75	5,36	21,73	100	150,00	3,75	5,36	21,73	100	150,00	3,75	5,36	21,73
2.47	Суп квасолевий	200	153	8,41	2,26	26,07	200	192,00	10,51	2,82	32,59	200	230,00	12,61	3,39	39,10
7.6	Фрикадельки рибні	60	61	10,44	1,59	1,2	90	91,00	15,65	2,39	1,81	120	91,50	23,45	3,18	2,41
10.8	Каша гречана	120	196	6,77	3,81	33,38	150	245,00	8,46	4,77	41,73	150	245,00	8,46	4,77	41,73
ПВ	Хліб цільнозерновий	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
10.3 (ЗР 2005)	Чай	200	29,84	0	0	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96
ПВ	Сир твердий (МП,Л)	15	70,6	4,6	2,2	3,6	15	70,60	4,60	2,20	3,60	15	70,60	4,60	2,20	3,60
	Всього		660,84	31,47	15,42	108,24		786,84	40,71	17,99	123,84		825,34	50,61	19,35	130,95
Понеділок																
	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
	4-й тиждень		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г		Енерго- цінність, ккал	Білк и, г	Жири, г	Вугле- води, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жир и, г	Вугле- води, г
Сніданок																
46	Пшоняна каша зі сметаною та картоплею	150	216,47	6,82	5,07	35,89	200	288,62	9,09	6,76	47,85	250	360,78	11,37	8,45	59,81
1.27	Салат з капусти та моркви	100	62,00	1,29	0,69	13,28	100	62,00	1,29	0,69	13,28	100	62,00	1,29	0,69	13,28
6.1	Вареники лінівні (МП,Г,Л,Я,ЗП)	120	236,00	17,92	9,22	19,04	150	396,00	22,39	11,52	23,81	180	355,00	26,87	13,82	28,57
ПВ	Сік фруктовий	200	92,00	0,60	0,10	36,40	200	92,00	0,60	0,10	36,40	200	92,00	0,60	0,10	36,40
12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40

	Всього		651,47	27,03	15,48	115,01		883,62	33,77	19,47	131,74		914,78	40,53	23,46	148,46
Обід																
2.12	Суп гороховий	200	142	5,79	4,53	19,56	250	178,00	7,24	5,66	24,45	300	213,00	8,69	6,79	29,34
1.39	Салат з буряка з ароматною олією	100	69	1,48	3,1	9,85	100	69,00	1,48	3,10	9,85	100	69,00	1,48	3,10	9,85
9.20	Плов з курячим м'ясом	175	240	19,75	5,27	28,46	200	288,62	9,09	6,76	47,85	250	360,78	11,37	8,45	59,81
13.13	Кисіль з ягід	200	113	0,5	0	24,1	200	113,00	0,50	0,00	24,10	200	113,00	0,50	0,00	24,10
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
	Всього		635,00	29,62	15,3	91,87		727,62	20,65	18,17	116,27		834,78	24,38	20,99	133,12
Вівторок																
Сніданок																
9.23	Капуста тушкована з овочами та курячим м'ясом	140	153,00	18,47	5,66	8,12	200	218,00	26,38	8,08	11,60	240	262,00	31,66	9,69	13,92
10.1	Каша пшенична (МП,Г,Л,ЗП)	120	174,00	5,22	2,30	32,46	150	218,00	6,53	2,88	40,58	150	218,00	6,53	2,88	40,58
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
13.1	Какао з молоком (МП,Л)	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85
12.1	Банан	100	89,00	1,50	0,10	21,80	100	89,00	1,50	0,10	21,80	100	89,00	1,50	0,10	21,80
	Всього		599,48	33,40	15,96	82,13		716,48	42,86	19,21	93,85		760,48	48,14	20,82	96,17
Обід																
61 (ЗР1990)	Борщ український	200	142	5,79	4,53	19,56	250	178,00	7,24	5,66	24,45	300	213,00	8,69	6,79	29,34
5	Салат з буряком та сухариками	100	150	3,75	5,36	21,73	100	150,00	3,75	5,36	21,73	100	150,00	3,75	5,36	21,73

8.22	Макаронна запіканка з фаршем та томатним соком	140	223	21,97	7,05	17,52	196	312,00	30,7 5	9,86	24,52	240	382,00	37,66	12,0 8	30,03
13.11	Узвар	200	72	0,3	0	19,1	200	72,00	0,30	0,00	19,10	200	72,00	0,30	0,00	19,10
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
	Всього		658	33,91	19,34	87,81		791	44,38	23,53	99,82		896	52,74	26,9	110,2
Середа																
Сніданок																
1.21	Салат з моркви з сиром та сметаною (Л,МП)	100	88,00	4,10	5,36	6,83	100	88,00	4,10	5,36	6,83	100	88,00	4,10	5,36	6,83
7.7	Рибні палички (Р,Я,ЗП,Г)	70	128,00	12,11	2,59	13,45	105	192,00	18,1 7	3,89	20,18	140	256,00	24,22	5,19	26,90
10.14	Ризотто з зеленим горошком	120	146,40	4,30	6,44	17,36	150	183,00	5,38	8,05	21,70	150	183,00	5,38	8,05	21,70
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	43,00	1,30	1,44	5,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Йогурт (МП,Л)	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30
12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		536,40	24,21	22,53	59,24		673,00	32,39	26,65	74,43		737,00	38,44	27,95	81,15
Обід																
2.21	Гречана юшка (без засмажки)	200	90,00	2,20	2,47	14,98	250	113,00	2,75	3,09	18,73	300	135,00	3,30	3,70	22,47
1.53	Салат з квашеної капусти та яблук	100	88,00	1,84	4,31	8,21	100	88,00	1,84	4,31	8,21	100	88,00	1,84	4,31	8,21
8,6	Січеники з телятини	70	174,00	14,05	10,19	6,27	100	248,00	20,0 7	14,56	8,95	120	298,00	24,08	17,4 7	10,74

10.52	Перлова каша з овочами	120	120,00	3,36	0,34	26,36	150	150,00	4,17	0,43	32,95	150	150,00	4,17	0,43	32,95
5.4	Омлет (Я,МП,Л)	50	66,00	5,11	4,88	66,00	50	66,00	5,11	4,88	66,00	50	66,00	5,11	4,88	66,00
10.3 (ЗР 2005)	Чай	200	29,84	0,00	0,00	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96
ПВ	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
	Всього		638,84	28,66	24,59	147,68		773,84	36,28	29,92	160,82		845,84	40,84	33,44	166,35
Четвер																
Сніданок																
1.40	Салат з буряка з чорносливом та сметаною (Л,МП)	100	75	1,67	1,62	13,8	100	75	1,67	1,62	13,8	100	75	1,67	1,62	13,8
9.3	Шніцель курячий (Л,МП,Г,ЗП,Я) (варіант 1)	70	147,00	18,90	3,35	10,05	90	210,00	27,0 1	4,78	14,36	120	252,00	32,41	5,74	17,23
10.24	Товчанка з бобовими	120	136,00	4,67	2,95	22,96	150	170,00	5,84	3,69	28,69	150	169,50	5,83	3,69	28,69
ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
13.8	Компот із ягід морожений	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90
12.1	Яблуко	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		581,70	28,04	11,62	92,01		686,70	37,56	14,04	102,17		728,20	42,95	15,00	105,04
Обід																
2.10	Юшка з рисовою крупою	200	105,00	2,65	1,84	19,77	250	131,25	3,31	2,30	24,71	300	157,50	3,98	2,76	29,66
1.60	Салат з буряка, квасолі та яблука	100	81,00	3,23	1,34	14,59	100	81,00	3,23	1,34	14,59	100	81,00	3,23	1,34	14,59
7.7	Рибна паличка (Р,Я)	70	128,00	12,11	2,59	13,45	105	192,00	18,1 7	3,89	20,18	140	256,00	24,22	5,19	26,90

291 (ЗР 1990)	Каша ячнева	120	110,40	3,30	4,01	15,79	150	138,00	4,15	5,01	19,78	150	138,00	4,15	5,01	19,78
ВП	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71,00	2,10	2,40	9,90	50	79,00	2,34	2,65	10,02	50	79,00	2,34	2,65	10,02
ПВ	Сир твердий (МП,Л)	15	70,6	4,6	2,2	3,6	15	70,6	4,6	2,2	3,6	15	70,6	4,6	2,2	3,6
ПВ	Сік фруктовий	200	59,00	0,20	0,00	15,70	200	59,00	0,20	0,00	15,70	200	59,00	0,20	0,00	15,70
	Всього		625	28,19	14,38	92,8		750,85	36	17,39	108,6		841,1	42,71	19,2	120,2
П'ятниця																
Сніданок																
1.74	Салат морквяний з родзинками	100	59,00	1,35	1,09	15,04	100	59,00	1,35	1,09	15,04	100	59,00	1,35	1,09	15,04
5.4	Омлет (Г,Л,МП,Я,ЗП)	50	85,00	10,84	10,27	8,41	50	85,00	10,84	10,27	8,41	50	85,00	10,84	10,27	8,41
10.42	Альо-ольо (макарони відварні) (МП,Л,Г,ЗП)	120	375,00	11,94	1,22	77,87	150	469,00	14,92	1,53	97,34	150	469,00	14,92	1,53	97,34
11.6	Соус "Кетчуп"	20	11,00	0,26	0,02	2,56	20	11,00	0,26	0,02	2,56	20	11,00	0,26	0,02	2,56
10.3 (ЗР 2005)	Чай	200	29,84	0,00	0,00	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96	200	29,84	0,00	0,00	15,96
12.1	Апельсин	100	40,00	0,90	0,20	9,50	100	50,00	0,90	0,20	11,00	100	50,00	0,90	0,20	11,00
	Всього		599,84	25,29	12,80	129,34		703,84	28,27	13,11	150,31		703,84	28,27	13,11	150,31
Обід																
ПВ	Капуста квашена	100	43	0,8	2,5	4,6	100	43	0,8	2,5	4,6	100	43	0,8	2,5	4,6
33	Суп овочевий	200	84	1,6	4,3	9,5	250	105	2	5,4	11,9	300	125	2,3	6,5	14,3
8,62	Фрикадельки м'ясні з яловичини	120	214	14,23	13,98	8,4	170	303	20,16	19,8	11,89	205	365	24,32	23,88	14,34
10.8	Каша гречана	120	113,6	2,88	2,52	24,72	150	170,4	4,32	3,78	37,08	150	170,4	4,32	3,78	37,08
13.13	Кисіль ягідний	200	113	0,5	0	24,1	200	113	0,5	0	24,1	200	113	0,5	0	24,1

ПВ	Хліб цільнозерновий (Г)	30	71	2,1	2,4	9,9	50	79	2,34	2,65	10,02	50	79	2,34	2,65	10,02
	Всього		638,6	22,11	25,7	81,22		813,4	30,12	34,13	99,59		895,4	34,58	39,3	104,4