

П О Н Е Д І Л О К 8 9 6 + + П О Н Е Д І Л О К	Сніданок	Вихід				Обід	Вихід				Полуденок	Вихід			
		1-4	ккал	4-6(7)	ккал		1-4	ккал	4-6(7)	ккал		1-4	ккал	4-6(7)	ккал
	Запіканка	95	92,8	95	92,8	Морква тушкована	30	23,7	49	36,9	Рисова каша молочна	180	144,8	220	183,6
	капустяна					Суп гороховий	200	92,5	250	129,1	Чай з лимоном	180/6	70,3	180/6	70,3
	Оладки курячі	70	183,9	70	183,9	Рагу овочеве з	120	220,8	150	276	Хліб пшеничний	30	69,9	30	69,9
	Какао з молоком	160	125,9	180	147,7	курятиною					Сир твердий	10	37	10	37
	Яблуко	70	39,6	100	55,4	Компот із сухофруктів	150	78,6	150	124,8	Сухофрукти	20	25	25	28
	запечене					Хліб житній	30	60,6	30	60,6					
			442,2		479,8			476,2		581,2			347		388,6
	КАЛОРІЙНІСТЬ ЗА ПОНЕДІЛОК: 1-4 років; -1265,4; 4-6(7) років -1449,5														
	Сніданок	1-4	ккал	4-6(7)	ккал	Обід	1-4	ккал	4-6(7)	ккал	Полуденок	1-4	ккал	4-6(7)	ккал

В І В Т О Р О К	Макарони відварні	80	113,6	100	142	Овочі сезонні	60	7,8	80	10,4	Салат з морквою та яблуком	60	37,1	80	43,1
	Нагетси курячі	45	98,7	60	131,5	Борщ український зі сметаною	180	71,2	250	101,8	Омлет	60	97,8	60	97,8
	Чай з лимоном	180/6	70,3	180/6	70,3	Тюфтельки курячі з рисом	100	203,5	150	306,9	Каша гречана молочна	160	134,6	200	160,0
	Хліб пшеничний	30	69,9	30	69,9	Кисіль із свіжих фруктів	150	92,4	150	92,4	Компот із сухофр-в	150	78,6	150	78,6
	Сік фруктовий	120	59,3	180	88,7	Хліб житній	30	60,6	30	60,6	Фрукти свіжі (Апельсин)	70	30,1	100	43,1
			411,8		413,7			435,5		572,1		345,1			400,0
КАЛОРІЙНІСТЬ ЗА ВІВТОРОК: 1-4 років –1190,4; 4-6(7) років - 1394,4															

Третій тиждень

С Е Р Е Д А	Сніданок	Вихід				Обід	Вихід				Полуденок	Вихід			
		1-4	ккал	4-6(7)	ккал		1-4	ккал	4-6(7)	ккал		1-4	ккал	4-6(7)	ккал
	Каша пшенична	90	105,3	90	105,3	Буряк ,тушкований з цибулею	45	38,8	73	65,2	Вареники з сиром	150	240,8	150	240,8
	Хек тушкований з овочами	40	46,7	60	70,1	Суп гречаний	180	95,9	200	118,3	Какао з молоком	160	125,9	180	147,7
	Салат зі свіжої капусти та кропу	60	33,5	60	33,5	Плов з м'ясом (свинини)	95	169,5	120	272	Сухофрукти	20	25	25	28
	Чай з мелісою	200	49,3	200	49,3	Компот із сухофр-в	150	78,6	150	78,6					
	Хліб пшеничний	30	69,9	30	69,9	Хліб житній	30	60,6	30	60,6					
	Сир твердий	10	37	10	37										
	Фрукти свіжі (Яблуко)	70	31,5	100	45										
			373,2		410,1			443,4		594,7			391,7		416,5

	КАЛОРІЙНІСТЬ ЗА СЕРЕДУ: 1-4 років – 1208,3 ; 4-6(7) років - 1421,3														
	Сніданок	1-4	ккал	4-6(7))	ккал	Обід	1-4	ккал	4-6(7)	ккал	Полуденок	1-4	ккал	4-6(7)	ккал
Ч Е Т В Е Р	Овочеve рагу	60	61,6	80	82,2	Борщ український зі сметаною	180	71,2	250	101,8	Вівсяна каша з маслом	80	242,4	80	242,4
	Запіканка сирна	100	196,5	125	248,5	Гречана каша	80	115,3	100	144,1	Гуляш з курячого філе	45	78,7	60	105
	Йогурт	100	77	125	96,3	Котлета м'ясна	50	174	50	174	Хліб пшеничний	30	69,9	30	69,9
	Сік фруктовий	120	59,3	180	88,7	Овочі сезонні	60	7,8	80	10,4	Фрукти свіжі (Банан)	54	51,8	100	96
						Кисіль із фруктів	150	90,7	180	107,1					
						Хліб житній	30	60,6	30	60,6					
			394,4					519,6					442,8		513,3
КАЛОРІЙНІСТЬ ЗА ЧЕТВЕР : 1-4 років – 1356,8; 4-6(7) років – 1614,9															

Сніданок	Вихід				Обід	Вихід				Полуденок	Вихід			
	1-4	ккал	4-6(7)	ккал		1-4	ккал	4-6(7)	ккал		1-4	ккал	4-6(7)	ккал

П , Я Т Н И Ц Я	Суп молочний манний	200	208,4	230	265	Салат вітамінний	50	34,4	60	38,0	Голубці лінові з курячим м'ясом Компот із фруктів Хліб пшеничний Сир твердий	120	198,6	170	280,2
	Яйце варене	1	62,8	1	62,8	Суп український з галушками	180/10	97,8	200/15	145,8		180	86,4	180	86,4
	Компот із сухофруктів	180	113,2	180	113,2	Картопляне пюре	110	99,5	150	150,5		30	69,9	30	69,9
	Фрукти свіжі (Апельсин)	70	30,1	100	43	Рибні нагетси	40	65,04	60	97,6		10	37	10	37
						Чай з мелісою	200	49,3	200	49,3					
						Хліб житній	30	60,6	30	60,6					
		414,5			484		406,6		541,8		391,9		473,5		
	КАЛОРІЙНІСТЬ ЗА П'ЯТНИЦЮ : 1-4 років – 1213; 4-6(7) років - 1499,3														