

Понеділок 3 тиждень

Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад											
			Білки				Жири				Вуглеводи		Енергетична цінність	
			Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років		
<b>Сніданок:</b>														
Салат з капусти	60	80	2,57	3,39	3,11	4,23	4,35	6,07	35,58	62,89				
Курка по - італійські	45	60	9,65	12,86	3,34	4,29	3,25	4,26	103,23	118,14				
Макаронні вироби	80	100	2,82	3,51	2,7	2,8	18,06	23,3	90,8	104				
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71				
Сир твердий	10	15	2,3	3,4	2,9	4,3	0	0	36	54				
Сік фруктовий	120	180	0,1	0,2	0	0	19,1	28,6	62	92				
<b>Всього за сніданок:</b>			<b>19,54</b>	<b>25,46</b>	<b>14,45</b>	<b>18,02</b>	<b>54,66</b>	<b>71,83</b>	<b>398,61</b>	<b>502,03</b>				
<b>Обід:</b>														
Морква тушкована зі сметаною	30/10	40/15	0,43	0,58	1,18	1,66	3,96	5,39	35,11	38,7				
Борщ буряковий зі сметаною	150/5	200/10	1,38	1,82	2,02	2,75	9,98	13,27	61,57	82,54				
Шніцель рибний натуральний	45	60	9,15	12,1	1,01	1,52	21,29	25,4	93,3	122,98				
Каша арнова	80	100	3,1	4,01	2,1	2,95	18,05	26,2	108,74	139,46				
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71				
Компот зі свіжих фруктів	120	160	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	16,3	27/49,74	66,32				
<b>Всього за обід:</b>			<b>16,4</b>	<b>20,93</b>	<b>8,95</b>	<b>11,6</b>	<b>69,42</b>	<b>96,46</b>	<b>396,72/419,46</b>	<b>521</b>				

**Вечеря:**

Гарбуз запечений	60	80	0,45	0,63	3,14	4,2	4,64	6,52	87,62	130,94
Запіканка рисова- сирна	150(100)	180(125)	17,25	22,3	11,13	15,56	14,17	18,5	223,74	301,02
Банан свіжий	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Чай	120	160	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Всього за вечерю:</b>			<b>18,6</b>	<b>24,13</b>	<b>14,33</b>	<b>19,88</b>	<b>31,89</b>	<b>42,46</b>	<b>364,76</b>	<b>502,26</b>
<b>Всього за день:</b>			<b>54,54</b>	<b>70,52</b>	<b>37,73</b>	<b>49,5</b>	<b>155,97</b>	<b>210,75</b>	<b>1160,09/ 1182,83</b>	<b>1525,29</b>

**Вівторок 3 тижень**

Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад						Енергетична цінність	
			Білки		Жири		Вуглеводи			
	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
<b>Сніданок:</b>										
Пюре морквяне	60	80	3,48	3,8	0,06	0,1	24,2	32,8	55,6	70,8
Каша молочна пшоняна з родзинками	150(5)	180(10)	5,62	6,50	4,90	5,83	19,31	27,63	183,9	239,74
Компот із сухофруктів	120	160	0,26	0,32	0	0	10,02/16,0 1	19,08	37,99/60,7 3	72,38
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
<b>Всього за сніданок:</b>			<b>11,46</b>	<b>12,72</b>	<b>7,36</b>	<b>8,33</b>	<b>63,01/63,61</b>	<b>89,41</b>	<b>347,5/379,5</b>	<b>453,92</b>
<b>Обід:</b>										
Ікра з буряка	60	80	2,98	3,93	0,05	0,06	24,21	30,95	40,09	54,15
Суп картопляний з макаронними виробами	150/10	200/14	5,5	7,4	3,5	4,5	13,8	18,5	102	130
Гуляш курячий	45/18	60/24	9,90	13,22	3,38	4,34	3,98	5,43	87,38	115,59
Пюре з бобових (сочевиця)	80	100	9,52	10,93	1,93	2,37	21,15	24,27	112,38	120,10
Фрукти свіжі (яблуко)	60	80	0,22	0,32	0,22	0,32	5,62	8,32	24,3	36,00
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
<b>Всього за обід:</b>			<b>30,22</b>	<b>37,9</b>	<b>11,48</b>	<b>13,67</b>	<b>78,66</b>	<b>97,37</b>	<b>437,15</b>	<b>526,84</b>

**Вечеря:**

Гарбуз запечений з яблуками	60	80	3,51	4,08	0,87	0,89	9,67	11,26	57,71	66,11
Чахохбілі з куркою	45/45	60/60	10,11	13,50	3,35	4,30	5,17	7,11	101,79	141,90
Каша гречана	80	100	2,63	3,29	3,32	4,36	18,68	23,18	125,45	157,23
Фрукти свіжі (яблуко)	60	80	0,22	0,32	0,22	0,32	5,62	8,32	24,3	36,00
Какао з молоком	150	200	5	6,6	4	5,3	7,8	10,7	70	94
<b>Всього за вечерю:</b>			<b>22,33</b>	<b>27,6</b>	<b>12,76</b>	<b>15,33</b>	<b>48,61</b>	<b>60,22</b>	<b>414,05</b>	<b>515,74</b>
<b>Всього за день :</b>			<b>63,97</b>	<b>78,22</b>	<b>31,6</b>	<b>37,33</b>	<b>190,28/ 190,88</b>	<b>247</b>	<b>1198,7/ 1230,7</b>	<b>1496,5</b>

## Серета 3 тижденть

Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад						Енергетична цінність	
			Білки		Жири		Вуглеводи			
	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
<b>Сніданок:</b>										
Буряк тушкований	60	80	0,84	1,3	1,8	2,7	6,2	12	50,03	70,4
Дійце відварене	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,29	62,8	62,8
Каша пшенична	80	100	3,08	4,61	2,16	3,25	18,86	28,20	129,65	159,46
Молоко кип'ячене	150	200	4,2	5,4	3,75	4,5	7,05	9,5	78	104
Фрукти свіжі (яблуко)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	8,32	27	36,00
<b>Всього за сніданок:</b>			<b>13,44</b>	<b>16,94</b>	<b>12,55</b>	<b>15,87</b>	<b>38,67</b>	<b>58,27</b>	<b>347,78</b>	<b>432</b>
<b>Обід:</b>										
Салат з капусти і моркви	40	60	0,33	0,48	0,57	1,14	3,85	7,49	29,12	36,54
Суп гороховий	150	200	5,78	7,0	4,24	4,85	23,58	28,12	156,04	184,27
Котлета натуральна з філе курки	45	60	10,65	14,13	3,95	5,06	4,08	5,3	96,56	126,03
Товчанка картопля з бавовими)	115(50/65)	130 (50/80)	4,78	5,74	2,9	3,08	20,04	22,64	135,6	138,7
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із свіжих фруктів	120	160	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	16,3	27/49,74	66,32
<b>Всього за обід:</b>			<b>28,88</b>	<b>29,77</b>	<b>14,3</b>	<b>16,85</b>	<b>67,69</b>	<b>89,75</b>	<b>515,32/538,06</b>	<b>622,86</b>

**Вечеря:**

Пюре морквяне	60	80	3,48	3,8	0,06	0,1	24,2	32,8	42,6	70,8
Гуляш курячий	45	60	7,93	9,22	9,29	10,66	3,91	4,26	129,96	148,61
Каша ячна	80	100	2,97	3,57	1,83	2,27	20	24,07	108,8	131,55
Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15	3,8	4,6	4,6	5,6	9,9	9,9	98	111
Сік фруктовий	120	180	0,1	0,2	0	0	19,1	28,6	62	92
<b>Всього за вечерю:</b>			<b>18,28</b>	<b>21,39</b>	<b>13,95</b>	<b>18,63</b>	<b>77,11</b>	<b>99,63</b>	<b>441,36</b>	<b>553,96</b>
<b>Всього за день:</b>			<b>60,6</b>	<b>68,1</b>	<b>40,8</b>	<b>51,35</b>	<b>183,47</b>	<b>247,65</b>	<b>1304,46/</b> <b>1327,2</b>	<b>1608,82</b>

Четвер 3 тижень

Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад											
			Білки				Жири				Вуглеводи		Енергетична цінність	
			Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років		
<b>Сніданок:</b>														
Гарбуз припущений	60	80	0,45	0,6	3,14	4,2	4,64	6,52	87	110,94				
Котлета рибна лобителська	40	60	10,2	14,73	1,2	1,7	14,8	25,6	65,0	79,3				
Каша кукурудзяна розсипчаста	80	100	2,46	3,09	1,8	2,26	21,38	26,82	120	141,22				
Какао з молоком	150	200	5	6,6	4	5,3	7,8	10,7	70	94				
<b>Всього за сніданок:</b>			<b>18,97</b>	<b>24,83</b>	<b>11,14</b>	<b>13,62</b>	<b>50,29</b>	<b>69,29</b>	<b>376,8</b>	<b>445,96</b>				
<b>Обід:</b>														
Ікра буряково-морквяна	30	40	0,49	0,6	1	1,04	3,92	3,93	22,42	25,2				
Борщ зі сметаною	150/5	200/5	2,41	3,32	3,22	4,85	14,54	19,44	94,92	130,81				
Шніцель з яловичини	45	60	7,4	11,23	12,4	20,34	4,2	6,2	145,6	160				
Макаронні вироби	80	100	2,82	3,51	2,7	2,8	18,6	20,3	90	104				
Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/5	30/10	3,8	4,6	4,6	5,6	9,9	9,9	80	93				
Фрукти свіжі (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,8	17,44	53,4	71,2				
Компот із сухофруктів	120	160	0,26	0,32	0	0	10,02/16,01	19,08	37,99/60,73	72,38				
<b>Всього за обід:</b>			<b>18,08</b>	<b>24,78</b>	<b>23,96</b>	<b>34,71</b>	<b>74,56/75,16</b>	<b>96,02</b>	<b>444,14/476,14</b>	<b>656,59</b>				

**Вечеря:**

Калушта Смажена в сухарях	60	80	1,98	2,68	2,73	2,78	7,2	9,8	57,5	70,4
Пюре картопляне	80	100	2,01	2,51	2,12	2,65	14,53	18,16	92,0	120,0
Омлет	60	60	5,35	5,85	7,13	7,13	2,03	2,68	97	97
Свіжі фрукти (яблуко)	60	80	0,22	0,32	0,2	0,3	5,62	8,32	24,3	36
Молоко кип'ячене	150	200	4,2	5,4	3,75	4,5	7,05	9,5	78	104
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
<b>Всього за вечерю:</b>			<b>15,86</b>	<b>19,09</b>	<b>18,33</b>	<b>20,26</b>	<b>46,37</b>	<b>58,32</b>	<b>419,8</b>	<b>498,4</b>
<b>Всього за день :</b>			<b>52,91</b>	<b>68,7</b>	<b>53,43</b>	<b>68,59</b>	<b>171,22/ 171,82</b>	<b>223,63</b>	<b>1219,84/ 1272,74</b>	<b>1600,95</b>



П'ятниця 3 тиждень

Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років
<b>Сніданок:</b>										
Курятина в сметані	45/15	60/25	32,73	43,67	13,04	17,34	0,69	0,96	260,89	347,66
Каша вівсяна в'язка з гарбузом	140/60	180/80	2,22	2,77	2,67	3,34	10,53	13,16	73,82	92,28
Компот із сухофруктів	120	160	0,26	0,32	0	0	10,02/16,01	19,08	37,99/60,73	72,38
<b>Всього за сніданок:</b>			<b>35,21</b>	<b>46,76</b>	<b>15,71</b>	<b>20,68</b>	<b>20,82/21,42</b>	<b>33,2</b>	<b>371,71/403,71</b>	<b>512,32</b>
<b>Обід:</b>										
Пюре морквяне	30	40	1,74	1,9	0,03	0,05	12,1	16,4	21,3	35,4
Суфле м'ясне (яловичина)	45	60	17,32	23,14	34,45	45,59	2,63	3,5	165,44	190,33
Суп польовий	150	200	1,62	2,14	2,62	3,3	10,73	14,21	72,21	94,09
Бобові з цибулею (горох)	88	115	9,02	11,24	3,11	3,77	21,11	26,28	148,08	183,43
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із свіжих фруктів	120	160	0,24	0,32	0,21	6,24	5,24	16,3	27/49,74	66,32
<b>Всього за обід:</b>			<b>32,04</b>	<b>40,84</b>	<b>42,82</b>	<b>61,35</b>	<b>61,71</b>	<b>86,59</b>	<b>505,03/527,77</b>	<b>640,57</b>

**Вечеря:**

Капушта смажена в яйці	60	80	3,78	4,74	0,96	1,2	20,46	25,62	67,52	98,26
Каша Булгур	80	100	2,9	4,4	2,08	3,07	17,6	22,4	102	152
Сир твердий	10	15	2,3	3,4	2,9	4,3	0	0	36	54
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Фрукти свіжі (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,8	17,44	53,4	71,2
<b>Всього за вечерю:</b>			<b>11,98</b>	<b>15,84</b>	<b>8,4</b>	<b>11,05</b>	<b>61,76</b>	<b>75,36</b>	<b>349,92</b>	<b>446,46</b>
<b>Всього за день:</b>			<b>72,93</b>	<b>103,44</b>	<b>66,93</b>	<b>93,08</b>	<b>144,89/ 150,29</b>	<b>195,15</b>	<b>1226,66/ 1281,4</b>	<b>1599,35</b>