

**Понеділок 4 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>										
Пюре морквяне	60	80	0,85	1,16	2,37	3,33	7,91	10,78	52,94	63,12
Суфле із вареного курячого м'яса	45	60	8,83	13,87	10	15,7	6,16	8,89	110,04	150,84
Каша кукурудзяна	80	100	2,1	3,31	2,61	4,01	10,6	15,03	90,68	129,26
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
<b>Всього за сніданок:</b>			<b>16,18</b>	<b>23,84</b>	<b>20,28</b>	<b>29,74</b>	<b>34,57</b>	<b>44,6</b>	<b>367,66</b>	<b>468,22</b>

Обід:											
Ікра бурякова		30	40	0,73	0,8	0,01	0,02	6,05	7,75	7,75	12,35
Суп селянський		150	200	1,51	2,02	3,41	4,38	8,94	11,92	71,26	93,52
Шніцель рибний натуральний		45	60	9,15	12,1	1,01	1,52	21,29	25,4	83,3	101,31
Каша гречана		80	100	4,2	5,2	2,5	3,1	21,11	26,35	124,9	156,2
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
Фрукти свіжі (банан)		60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Хліб цільнозерновий		30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
<b>Всього за обід:</b>				<b>18,85</b>	<b>23,74</b>	<b>9,39</b>	<b>11,5</b>	<b>90,39/96,38</b>	<b>117,84</b>	<b>449,6/472,34</b>	<b>577,96</b>
Вечеря:											
Каша рисова з гарбузом		140	180	4,86	6,5	4,69	5,81	29,03	41,74	178,29	245,37
Сирники рожеві		100	125	17,62	22,12	11,49	15,77	15,44	17,27	230,66	293,52
Фрукти свіжі (яблуко)		60	80	0,22	0,32	0,22	0,32	5,62	8,32	24,3	36,00
Чай		120	160	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Всього за вечерю:</b>				<b>22,7</b>	<b>28,94</b>	<b>16,4</b>	<b>21,9</b>	<b>50,09</b>	<b>67,33</b>	<b>433,25</b>	<b>574,89</b>
<b>Всього за день :</b>				<b>53,73</b>	<b>76,52</b>	<b>46,07</b>	<b>63,14</b>	<b>175,05/181,0 4</b>	<b>229,77</b>	<b>1250,51/ 1273,25</b>	<b>1628,07</b>

**Вівторок 4 тиждень**

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
<b>Сніданок:</b>										
Гарбуз запечений	60	80	0,45	0,63	3,14	4,2	4,64	6,52	87,62	110,94
Каша бокревка молочна (із пшона з дозінками)	150(5)	200(10)	5,62	6,5	4,9	5,83	19,31	27,63	202,66	187,69
Фрукти свіжі (яблуко)	60	80	0,22	0,32	0,22	0,32	5,62	8,32	24,3	36,00
Компот із сушених фруктів	120	160	0,26	0,32	0	0	10,02/16,0 <sub>1</sub>	19,08	37,99/60,7 <sub>3</sub>	72,38
<b>Всього за сніданок:</b>			<b>4,92</b>	<b>6,24</b>	<b>6,56</b>	<b>8,52</b>	<b>49,4/55,4</b>	<b>76,85</b>	<b>356,85/379,59</b>	<b>499,06</b>
<b>Обід:</b>										
Котлета морквяна із сметанним соусом	30/7	40/12	2,29	3,19	6,58	8,38	13,71	19,04	90,96	121,23
Суп гречаний	150	200	2,6	3,43	3,64	4,68	14,8	21,63	96,33	119,77
Тюфтельки з курячим м'ясом	60	80	11,55	15,58	5,29	6,61	11,55	15,06	141,49	134,03
Пюре з бобових (з гороху) з вершковим маслом	80	100	9,52	10,93	1,93	2,37	21,15	24,27	151,38	155,1
Компот із свіжих фруктів	120	160	0,24	0,32	0,02	0,03	6,24	16,13	27/49	66,32
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Сир твердий	5	8	1,2	1,7	1,45	2,15	0	0	18	27
<b>Всього за обід:</b>			<b>29,5</b>	<b>37,25</b>	<b>21,31</b>	<b>26,62</b>	<b>77,35</b>	<b>106,03</b>	<b>596,16/618,16</b>	<b>694,45</b>

**Вечеря:**

Капуста білокачанна смажена в яйці	60	80	2,3	3,02	2,46	3,44	4,06	5,46	44,68	60,92
Коплєта натуральна з філе курки	45	60	10,65	14,13	3,95	5,06	4,08	5,3	99,56	126,03
Картопляне пюре	80	100	1,08	2,3	1,78	3,34	11,6	14,6	70,4	100,3
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>20,33</b>	<b>26,05</b>	<b>12,09</b>	<b>16,04</b>	<b>35,64</b>	<b>42,46</b>	<b>347,64</b>	<b>430,25</b>
<b>Всього за день:</b>			<b>54,75</b>	<b>113,03</b>	<b>39,96</b>	<b>51,18</b>	<b>162,39/168,39</b>	<b>225,34</b>	<b>1300,65/1345,39</b>	<b>1623,76</b>

## Середа 4 тиждень

Найменування продуктів	Маса нетто	Хімічний склад						Вуглеводи	Енергетична цінність	
		Білки		Жири						
		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>										
Капуста тушкована	60	80	1,08	1,6	1,9	3,8	5,5	10,7	41,6	64,5
Курка по-італійськи (підлива)	45	60	9,65	12,86	3,34	4,29	3,25	4,26	103,23	118,14
Каша ячна в'язка	80	100	2,9	4,4	2,08	3,07	17,6	22,4	132	152
Чай	120	160	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти свіжі (яблуко)	60	80	0,22	0,32	,22	,32	5,62	8,32	24,3	36
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
<b>Всього за сніданок:</b>			<b>18,25</b>	<b>24,68</b>	<b>12,84</b>	<b>18,18</b>	<b>41,87</b>	<b>55,58</b>	<b>408,13</b>	<b>427,84</b>
<b>Обід:</b>										
Ікра буряково - морквяна	30	40	0,5	0,75	1,04	1,6	3,7	4,88	25,57	33,63
Борщ український	150	200	2,4	2,8	2,5	3,14	10,03	13,13	69	89
Паличка куряча	45	60	10,64	14,12	3,91	5,0	5,63	7,38	132,7	194,35
Макарони	80	100	2,82	3,51	2,7	2,8	18,6	23,3	90	104
Компот із сухофруктів	120	160	0,26	0,32	0,0	0,0	10,02/ 16,01	19,08	37,99/ 60,73	72,38
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Фрукти свіжі (яблуко)	60	80	0,22	0,32	0,22	0,32	5,62	8,32	24,3	36,00
або (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,8	17,44	53,4	71,2

<b>Всього за обід:</b>				19,84	25,12	12,83	15,34	77,57/ 83,56	108,31	503,96/ 526,7	671,56
<b>Вечера:</b>											
Гарбуз запечений		60	80	0,45	0,63	3,14	4,2	4,64	6,52	87,62	110,94
Запіканка рисово-сирна зі сметаною		115/80/80/ 10	150/100/100/ 15	17,25	22,3	11,13	15,56	14,17	18,5	223,74	301,02
Сік фруктовий		120	180	0,1	0,2	0	0	19,1	28,6	62	92
<b>Всього за вечерю:</b>				17,35	22,5	11,13	15,56	33,27	47,1	373,36	503,96
<b>Всього за День :</b>				55,44	72,3	36,8	49,08	152,71/ 158,71	210,99	1285,45/ 1308,19	1603,36

## Четвер 4 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>										
Салат зі свіжої капуста	60	80	3	3,33	1,64	1,66	9,36	3,93	51,9	60,11
Грофтелька рибна в томатному соусі	40	60	6,07	13,1	3,01	4,5	3,3	4,64	94,25	160
Каша булгур	80	100	2,9	4,4	2,08	3,07	17,6	22,4	132	152
Какао з молоком	150	200	5	6,6	4	5,3	7,8	10,7	70	94
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
<b>Всього за сніданок :</b>			<b>19,02</b>	<b>29,6</b>	<b>13,23</b>	<b>16,93</b>	<b>47,96</b>	<b>51,57</b>	<b>419,15</b>	<b>537,11</b>
<b>Обід:</b>										
Пюре морквяне	30	40	0,4	0,5	1,15	1,8	3,9	5,2	26,39	31,6
Суп гороховий	150/20	200/20	5,78	7,0	4,24	4,85	23,58	28,12	156,04	184,27
Говчанка (картопля та бобові)	115 (50/65)	130 (50/80)	4,78	5,74	2,9	3,08	20,04	22,64	135,6	138,7
Котлета м'ясна (яловичина)	45	60	6,79	10,45	8,1	11,25	4,63	6,62	84,68	108,1
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
Компот із свіжих фруктів	120	160	0,24	0,32	0,02	0,03	6,24	16,13	27/49	66,32
<b>Всього за обід:</b>			<b>22,39</b>	<b>29,51</b>	<b>21,71</b>	<b>27,68</b>	<b>68,29</b>	<b>88,61</b>	<b>536/549</b>	<b>653,99</b>

<b>Вечера:</b>											
Ікра буякова		60	80	2,57	3,39	3,11	4,23	4,35	6,07	53,58	72,89
Каша гречана в'язка		80	100	4,2	5,2	2,5	3,1	4,1	26,35	124,9	156,2
Омлет		60	60	5,85	5,85	7,13	7,13	2,68	2,68	97,8	97,8
Молоко кип'ячене		150	200	4,2	5,4	3,75	4,5	7,05	9,5	78	104
Фрукти свіжі (яблуко)		60	80	0,22	0,32	0,22	0,32	5,62	8,32	24,3	36,00
<b>Всього за вечерю:</b>				<b>17,04</b>	<b>20,16</b>	<b>14,46</b>	<b>16,58</b>	<b>22,75</b>	<b>50,62</b>	<b>360,58</b>	<b>434,89</b>
<b>Всього за день:</b>				<b>58,45</b>	<b>79,27</b>	<b>49,4</b>	<b>61,19</b>	<b>139</b>	<b>247,23</b>	<b>1316,22</b>	<b>1625,99</b>



## П'ятниця 4 тиждень

Найменування продуктів	№ тех.карти	Маса нетто		Хімічний склад							
		Від 1-4 років	Від 4-6 (7) років	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>											
Яйце варене	65	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	62,8	62,8
Каша молочна вівсяна в'язка з гарбузом	151	126	162	4,86	6,11	4,62	5,78	17,04	25,37	127,93	190,61
Фрукти свіжі (банан)	217	60	80	1,9	2,2	1,06	1,08	18,8	27,44	93,4	101,2
Хліб цільнозерновий		30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
<b>Всього за сніданок:</b>				<b>13,94</b>	<b>15,49</b>	<b>12,68</b>	<b>13,86</b>	<b>46,02</b>	<b>63,51</b>	<b>355,13</b>	<b>425,61</b>
<b>Обід:</b>											
Салат з капусти та моркви		30	40	0,5	0,6	0,7	1,5	2,6	5,3	20,3	26,2
Борщ буряковий		150/6	200/8	2,4	2,8	2,5	14	10,03	13,13	69	89
Шніцель із яловичини	134	45	60	8,3	11,02	13,9	20,31	4,7	8,37	84	133,1
Макарони		80	100	2,82	3,51	2,7	2,8	18,6	23,3	90	104
Сік фруктовий	207	120	180	0,1	0,2	0,0	0,0	19,1	28,6	82	122
Фрукти свіжі (яблуко)	217	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>16,44</b>	<b>20,55</b>	<b>22,42</b>	<b>41,33</b>	<b>70,55</b>	<b>96,92</b>	<b>440,6</b>	<b>581,3</b>

<b>Вечеря :</b>										
Морква тушкована	60	80	0,84	1,3	2,06	3	7,38	11,1	53,32	70,2
Гуляш курячий	45	60	9,90	13,22	3,38	4,34	3,98	5,43	87,38	115,59
Пюре із бобових	80	100	9,52	10,93	1,93	2,37	21,15	24,27	151,38	155,4
Какао на молоці	150	200	5	6,6	4	5,3	7,8	10,7	70	94
<b>Всього за вечерю:</b>			<b>25,26</b>	<b>32,05</b>	<b>11,37</b>	<b>14,01</b>	<b>40,31</b>	<b>51,5</b>	<b>362,08</b>	<b>434,89</b>
<b>Всього за день :</b>			<b>55,64</b>	<b>68,09</b>	<b>46,47</b>	<b>69,2</b>	<b>156,88</b>	<b>211,93</b>	<b>1157,81</b>	<b>1441,8</b>