

Меню першого дня 1 тижня

Понеділок

Сніданок	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Каша кускус з вершковим маслом	ЗП, Л, МП	120/3	150/4	150/4,5	8.35	10.00	10.00	3.47	4.10	4.10	1.25	1.70	1.70	150.32	173.20	173.20
Курячі стіки запечені в сухарях	Я, Г, ЗП	50	70	90	16.08	17.10	19.20	12.50	14.20	18.07	15.28	20.50	26.35	161.80	178.52	229.52
Салат з свіжих овочів (з червоної капусти)		100	120	120	1.43	2.15	2.15	3.60	5.39	5.39	5.23	7.85	7.85	60.63	90.95	90.95
Йогурт промислового виробництва	МП, Л	125	125	125	2.50	2.50	2.50	6.30	6.30	6.30	15.30	15.30	15.30	163.00	163.00	163.00
Фрукти свіжі посезонно (яблуко)		100	100	100	0.40	0.40	0.40	0.04	0.04	0.04	10.00	10.00	10.00	45.00	45.00	45.00
Загальна кількість ккал на сніданок					28.76	32.15	34.25	25.91	30.03	33.9	47.06	55.35	61.20	580.75	650.67	701.67
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	21-24 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	88-103 гр. на обід	98-114 гр. на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал. на обід	720-840 ккал. на обід	810-945 ккал. на обід
Суп овочевий з сметаною та зеленим горошком	МП, Я, Г	250/5	250/5	250//5	2.63	2.63	2.63	6.67	6.67	6.67	14.82	14.82	14.82	157.89	157.89	157.89
Плов з булгура (свинина)	ЗП, Г	150	180	200	5.35	7.72	12.08	9.31	13.69	22.25	13.12	19.11	23.60	194.45	231.67	370.60
Яйце варене	Я	1 шт	1 шт	1 шт	6.30	6.30	6.30	5.70	5.70	5.70	0.34	0.34	0.34	78.50	78.50	78.50
Овочі квашені порційно (помідор/огірок)		50	60	60	0.50	0.60	0.60	0.05	0.06	0.06	1.20	1.44	1.44	7.25	8.70	8.70
Хліб цільнозерновий з твердим сиром	Г, Л, ЗП	30/15	50/15	50/15	6.5	6.95	6.95	1.7	3.7	3.7	12.3	20.5	20.5	126.4	177.5	177.5
Напій з родзинок та шипшини		200	200	200	0.70	0.70	0.70	0.00	0.00	0.00	11.42	11.42	11.42	42.40	42.40	42.40
Фрукти свіжі посезонно (банан)		100	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	0.40	0.40	10.40	10.40	10.40	96.00	96.00	96.00
Загальна кількість ккал на обід:					22.38	25.30	29.66	23.83	30.22	38.78	63.60	78.03	82.52	702.89	792.66	931.59

Меню другого дня І тижня

вівторок

Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					<i>18-21 зр. на сніданок</i>	<i>21-25 зр. на сніданок</i>	<i>23-27 зр. на сніданок</i>	<i>17-21 зр на сніданок</i>	<i>21-25 зр. на сніданок</i>	<i>23-27 зр. на сніданок</i>	<i>73-88 зр. на сніданок</i>	<i>81-98 зр. на сніданок</i>	<i>93-112 зр. на сніданок</i>	<i>525-630 ккал на сніданок</i>	<i>600-720 ккал на сніданок</i>	<i>675-810 ккал на сніданок</i>
Макарони відварні з вершковим маслом	МП, Л, Г, ЗП	120/3	150/4	150/4,5	3.60	7.04	7.04	3.90	5.80	5.80	22.30	27.55	27.55	127.70	158.03	158.03
Куряче філе відварне		50	75	100	14.30	21.90	29.20	3.05	4.70	6.20	0.00	0.00	0.00	126.20	134.80	179.80
Салат Апетитний		100	120	120	1.60	2.00	2.00	3.00	3.00	5.60	5.20	6.24	6.24	58.60	70.35	70.35
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	74.10	74.10
Какао з молоком	МП, Л	200	200	200	3.80	3.80	3.80	3.90	3.90	3.90	20.00	20.00	20.00	156.70	156.70	156.70
Фрукти свіжі посезонно (банан)		100	100	100	0.60	0.60	0.60	0.30	1.30	1.30	16.50	16.50	16.50	96.00	96.00	96.00
Загальна кількість ккал на сніданок					27.80	41.84	49.14	15.17	20.40	24.50	76.30	90.79	90.79	639.30	689.98	734.98
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					<i>21-25 зр на обід</i>	<i>25-29 зр на обід</i>	<i>27-32 зр на обід</i>	<i>21-24 зр на обід</i>	<i>25-29 зр на обід</i>	<i>27-32 зр на обід</i>	<i>88-103 зр на обід</i>	<i>98-114 зр на обід</i>	<i>112-131 ккал на обід</i>	<i>630-735 ккал. на обід</i>	<i>720-840 ккал. на обід</i>	<i>810-945 ккал. на обід</i>
Капусняк з квашеної капусти	МП, Л	250	250	250	1.68	1.68	1.68	3.45	3.45	3.45	15.81	15.81	15.81	151.90	151.90	151.90
Каша гречана розсипчаста з маслом вершковим	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	3.23	4.00	4.00	7.79	9.73	9.73	22.17	27.22	27.22	160.50	187.85	187.85
Котлета (свинина)	Г, ЗП, Я	70	100	120	8.10	8.80	10.56	5.19	6.62	8.30	11.46	11.73	14.07	84.49	112.60	135.12
Салат з вареного буряка та м'якого сиру	МП, Л	100	120	120	3.59	4.30	4.30	6.85	8.22	8.22	8.32	9.98	9.98	108.00	129.60	129.60
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	74.10	74.10
Компот з лимонів та апельсинів		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	16.00	16.00	16.00	116.70	116.70	116.70
Фрукти свіжі посезонно (яблуко)		100	100	100	0.40	0.40	0.40	0.04	0.04	0.04	10.00	10.00	10.00	45.00	45.00	45.00
Загальна кількість ккал на обід:					20.90	25.68	27.44	24.34	29.76	31.44	96.06	111.24	113.58	740.69	817.75	840.27

Меню третього дня І тижня

середа

Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 зр. на сніданок	21-25 зр. на сніданок	23-27 зр. на сніданок	17-21 зр. на сніданок	21-25 зр. на сніданок	23-27 зр. на сніданок	73-88 зр. на сніданок	81-98 зр. на сніданок	93-112 зр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Пудинг сирно-яблучний	МП, Г, ЗП, Я	125	125	125	9.70	9.70	9.70	9.15	9.15	9.15	29.60	29.60	29.60	302.00	302.00	302.00
Каша кукурудзяна з вершковим маслом	МП, Г, ЗП	120/3	150/4	150/4,5	3.60	3.72	3.72	3.90	4.87	4.87	22.30	28.70	28.70	127.70	159.03	159.03
Яйце варене	Я	1/2	1/2	1/2	3.17	3.17	3.17	2.87	2.87	2.87	0.17	0.17	0.17	39.25	39.25	39.25
Морква припущена з родзинками	МП, Л	100	120	120	2.20	2.60	2.60	1.60	1.90	1.90	16.20	19.45	19.45	70.00	84.00	84.00
Фрукти свіжі посезонно (апельсини)		100	100	100	0.90	0.90	0.90	0.20	0.20	0.20	9.50	9.50	9.50	40.00	40.00	40.00
Напій з сухофруктів		200	200	200	0.49	0.49	0.49	0.00	0.00	0.00	20.00	20.00	20.00	63.00	63.00	63.00
Загальна кількість ккал на сніданок:					20.06	20.58	20.58	17.72	18.99	18.99	97.77	107.42	107.42	641.95	687.28	687.28
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 зр на обід	25-29 зр на обід	27-32 зр на обід	21-24 зр на обід	25-29 зр на обід	27-32 зр на обід	88-103 зр на обід	98-114 зр на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал на обід	720-840 ккал на обід	810-945 ккал на обід
Суп болгарський з вареним яйцем та сметаною	МП, Л, Г, ЗП, Я	250/5	250/5	250//5	7.25	7.25	7.25	3.45	3.45	3.45	22.05	22.05	22.05	185.50	185.50	185.50
Риба смажена	Р, МП, ЗП, Я	60	90	120	16.69	18.60	25.00	5.80	6.20	7.44	5.70	9.30	11.16	138.00	207.00	248.40
Каша кускус з вершковим маслом	ЗП, Л, МП	120/3	150/4	150/4,5	8.35	10.00	10.00	3.47	4.10	4.10	1.25	1.70	1.70	150.32	173.20	173.20
Салат з свіжої капусти (пекінської) моркви та кукурудзи		100	120	120	1.84	2.61	2.61	2.63	3.32	3.32	3.43	3.63	3.63	73.60	88.30	88.30
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Сік пастеризований промислового виробництва		200	200	200	0.66	0.66	0.66	0.00	0.00	0.00	20.60	20.60	20.60	70.80	70.80	70.80
Загальна кількість ккал на обід:					38.69	45.62	52.02	16.37	18.77	20.01	65.33	77.78	79.64	692.32	848.30	889.70

Меню четвертого дня І тижня

четвер

Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					<i>18-21 гр. на сніданок</i>	<i>21-25 гр. на сніданок</i>	<i>23-27 гр. на сніданок</i>	<i>17-21 гр. на сніданок</i>	<i>21-25 гр. на сніданок</i>	<i>23-27 гр. на сніданок</i>	<i>73-88 гр. на сніданок</i>	<i>81-98 гр. на сніданок</i>	<i>93-112 гр. на сніданок</i>	<i>525-630 ккал на сніданок</i>	<i>600-720 ккал на сніданок</i>	<i>675-810 ккал на сніданок</i>
Картопляне пюре з куркумою та вершковим маслом	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	3.91	4.29	4.29	4.97	6.18	6.18	22.78	28.48	28.48	160.20	200.38	200.38
Рибні нагетси	Р, Я, ЗП	60	90	120	8.60	11.50	16.23	6.20	9.30	12.40	9.30	21.00	28.00	128.00	156.00	208.00
Салат з свіжої капусти, моркви з насінням кунжуту		100/3	120/3	120/3	2.04	2.45	2.45	4.18	5.00	5.00	8.15	9.80	9.80	75.36	90.43	90.43
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Сир твердий	МП, Л	15	15	15	1.35	1.35	1.35	2.00	2.00	2.00	0.00	0.00	0.00	27.25	27.25	27.25
Фрукти свіжі посезонно (банан)		100	100	100	0.60	0.60	0.60	0.30	0.30	0.30	16.50	16.50	16.50	96.00	96.00	96.00
Чай каркаде		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.55	0.55	0.55	1.42	1.42	1.42
Загальна кількість ккал на сніданок:					20.40	26.69	31.42	18.67	24.48	27.58	69.58	96.83	103.83	562.33	694.98	746.98
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					<i>21-25 гр на обід</i>	<i>25-29 гр на обід</i>	<i>27-32 гр на обід</i>	<i>21-24 гр на обід</i>	<i>25-29 гр на обід</i>	<i>27-32 гр на обід</i>	<i>88-103 гр на обід</i>	<i>98-114 гр на обід</i>	<i>112-131 ккал на обід</i>	<i>630-735 ккал. на обід</i>	<i>720-840 ккал. на обід</i>	<i>810-945 ккал. на обід</i>
Борщ з квасолею та сметаною	Л, МП	250/5	250/5	250/5	2.25	2.25	2.25	3.45	3.45	3.45	22.05	22.05	22.05	232.30	232.30	232.30
Макарони відварні з вершковим маслом	МП, Г, ЗП	120/3	150/4	150/4,5	3.60	3.72	3.72	3.90	4.87	4.87	22.30	28.70	28.70	127.70	159.63	159.63
Відбивна з філе курки	Я, Г	70	100	120	9.30	12.75	15.30	5.59	9.78	11.73	13.90	16.69	20.02	143.92	184.00	220.80
Ікра з моркви		55	70	70	0.60	1.27	1.27	1.30	1.65	1.65	6.40	8.14	8.14	49.62	63.15	63.15
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Компот з сухофруктів (узвар)		200	200	200	0.40	0.40	0.40	0.00	0.00	0.00	22.40	22.40	22.40	63.00	63.00	63.00
Загальна кількість ккал на обід:					20.05	26.89	29.44	15.26	21.45	23.40	99.35	118.48	121.81	690.64	825.58	862.38

Меню п'ятого дня тижня

п'ятниця

Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 зр. на сніданок	21-25 зр. на сніданок	23-27 зр. на сніданок	17-21 зр. на сніданок	21-25 зр. на сніданок	23-27 зр. на сніданок	73-88 зр. на сніданок	81-98 зр. на сніданок	93-112 зр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Плов з філе курки	ЗП	150	180	230	5.35	7.72	9.86	9.31	13.69	17.49	13.12	19.11	24.41	194.45	231.67	296.06
Салат Вітамінка		100	120	120	1.40	1.68	1.68	5.40	6.50	6.50	8.00	9.60	9.60	79.00	95.00	95.00
Яйце варене	Я	1/2	1/2	1/2	3.17	3.17	3.17	2.87	2.87	2.87	0.17	0.17	0.17	39.25	39.25	39.25
Хліб цільнозерновий з твердим сиром	Г, Л, ЗП	30/15	50/15	50/15	6.5	6.95	6.95	1.7	3.7	3.7	12.3	20.5	20.5	126.4	177.5	177.5
Фрукти свіжі в посезонно (цитрусові)		100	100	100	0.90	0.90	0.90	0.20	0.20	0.20	9.50	9.50	9.50	40.00	40.00	40.00
Сік фруктовий пастеризований		200	200	200	1.00	1.00	1.00	0.00	0.00	0.00	29.53	29.53	29.53	72.00	72.00	72.00
Загальна кількість ккал на сніданок:					18.32	21.42	23.56	19.48	26.96	30.76	72.62	88.41	93.71	551.10	655.42	719.81
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 зр. на обід	25-29 зр. на обід	27-32 зр. на обід	21-24 зр. на обід	25-29 зр. на обід	27-32 зр. на обід	88-103 зр. на обід	98-114 зр. на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал. на обід	720-840 ккал. на обід	810-945 ккал. на обід
Суп з бобовими (гороховий/ сочевиця)	МП, Л	250	250	250	1.68	1.68	1.68	3.45	3.45	3.45	15.81	15.81	15.81	201.83	201.83	201.83
Картопляне пюре з маслом вершковим	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	3.91	4.29	4.29	4.97	6.18	6.18	22.78	28.48	28.48	160.20	200.38	200.38
Шніцель/биток м'ясний (свинина)	Я, Г	70	100	120	8.10	8.80	10.56	5.19	6.92	8.30	11.46	11.73	14.07	84.49	112.60	135.12
Салат з буряком та сухариками	Г, ЗП	50	75	75	1.88	2.81	2.81	2.68	4.02	4.02	10.87	16.30	16.30	79.08	112.63	112.63
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Чай трав'яний		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.55	0.55	0.55	1.22	1.22	1.22
Фрукти свіжі посезонно (яблуко)		100	100	100	0.40	0.40	0.40	0.04	0.04	0.04	10.00	10.00	10.00	45.00	45.00	45.00
Загальна кількість ккал на обід:					19.87	24.48	26.24	17.35	22.31	23.69	83.77	103.37	105.71	645.92	797.16	819.68

Меню першого дня II тижня

понеділок																
Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Каша гречана* розсипчаста з маслом вершковим	МП	120/3	150/4	150/4,5	3.23	4.00	4.00	7.79	9.73	9.73	22.17	27.22	27.22	160.50	187.85	187.85
Філе курки запечене з паприкою		50	75	100	14.30	21.90	29.20	3.05	4.70	6.20	0.00	0.00		126.20	134.80	179.80
Салат з свіжої капусти, моркви та насіння соняшника або кунжуту)	К	100/3	120/3	120/3	2.72	3.12	3.12	3.78	4.32	4.32	4.60	5.42	5.42	64.02	78.30	78.30
Яйце варене	Я	1 шт	1 шт	1 шт	8.17	8.17	8.17	2.87	2.87	2.87	0.17	0.17	0.17	74.50	74.50	74.50
Фрукти свіжі посезонно (банан)		100	100	100	0.60	0.60	0.60	0.30	0.30	0.30	16.50	16.50	16.50	96.00	96.00	96.00
Какао з молоком	МП, Л	200	200	200	6.11	6.11	6.11	5.50	5.50	5.50	19.85	19.85	19.85	112.48	112.48	112.48
Загальна кількість ккал на сніданок:					35.13	43.90	51.20	23.29	27.42	28.92	63.29	69.16	69.16	633.70	683.93	728.93
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр на обід	25-29 гр на обід	27-32 гр на обід	21-24 гр на обід	25-29 гр на обід	27-32 гр на обід	88-103 гр на обід	98-114 гр на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал на обід	720-840 ккал на обід	810-945 ккал на обід
Суп польовий зі сметаною	ЗП, МП, Л	250/5	250/5	250/5	4.80	4.80	4.80	3.19	3.19	3.19	36.04	36.04	36.04	119.26	119.26	119.26
Макарони відварні з вершковим маслом	Л, МП, Г, ЗП	120/3	150/4	150/4,5	3.60	3.72	3.72	3.90	4.87	4.87	22.30	28.70	28.70	127.70	159.03	159.03
Мафіни з овочами та твердим сиром (свинина)	Я, ЗП, МП, Л	80/15	100/15	120/15	9.60	12.00	14.40	6.50	9.80	11.76	13.80	17.25	20.70	174.00	202.00	242.40
Салат з буряком та сухариками	МП, Г, ЗП	100	120	120	3.75	4.44	4.44	5.36	6.43	6.43	24.73	29.67	29.67	150.17	182.20	182.20
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Чай трав'яний (зелений)		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.55	0.55	0.55	1.22	1.22	1.22
Фрукти свіжі посезонно (яблуко)		100	100	100	0.40	0.40	0.40	0.04	0.04	0.04	10.00	10.00	10.00	45.00	45.00	45.00
Загальна кількість ккал на обід:					26.05	31.86	34.26	20.01	26.03	27.99	119.72	142.71	146.16	691.45	832.21	872.61

Меню другого дня II тижня

вівторок

Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					<i>18-21 гр. на сніданок</i>	<i>21-25 гр. на сніданок</i>	<i>23-27 гр. на сніданок</i>	<i>17-21 гр. на сніданок</i>	<i>21-25 гр. на сніданок</i>	<i>23-27 гр. на сніданок</i>	<i>73-88 гр. на сніданок</i>	<i>81-98 гр. на сніданок</i>	<i>93-112 гр. на сніданок</i>	<i>525-630 ккал на сніданок</i>	<i>600-720 ккал на сніданок</i>	<i>675-810 ккал на сніданок</i>
Плов овочевий	ЗП	120	150	150	3.28	4.10	4.10	10.40	13.00	13.00	16.96	21.20	21.20	136.40	170.50	170.50
Філе м'яса курки запечене з яблуком під сиром	МП, Л	55	75	90	10.70	14.30	17.39	7.60	10.20	12.24	2.40	3.20	3.84	121.00	161.30	193.56
Салат з свіжих овочів (з червоної капусти)		100	120	120	1.43	2.15	2.15	3.60	5.39	5.39	5.23	7.85	7.85	60.63	90.95	90.95
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	123.50	123.50	123.50
Сік фруктовий пастеризований		200	200	200	1.00	1.00	1.00	0.00	0.00	0.00	24.03	24.03	24.03	72.00	72.00	72.00
Фрукти свіжі в асортименті (цитрусові)		100	100	100	0.90	0.90	0.90	0.20	0.20	0.20	9.50	9.50	9.50	40.00	40.00	40.00
Загальна кількість ккал на сніданок:					21.21	28.95	32.04	22.82	30.49	32.53	70.42	86.28	86.92	553.53	658.25	690.51
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					<i>21-25 гр на обід</i>	<i>25-29 гр на обід</i>	<i>27-32 гр на обід</i>	<i>21-24 гр на обід</i>	<i>25-29 гр на обід</i>	<i>27-32 гр на обід</i>	<i>88-103 гр на обід</i>	<i>98-114 гр на обід</i>	<i>112-131 ккал на обід</i>	<i>630-735 ккал. на обід</i>	<i>720-840 ккал. на обід</i>	<i>810-945 ккал. на обід</i>
Суп з макаронними виробами	МП, Л	250	250	250	2.46	2.46	2.46	3.08	3.08	3.08	18.14	18.14	18.14	103.93	103.93	103.93
Каша кукурудзяна з вершковим маслом	МП, Г, ЗП	120/3	150/4	150/5	3.60	3.72	3.72	3.90	4.87	4.87	22.30	28.70	28.70	127.70	159.03	159.03
Кебаб з свинини та кисломолочним сиром	Я, МП, Л	50	75	100	1.55	9.50	18.55	7.66	9.58	10.17	0.38	0.38	1.01	115.80	158.20	166.10
Салат з вареного буряка та квашеного огірка		100	120	120	1.06	1.27	1.27	4.05	4.86	4.86	7.13	8.56	8.56	65.93	79.12	79.12
Хліб цільнозерновий з твердим сиром	Г, Л, ЗП	30/15	50/15	50/15	6.5	6.95	6.95	1.7	3.7	3.7	12.3	20.5	20.5	126.4	177.5	177.5
Фрукти свіжі в асортименті (банан)		100	100	100	1.30	1.30	1.30	0.10	1.10	1.10	21.80	21.80	21.80	96.00	96.00	96.00
Узвар з сухофруктів		200	200	200	0.20	0.20	0.20	0.00	0.00	0.00	15.22	15.22	15.22	63.00	63.00	63.00
Загальна кількість ккал на обід:					16.67	25.40	34.45	20.49	27.19	27.78	97.27	113.30	113.93	698.76	836.78	844.68

Меню третього дня II тижня

середа

Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Запіканка сирна зі сметаною	МП, Л, Я, Г	150	150	150	18.31	18.31	18.31	13.32	13.32	13.32	35.33	35.33	35.33	309.58	309.58	309.58
Соус шоколадний власного виробництва	МП, Г	30	30	50	0.45	0.45	1.00	3.00	3.00	3.10	1.45	1.45	3.60	30.90	30.90	46.00
Каша пшоняна (Куліш) з вершковим маслом	ЗП, МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	4.50	5.67	5.67	3.38	4.50	4.50	26.30	32.17	32.17	155.20	195.90	195.90
Напій з родзинок та шипшини		200	200	200	0.70	0.70	0.70	0.00	0.00	0.00	11.42	11.42	11.42	42.40	42.40	42.40
Фрукти свіжі в асортименті (банан)		100	100	100	1.30	1.30	1.30	0.10	1.10	1.10	21.80	21.80	21.80	96.00	96.00	96.00
Загальна кількість ккал на сніданок:					25.26	26.43	26.98	19.80	21.92	22.02	96.30	102.17	104.32	634.08	674.78	689.88
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	21-24 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	88-103 гр. на обід	98-114 гр. на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал. на обід	720-840 ккал. на обід	810-945 ккал. на обід
Розсольник з сметаною	Л, МП, Г	250/5	250/5	250/5	2.70	2.70	2.70	5.90	5.90	5.90	22.30	22.30	22.30	190.60	190.60	190.60
Картопля відварна з куркумою та маслом вершковим	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	3.21	4.01	4.01	4.47	5.58	5.58	21.88	27.35	27.35	150.32	187.90	187.90
Рибні палички в сухарях	Я, Г, ЗП, Р	60	90	100	8.07	11.30	16.15	1.50	2.02	3.08	10.40	14.50	20.70	81.30	113.80	162.56
Салат з морквою та сухариками	ЗП, Г	100/20	120/20	120/20	5.25	6.30	6.30	4.12	4.94	4.94	20.98	20.98	25.15	142.37	170.84	170.84
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Компот з свіжих фруктів або ягід		200	200	200	0.66	0.66	0.66	0.00	0.00	0.00	2.70	2.70	2.70	98.00	98.00	98.00
Загальна кількість ккал на обід:					23.79	31.47	36.32	17.01	20.14	21.20	90.56	108.33	118.70	736.69	884.64	933.40

Меню четвертого дня II тижня

четвер

Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					<i>18-21 зр. на сніданок</i>	<i>21-25 зр. на сніданок</i>	<i>23-27 зр. на сніданок</i>	<i>17-21 зр на сніданок</i>	<i>21-25 зр. на сніданок</i>	<i>23-27 зр. на сніданок</i>	<i>73-88 зр. на сніданок</i>	<i>81-98 зр. на сніданок</i>	<i>93-112 зр. на сніданок</i>	<i>525-630 ккал на сніданок</i>	<i>600-720 ккал на сніданок</i>	<i>675-810 ккал на сніданок</i>
Макарони відварні з вершковим маслом	МП, Г, ЗП	120/3	150/4	150/4,5	3.60	3.72	3.72	3.90	4.87	4.87	22.30	28.70	28.70	127.70	159.03	159.03
Котлета по-міланськи (філе курки) з твердим сиром -	МП, Я, Г, ЗП	70	90	120	9.20	16.6	22.13	5.53	10	13.33	11.80	21.3	28.4	126.80	228.2	273.84
Салат з морської капусти з селерою	С	100	120	120	3.00	3.60	3.60	4.00	4.80	4.80	4.20	5.04	5.04	65.40	78.48	78.48
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Фрукти свіжі в асортименті (цитрусові)		100	100	100	0.90	0.90	0.90	0.20	0.20	0.20	9.50	9.50	9.50	40.00	40.00	40.00
Компот з лимонів та апельсинів		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	16.00	16.00	16.00	116.70	116.70	116.70
Загальна кількість ккал на сніданок:					20.60	31.32	36.85	14.65	21.57	24.90	76.10	101.04	108.14	550.70	745.91	791.55
Обід		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					<i>21-25 зр на обід</i>	<i>25-29 зр на обід</i>	<i>27-32 зр на обід</i>	<i>21-24 зр на обід</i>	<i>25-29 зр на обід</i>	<i>27-32 зр на обід</i>	<i>88-103 зр на обід</i>	<i>98-114 зр на обід</i>	<i>112-131 ккал на обід</i>	<i>630-735 ккал. на обід</i>	<i>720-840 ккал. на обід</i>	<i>810-945 ккал. на обід</i>
Борщ український з сметаною	МП, Л	250/5	250/5	250/5	7.25	7.25	7.25	9.45	9.45	9.45	22.05	22.05	22.05	147.52	147.32	147.32
Різотто з сумішню овочів	ЗП	150	150	150	6.10	6.10	6.10	7.00	7.00	7.00	26.10	26.10	26.10	190.80	190.80	190.80
Оладки (з філе курки)	МП, Л, Г, Я	70	100	120	9.50	15.20	18.24	4.60	10.80	12.96	18.04	23.30	27.96	142.50	196.80	236.16
Салат з капусти та зеленого горошку		50/5	60/5	60/5	1.50	1.60	1.60	2.10	3.80	3.80	3.80	5.10	5.10	32.00	42.00	42.00
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Сік пастеризований промислового виробництва		200	200	200	0.66	0.66	0.66	0.00	0.00	0.00	20.60	20.60	20.60	70.80	70.80	70.80
Загальна кількість ккал на обід:					28.91	37.31	40.35	24.17	32.75	34.91	102.89	117.65	122.31	657.72	771.22	810.58

**Меню п'ятого дня II тижня
п'ятниця**

Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					<i>18-21 гр. на сніданок</i>	<i>21-25 гр. на сніданок</i>	<i>23-27 гр. на сніданок</i>	<i>17-21 гр. на сніданок</i>	<i>21-25 гр. на сніданок</i>	<i>23-27 гр. на сніданок</i>	<i>73-88 гр. на сніданок</i>	<i>81-98 гр. на сніданок</i>	<i>93-112 гр. на сніданок</i>	<i>525-630 ккал на сніданок</i>	<i>600-720 ккал на сніданок</i>	<i>675-810 ккал на сніданок</i>
Картопляне пюре з вершковим маслом	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	3.91	4.29	4.29	4.97	6.18	6.18	22.78	28.48	28.48	160.20	200.38	200.38
Котлета рибна Любительська	Я, Р, Г	60	90	120	8.60	11.30	16.50	6.20	10.98	14.93	9.30	14.50	20.72	119.70	147.63	162.56
Салат з вареного буряка та м'якого сиру	МП, Л	100	120	120	3.59	4.30	4.30	6.85	8.22	8.22	8.32	9.98	9.98	108.00	129.60	129.60
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	123.50	123.50	123.50
Чай в асортименті (трав'яний)		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	26.00	26.00	26.00	1.22	1.22	1.22
Фрукти свіжі в асортименті (банан)		100	100	100	1.30	1.30	1.30	0.10	1.10	1.10	21.80	21.80	21.80	96.00	96.00	96.00
Загальна кількість ккал на сніданок:					21.30	27.69	32.89	19.14	28.18	32.13	100.50	121.26	127.48	608.62	698.33	713.26
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					<i>21-25 гр на обід</i>	<i>25-29 гр на обід</i>	<i>27-32 гр на обід</i>	<i>21-24 гр на обід</i>	<i>25-29 гр на обід</i>	<i>27-32 гр на обід</i>	<i>88-103 гр на обід</i>	<i>98-114 гр на обід</i>	<i>112-131 ккал на обід</i>	<i>630-735 ккал. на обід</i>	<i>720-840 ккал. на обід</i>	<i>810-945 ккал. на обід</i>
Суп харчо зі сметаною та часником	МП, ЗП, Л	250/5	250/5	250/5	3.18	3.18	3.18	3.45	3.45	3.45	17.92	17.92	17.92	127.60	127.60	127.60
Каша ячмінна з вершковим маслом	МП, Л, Г, ЗП	120/3/	150/4	150/4,5	3.57	5.08	5.08	4.11	4.43	4.43	23.77	36.07	36.07	132.90	172.45	172.45
Курка по-італійськи		60	85	100	12.10	17.20	20.23	2.50	3.50	4.14	1.10	1.50	1.77	74.40	105.40	123.99
Яйце варене	Я	1 шт	1 шт	1 шт	3.15	3.15	3.15	2.25	2.25	2.25	0.34	0.34	0.34	78.50	78.50	78.50
Салат з свіжих овочів (з червоної капусти)		100	120	120	1.43	2.15	2.15	3.60	5.39	5.39	5.23	7.85	7.85	60.63	90.95	90.95
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Компот з сухофруктів (узвар)		200	200	200	0.40	0.40	0.40	0.00	0.00	0.00	22.40	22.40	22.40	63.00	63.00	63.00
Фрукти свіжі в асортименті (цитрусові)		100	100	100	0.90	0.90	0.90	0.20	0.20	0.20	9.50	9.50	9.50	40.00	40.00	40.00
Загальна кількість ккал на обід:					28.63	38.56	41.59	17.13	20.92	21.56	92.56	116.08	116.35	651.13	801.40	819.99

Меню першого дня III тижня																
Сніданок	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Каша гречана розсипчаста з маслом вершковим	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	3.23	4.00	4.00	7.79	9.73	9.73	22.17	27.22	27.22	160.50	187.85	187.85
Котлета по-міланськи (філе курки) з твердим сиром -	МП, Я, Г, ЗП	70	90	120	9.20	16.6	22.13	5.53	10	13.33	11.80	21.3	28.4	126.80	228.2	273.84
Салат з свіжої капусти (пекінської) моркви та кукурудзи		100	120	120	1.84	2.61	2.61	2.63	3.32	3.32	3.43	3.63	3.63	73.60	88.30	88.30
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Сік фруктовий пастеризований		200	200	200	1.00	1.00	1.00	0.00	0.00	0.00	29.53	29.53	29.53	72.00	72.00	72.00
Фрукти свіжі сезонно (яблуко)		100	100	100	0.40	0.40	0.40	0.04	0.04	0.04	10.00	10.00	10.00	45.00	45.00	45.00
Загальна кількість ккал на сніданок					19.57	31.11	36.64	17.01	24.79	28.12	89.23	112.18	119.28	552.00	744.85	790.49
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	21-24 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	88-103 гр. на обід	98-114 гр. на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал. на обід	720-840 ккал. на обід	810-945 ккал. на обід
Суп болгарський з вареним яйцем та сметаною	Л, Г, ЗП, Я	250/5	250/5	250/5	3.74	3.74	3.74	4.10	4.10	4.10	15.81	15.81	15.81	181.50	181.50	181.50
Плов овочевий	ЗП	120	150	150	3.28	4.10	4.10	10.40	13.00	13.00	16.96	21.20	21.20	136.40	170.50	170.50
Шніцель/биток м'ясний (свинина)	Я, Г	70	100	120	8.10	8.80	10.56	5.19	6.92	8.30	11.46	11.73	14.07	84.49	112.60	135.12
Соус Кетчуп (власного виробництва)		15	25	25	0.20	0.30	0.30	0.00	0.00	0.00	1.80	3.00	3.00	7.90	13.20	13.20
Салат Вітамінка		50	60	60	1.40	1.68	1.68	5.40	6.50	6.50	8.00	9.60	9.60	79.00	95.00	95.00
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Чай в асортименті (трав'яний)		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	26.00	26.00	26.00	1.22	1.22	1.22
Фрукти свіжі в асортименті (банан)		100	100	100	1.30	1.30	1.30	0.10	1.10	1.10	21.80	21.80	21.80	96.00	96.00	96.00
Загальна кількість ккал на обід:					21.92	26.42	28.18	26.21	33.32	34.70	114.13	129.64	131.98	660.61	793.52	816.04

Меню другого дня III тижня																
вівторок																
Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Каша кускус з вершковим маслом	ЗП, Л, МП	120/3	150/4	150/4,5	8.35	8.35	8.35	3.47	4.10	4.10	1.25	1.70	1.70	150.32	173.20	173.20
Філе м'яса курки запечене з яблуком під сиром	МП, Л	55	75	90	10.70	14.30	17.39	7.60	10.20	12.24	2.40	3.20	3.84	121.00	161.30	193.56
Салат з вареного буряка та квашеного огірка		100	120	120	1.06	1.27	1.27	4.05	4.86	4.86	7.13	8.56	8.56	65.93	79.12	79.12
Яйце варене	Я	1 шт	1 шт	1 шт	8.17	8.17	8.17	6.30	6.30	6.30	0.34	0.34	0.34	78.50	78.50	78.50
Какао з молоком	МП, Л	200	200	200	3.80	3.80	3.80	3.90	3.90	3.90	20.00	20.00	20.00	156.70	156.70	156.70
Фрукти свіжі в асортименті (цитрусові)		100	100	100	0.90	0.90	0.90	0.20	0.20	0.20	9.50	9.50	9.50	40.00	40.00	40.00
Загальна кількість ккал на сніданок					32.98	36.79	39.88	25.52	29.56	31.60	40.62	43.30	43.94	612.45	688.82	721.08
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	21-24 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	88-103 гр. на обід	98-114 гр. на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал. на обід	720-840 ккал. на обід	810-945 ккал. на обід
Борщ український з сметаною	МП, Л	250/5	250/5	250/5	7.25	7.25	7.25	3.45	3.45	3.45	22.05	22.05	22.05	147.52	147.52	147.52
Макарони відварні з вершковим маслом	МП, Г, ЗП	120/3	150/4	150/4,5	3.60	3.72	3.72	3.90	4.87	4.87	22.30	28.70	28.70	127.70	159.03	159.03
Відбивна з філе курки	Я, Г	70	100	120	9.30	12.75	15.30	5.59	9.78	11.73	13.90	16.69	20.02	143.92	184.00	220.80
Ікра з моркви		55	70	70	0.60	1.27	1.27	1.30	1.65	1.65	6.40	8.14	8.14	49.62	63.15	63.15
Хліб цільнозерновий з твердим сиром	Г, Л, ЗП	30/15	50/15	50/15	6.5	6.95	6.95	1.7	3.7	3.7	12.3	20.5	20.5	126.4	177.5	177.5
Напій з родзинок та шипшини		200	200	200	0.70	0.70	0.70	0.00	0.00	0.00	11.42	11.42	11.42	42.40	42.40	42.40
Загальна кількість ккал на обід:					27.95	32.64	35.19	15.94	23.45	25.40	88.37	107.50	110.83	637.56	773.60	810.40

Меню третього дня III тижня																
середа																
Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Запіканка з кисломолочного сиру з родзинками та горіхом (Чизкейк)	Я, Г, ЗП, МП, Л, ГХ	130	130	130	19.40	19.40	19.40	12.70	12.70	12.70	12.40	12.40	12.40	242.70	242.70	242.70
Соус Каркаде		30	30	30	0.90	0.90	0.90	0.00	0.00	0.00	2.30	2.30	2.30	16.90	16.93	16.93
Каша кукурудзяна з вершковим маслом	МП, Г, ЗП	120/3	150/4	150/4,5	3.60	3.72	3.72	3.90	4.87	4.87	22.30	28.70	28.70	127.70	159.03	159.03
Салат з моркви та яблук		100	120	120	1.40	1.68	1.68	5.40	6.48	6.48	8.00	9.60	9.60	74.25	90.00	90.00
Печиво промислового виробництва	Г, ЗП	10	20	20	1.04	2.07	2.07	1.10	2.20	2.20	9.85	18.90	18.90	52.03	104.50	104.50
Напій з сухофруктів		200	200	200	0.20	0.20	0.20	0.00	0.00	0.00	15.22	15.22	15.22	63.00	63.00	63.00
Фрукти свіжі позимово (банан)		100	100	100	0.60	0.60	0.60	0.30	0.30	0.30	16.50	16.50	16.50	96.00	96.00	96.00
Загальна кількість ккал на сніданок					27.14	28.57	28.57	23.4	26.55	26.55	86.57	103.62	103.62	672.58	772.16	772.16
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр на обід	25-29 гр на обід	27- 32 гр на обід	21-24 гр на обід	25-29гр наобід	27- 32 гр на обід	88-103 гр на обід	98-114 гр на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал. на обід	720-840 ккал. на обід	810-945 ккал. на обід
Суп гороховий з грінками	МП, Л, Г, ЗП	250/10	250/10	250/10	1.68	1.68	1.68	3.45	3.45	3.45	15.85	15.85	15.85	201.83	201.83	201.83
Риба смажена	Р, МП, ЗП, Я	60	90	120	16.69	18.60	25.00	5.80	6.20	7.44	5.70	9.30	11.16	138.00	207.00	248.40
Картопля відварна з маслом вершковим	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	3.21	4.01	4.01	4.47	5.58	5.58	21.88	27.35	27.35	150.32	187.90	187.90
Салат з квашеної (позимово) капусти з насінням соняшника (гарбуза)		100/3	120/3	120/3	0.72	0.86	0.86	2.00	2.40	2.40	2.86	3.43	3.43	57.65	69.18	69.18
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Сік пастеризований промислового виробництва		200	200	200	0.66	0.66	0.66	0.00	0.00	0.00	20.60	20.60	20.60	70.80	70.80	70.80
Свіжі фрукти (цитрусові)		100	100	100	0.3	0.30	0.30	0.20	0.20	0.20	7.90	7.90	7.90	32.00	32.00	32.00
Загальна кількість ккал на обід:					27.16	32.61	39.01	16.94	19.53	20.77	87.09	104.93	106.79	724.70	892.21	933.61

Меню четвертого дня III тижня																
четвер																
Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Печеня по-домашньому (куряче філе)		180	250	300	17.50	24.30	29.10	7.10	9.90	11.80	22.00	30.60	36.70	228.65	317.50	381.00
Салат Апетитний		100	120	120	1.60	2.00	2.00	3.00	3.00	5.60	5.20	6.24	6.24	58.60	70.35	70.35
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Йогурт промислового виробництва	МП, Л	125	125	125	2.50	2.50	2.50	6.30	6.30	6.30	15.30	15.30	15.30	163.00	163.00	163.00
Свіжі фрукти (яблуко)		100	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	0.40	0.40	10.40	10.40	10.40	45.00	45.00	45.00
Загальна кількість ккал на сніданок					25.90	35.70	40.50	17.82	21.30	25.80	65.20	83.04	89.14	569.35	719.35	782.85
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	21-24 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	88-103 гр. на обід	98-114 гр. на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал. на обід	720-840 ккал. на обід	810-945 ккал. на обід
Суп овочевий з сметаною та зеленим горошком	МП, Я, Г	250/5	250/5	250/5	2.63	2.63	2.63	6.67	6.67	6.67	14.82	14.82	14.82	157.89	157.89	157.89
Каша Артек з маслом вершковим	МП, Г, ЗП	120/3	150/4	150/4,5	1.60	3.17	3.17	2.20	4.83	4.83	23.80	37.40	37.40	157.00	177.15	177.15
Шніцель/биток м'ясний (свинина)	Я, Г	70	100	120	8.10	8.80	10.56	5.19	6.92	8.30	11.46	11.73	14.07	84.49	112.60	135.12
Салат з буряком та сухариками	МП, Г, ЗП	100	120	120	3.75	4.44	4.44	5.36	6.43	6.43	24.73	29.67	29.67	150.17	182.20	182.20
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Фрукти свіжі в асортименті (цитрусові)		100	100	100	0.90	0.90	0.90	0.20	0.20	0.20	9.50	9.50	9.50	40.00	40.00	40.00
Напій з шипшини		200	200	200	0.49	0.49	0.49	0.00	0.00	0.00	20.00	20.00	20.00	63.00	63.00	63.00
Загальна кількість ккал на обід:					21.37	26.93	28.69	20.64	26.75	28.13	116.61	143.62	145.96	726.65	856.34	878.86

Меню п'ятого дня III тижня																
п'ятниця																
Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Каша гречана розсипчаста з маслом вершковим	МП, Л	120/3	150/4,0	150/4,5	3.23	4.00	4.00	7.79	9.73	9.73	22.17	27.22	27.22	160.50	187.85	187.85
Рибні палички в сухарях	Я, Г, ЗП, Р	60	90	100	8.07	11.30	16.15	1.50	2.02	3.08	10.40	14.50	20.70	81.30	113.80	162.56
Овочі тушковані		100	120	120	1.92	2.30	2.30	4.56	5.47	5.47	19.56	23.47	23.47	95.05	114.06	114.06
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Компот з лимонів та апельсинів		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	26.00	26.00	26.00	104.20	104.20	104.20
Фрукти свіжі (банан) посезонно		100	100	100	0.60	0.60	0.60	0.30	0.30	0.30	16.50	16.50	16.50	96.00	96.00	96.00
Загальна кількість ккал на сніданок					17.72	24.70	29.55	15.17	19.22	20.28	106.93	128.19	134.39	611.15	739.41	788.17
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр на обід	25-29 гр на обід	27-32 гр на обід	21-24 гр на обід	25-29 гр на обід	27-32 гр на обід	88-103 гр на обід	98-114 гр на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал на обід	720-840 ккал на обід	810-945 ккал на обід
Бурячник зі сметаною	МП, Л	250/5	250/5	250/5	4.80	4.80	4.80	8.50	8.50	8.50	34.40	34.40	34.40	120.83	120.83	120.83
Макарони відварні з вершковим маслом та твердим сиром	МП, Г, ЗП	120/3/15	150/4/15	150/4,5/15	3.72	6.32	6.32	4.69	6.52	6.52	22.30	27.65	27.65	259.63	308.30	308.30
Кебаб з свинини та кисломолочним сиром	Я, МП	50	75	100	1.55	9.50	18.55	7.66	9.58	10.17	0.38	0.38	1.01	115.80	158.20	166.10
Салат з капусти та зеленого горошку		50/5	60/5	60/5	1.50	1.60	1.60	2.10	3.80	3.80	3.80	5.10	5.10	32.00	42.00	42.00
Яйце варене	Я	1 шт	1 шт	1 шт	6.30	6.30	6.30	5.70	5.70	5.70	0.34	0.34	0.34	78.50	78.50	78.50
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Чай каркаде		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.55	0.55	0.55	1.42	1.42	1.42
Загальна кількість ккал на обід:					21.77	35.02	44.07	29.67	35.80	36.39	74.07	88.92	89.55	682.28	832.75	840.65

Меню першого дня IV тижня																
понеділок																
Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Каша ячмінна з вершковим маслом	МП, Л, Г, ЗП	120/3/	150/4	150/4,5	3.57	5.08	5.08	4.11	4.43	4.43	23.77	36.07	36.07	132.90	172.45	172.45
Курячі стіки запечені в сухарях	Я, Г, ЗП	50	70	90	16.08	17.10	19.20	12.50	14.20	18.07	15.28	20.50	26.35	161.80	178.52	229.52
Салат з свіжої капусти (пекінської) моркви та кукурудзи		100	120	120	1.84	2.61	2.61	2.63	3.32	3.32	3.43	3.63	3.63	73.60	88.30	88.30
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Фрукти свіжі (банан) посезонно		100	100	100	0.60	0.60	0.60	0.30	0.30	0.30	16.50	16.50	16.50	96.00	96.00	96.00
Чай в асортименті (трав'яний)		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.55	0.55	0.55	1.43	1.43	1.43
Загальна кількість ккал на сніданок					25.99	31.89	33.99	20.56	23.95	27.82	71.83	97.75	103.60	539.83	660.20	711.20
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр на обід	25-29 гр на обід	27- 32 гр на обід	21-24 гр на обід	25-29гр наобід	27- 32 гр на обід	88-103 гр на обід	98-114 гр на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал. на обід	720-840 ккал. на обід	810-945 ккал. на обід
Розсольник з сметаною	МП, Г, ЗП	250/5	250/5	250/5	2.70	2.70	2.70	5.90	5.90	5.90	22.30	22.30	22.30	190.60	190.60	190.60
Каша гречана розсипчаста з маслом вершковим	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	3.23	4.00	4.00	7.79	9.73	9.73	22.17	27.22	27.22	160.50	187.85	187.85
Котлета (свинина)	Г, ЗП, Я	70	100	120	8.10	8.80	10.56	5.19	6.62	8.30	11.46	11.73	14.07	84.49	112.60	135.12
Яйце варене	Я	1 шт	1 шт	1 шт	6.30	6.30	6.30	5.70	5.70	5.70	0.34	0.34	0.34	78.50	78.50	78.50
Салат з капусти та зеленого горошку		50/5	60/5	60/5	1.50	1.60	1.60	2.10	3.80	3.80	3.80	5.10	5.10	32.00	42.00	42.00
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Сік пастеризований промислового виробництва		200	200	200	0.66	0.66	0.66	0.00	0.00	0.00	20.60	20.60	20.60	70.80	70.80	70.80
Загальна кількість ккал на обід:					26.39	30.56	32.32	27.70	33.45	35.13	92.97	107.79	110.13	690.99	805.85	828.37

Меню другого дня IV тижня																
вівторок																
Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Каша булгур з маслом вершковим	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	5.90	7.45	7.45	2.77	2.88	2.88	27.78	34.60	34.60	190.66	231.70	231.70
Котлета по-міланськи (філе курки) з твердим сиром	МП, Я, Г, ЗП	70	90	120	9.20	16.6	22.13	5.53	10	13.33	11.80	21.3	28.4	126.80	228.2	273.84
Салат Апетитний		100	120	120	1.60	2.00	2.00	3.00	3.00	5.60	5.20	6.24	6.24	58.60	70.35	70.35
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	2.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Напій з сухофруктів		200	200	200	0.20	0.20	0.20	-	-	-	15.22	15.22	15.22	63.00	63.00	63.00
Фрукти свіжі в асортименті (яблуко)		100	100	100	0.09	0.09	0.09	0.20	1.20	2.20	9.50	9.50	9.50	40.00	40.00	40.00
Загальна кількість ккал на сніданок					20.89	32.84	38.37	12.52	18.78	26.71	81.80	107.36	114.46	553.16	756.75	802.39
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр на обід	25-29 гр на обід	27-32 гр на обід	21-24 гр на обід	25-29 гр на обід	27-32 гр на обід	88-103 гр на обід	98-114 гр на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал на обід	720-840 ккал на обід	810-945 ккал на обід
Капусняк з квашеною капустою зі сметаною	МП, Л	250/5	250/5	250/5	1.68	1.68	1.68	3.45	3.45	3.45	15.81	15.81	15.81	209.00	209.00	209.00
Каша кускус з вершковим маслом	ЗП, Л, МП	120/3	150/4	150/4,5	8.35	10.00	10.00	3.47	4.10	4.10	1.25	1.70	1.70	150.32	173.20	173.20
Відбивна з філе курки	Я, Г	70	100	120	9.30	12.75	15.30	5.59	9.78	11.73	13.90	16.69	20.02	143.92	184.00	220.80
Салат з свіжої капусти, моркви з насінням кунжуту		100/3	120/3	120/3	2.04	2.45	2.45	4.18	5.00	5.00	8.15	9.80	9.80	75.36	90.43	90.43
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Чай трав'яний з лимоном		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.55	0.55	0.55	1.22	1.22	1.22
Загальна кількість ккал на обід:					25.27	33.38	35.93	17.71	24.03	25.98	51.96	65.05	68.38	653.92	781.35	818.15

Меню третього дня ІV тижня																
серета																
Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Запіканка сирна "Зебра" какао 2,5	МП, Л, Я, ЗП	150	150	150	21.70	21.70	21.70	19.41	19.41	19.41	19.97	19.97	19.97	276.07	276.07	276.07
Грецький горіх (підсушений)	ГХ	25	25	25	2.08	2.08	2.08	8.70	8.70	8.70	1.50	1.50	1.50	9.97	9.97	9.97
Каша пшосяна (Куліш)	ЗП, МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	4.50	5.67	5.67	3.38	4.50	4.50	26.30	32.17	32.17	155.20	195.90	195.90
Печиво промислового виробництва	Г, ЗП	20	20	20	2.07	2.07	2.07	2.20	2.20	2.20	18.90	18.90	18.90	104.50	104.50	104.50
Компот з свіжих фруктів або ягід		200	200	200	0.66	0.66	0.66	0.00	0.00	0.00	2.70	2.70	2.70	98.00	98.00	98.00
Фрукти свіжі посезонно (банан)		100	100	100	0.60	0.60	0.60	0.30	0.30	0.30	16.50	16.50	16.50	96.00	96.00	96.00
Загальна кількість ккал на сніданок					31.01	32.18	32.18	33.69	34.81	34.81	69.37	75.24	75.24	643.74	684.44	684.44
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	21-24 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27-32 гр. на обід	88-103 гр. на обід	98-114 гр. на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал. на обід	720-840 ккал. на обід	810-945 ккал. на обід
Суп харчо зі сметаною та часником	МП, ЗП, Л	250/5	250/5	250/5	3.18	3.18	3.18	3.45	3.45	3.45	17.92	17.92	17.92	127.60	127.60	127.60
Картопляне пюре з маслом вершковим	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	3.91	4.29	4.29	4.97	6.18	6.18	22.78	28.48	28.48	160.20	200.38	200.38
Рибні нагетси	Я, Р, ЗП	60	90	120	8.60	11.50	16.23	6.20	9.30	12.40	9.30	21.00	28.00	128.00	156.00	208.00
Салат з вареного буряка та м'якого сиру	МП, Л	100	120	120	3.59	4.30	4.30	6.85	8.22	8.22	8.32	9.98	9.98	108.00	129.60	129.60
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Напій з шипшини		200	200	200	0.49	0.49	0.49	0.00	0.00	0.00	20.00	20.00	20.00	63.00	63.00	63.00
Загальна кількість ккал на обід:					23.67	30.26	34.99	22.49	28.85	31.95	90.62	117.88	124.88	660.90	800.08	852.08

Меню четвертого дня IV тижня																
четвер																
Сніданок	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал			
	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	
				18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок	
Каша гречана розсипчаста з маслом вершковим	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	3.23	4.00	4.00	7.79	9.73	9.73	22.17	27.22	27.22	160.50	187.85	187.85
Курка по-італійськи		60	85	100	12.10	17.20	20.23	2.50	3.50	4.14	1.10	1.50	1.77	74.40	105.40	123.99
Салат з свіжої капусти (пекінської) моркви та кукурудзи		100	120	120	1.84	2.61	2.61	2.63	3.32	3.32	3.43	3.63	3.63	73.60	88.30	88.30
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Йогурт промислового виробництва	МП, Л	125	125	125	2.50	2.50	2.50	6.30	6.30	6.30	15.30	15.30	15.30	163.00	163.00	163.00
Фрукти свіжі в асортименті (цитрусові)		100	100	100	0.90	0.90	0.90	0.20	0.20	0.20	9.50	9.50	9.50	40.00	40.00	40.00
Загальна кількість ккал на сніданок					24.47	33.71	36.74	20.44	24.75	25.39	63.80	77.65	77.92	585.60	708.05	726.64
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11	Діти від 11-14	Діти від 14-18	Діти від 6-11	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14	Діти від 14-18	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр на обід	25-29 гр на обід	27-32 гр на обід	21-24 гр на обід	25-29 гр на обід	27-32 гр на обід	88-103 гр на обід	98-114 гр на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал на обід	720-840 ккал на обід	810-945 ккал на обід
Суп болгарський з вареним яйцем та сметаною	МП, Л, Г, ЗП, Я	250/5	250/5	250//5	7.25	7.25	7.25	3.45	3.45	3.45	22.05	22.05	22.05	185.50	185.50	185.50
Макарони відварні з вершковим маслом	МП, Г, ЗП	120/3	150/4	150/4,5	3.60	3.72	3.72	3.90	4.87	4.87	22.30	28.70	28.70	127.70	159.63	159.63
Бефстроганов (свинина)	Г	100	120	140	7.89	9.47	11.05	8.49	10.18	11.88	11.44	13.68	15.96	108.00	162.00	189.20
Овочі квашені (свіжі) порційно (помідор/огірок)		50	60	60	0.50	0.60	0.60	0.05	0.06	0.06	1.20	1.44	1.44	7.25	8.70	8.70
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Сир твердий	МП, Л	15	15	15	1.35	1.35	1.35	2.00	2.00	2.00	0.00	0.00	0.00	27.25	27.25	27.25
Фрукти свіжі (банан) посезонно		100	100	100	0.60	0.60	0.60	0.30	0.30	0.30	16.50	16.50	16.50	96.00	96.00	96.00
Компот з лимонів та апельсинів		200	200	200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.40	0.40	16.00	16.00	16.00	116.70	116.70	116.70
Загальна кількість ккал на обід:					25.09	29.49	31.07	19.21	22.96	24.66	101.79	118.87	121.15	742.50	879.28	906.48

Меню п'ятого дня ІV тижня																
п'ятниця																
Сніданок		Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					18-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	17-21 гр. на сніданок	21-25 гр. на сніданок	23-27 гр. на сніданок	73-88 гр. на сніданок	81-98 гр. на сніданок	93-112 гр. на сніданок	525-630 ккал на сніданок	600-720 ккал на сніданок	675-810 ккал на сніданок
Картопля відварна з куркумою та вершковим маслом	МП, Л	120/3	150/4	150/4,5	3.21	4.01	4.01	4.47	5.58	5.58	21.88	27.35	27.35	150.32	187.90	187.90
Котлета рибна Любительська	Я, Р, Г	60	90	120	8.60	11.30	16.50	6.20	10.98	14.93	9.30	14.50	20.72	119.70	147.63	162.56
Капуста тушкована		100	120	120	1.85	1.85	1.85	3.55	3.55	3.55	9.75	9.75	9.75	74.09	74.09	74.09
Яйце варене	Я	1 шт	1 шт	1 шт	8.17	8.17	8.17	6.30	6.30	6.30	0.34	0.34	0.34	78.50	78.50	78.50
Сир м'який (Аدیгейський, бринза)	МП, Л	50	50	50	9.50	9.50	9.50	8.08	8.08	8.08	0.75	0.75	0.75	114.13	114.13	114.13
Фрукти свіжі в асортименті (яблуко)		100	100	100	0.40	0.40	0.40	0.04	0.04	0.04	10.00	10.00	10.00	45.00	45.00	45.00
Сік фруктовий пастеризований		200	200	200	1.00	1.00	1.00	0.00	0.00	0.00	20.00	20.00	20.00	72.00	72.00	72.00
Загальна кількість ккал на сніданок					32.73	36.23	41.43	28.64	34.53	38.48	72.02	82.69	88.91	653.74	719.25	734.18
Обід	Вміст алергенів	Вихід страв, г			Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
		Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років	Діти від 6-11 років	Діти від 11-14 років	Діти від 14-18 років
					21-25 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27- 32 гр. на обід	21-24 гр. на обід	25-29 гр. на обід	27- 32 гр. на обід	88-103 гр. на обід	98-114 гр. на обід	112-131 ккал на обід	630-735 ккал. на обід	720-840 ккал. на обід	810-945 ккал. на обід
Борщ з квасолею та сметаною	Л, МП	250/5	250/5	250/5	2.25	2.25	2.25	3.45	3.45	3.45	22.05	22.05	22.05	232.30	232.30	232.30
Каша ячмінна з вершковим маслом	МП, Л, Г, ЗП	120/3/	150/4	150/4,5	3.57	5.08	5.08	4.11	4.43	4.43	23.77	36.07	36.07	132.90	172.45	172.45
Філе куряче відварне		50	75	100	14.30	21.90	29.20	3.05	4.70	6.20	0.00	0.00	0.00	126.20	134.80	179.80
Салат з морської капусти з селерою	С	50	60	60	1.60	1.60	1.60	2.00	2.40	2.40	2.10	2.26	2.26	32.70	39.24	39.25
Хліб цільнозерновий	Г, ЗП	30	50	50	3.90	6.50	6.50	1.02	1.70	1.70	12.30	20.50	20.50	74.10	123.50	123.50
Свіжі фрукти (яблуко)		100	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	0.40	0.40	10.40	10.40	10.40	45.00	45.00	45.00
Напій з сухофруктів		200	200	200	0.40	0.40	0.40	0.00	0.00	0.00	22.40	22.40	22.40	63.00	63.00	63.00
Загальна кількість ккал на обід:					26.42	38.13	45.43	14.03	17.08	18.58	93.02	113.68	113.68	706.20	810.29	855.30

ІНФОРМАЦІЯ

*про вміст речовин на готові страви/вироби, які призводять до алергічних реакцій
або непереносимості*

Г	глютен або його сліди
Л	лактоза
ЗП	злакові продукти
РП	ракоподібні продукти
Я	яйця
Р	риба
А	арахіс
СБ	соеві боби
МП	молочні продукти
ГХ	горіхи
С	селера
ГЦ	гірчиця
К	кунжут
ЛП	люпін
М	молюски