

ПОНЕДІЛОК 1 ТИЖДЕНЬ

| Алергени | Найменування страви | Вихід страви 1-4 роки | Білки | Жири | Вугле-води | Енерг. цінність ккал | Вихід страви 4-6(7)р. | Білки | Жири | Вугле-води | Енерг. цінність ккал |
|----------|---|--------------------------|-------|-------|------------|----------------------|--------------------------|-------|-------|------------|----------------------|
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП, Л | Суп молочний пшоняний | 150 | 4.8 | 5.1 | 35.1 | 176 | 200 | 4.8 | 5.1 | 35.1 | 206 |
| Я | Яйце варене | 50 | 5 | 4.6 | 0.28 | 62.8 | 50 | 5 | 4.6 | 0.28 | 62.8 |
| | Салат морквяний з сухофруктами | 60/10 | 0.59 | 2.55 | 3.78 | 37.78 | 80/15 | 0.62 | 2.73 | 4.02 | 40.22 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| | Всього за сніданок | | | | | 333.48 | | | | | 369.22 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| Г | Суп картопляний з макаронними виробами | 200 | 1.72 | 1.34 | 13.08 | 99.6 | 250 | 2.29 | 1.79 | 17.45 | 129.8 |
| | Гречаники курячі | 80/45 | 14.23 | 5.67 | 0.3 | 189.69 | 100/60 | 18.99 | 7.54 | 0.42 | 213.9 |
| | Свіжі овочі (помідор, огірок або перець) | 60 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 60.92 | 80 | 0.7 | 2.1 | 2.6 | 73 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот із с/м ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 59.69 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 75.99 |
| | Всього за обід | | | | | 492.7 | | | | | 575.49 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Л | Какао на молоці | 150 | 2.82 | 2.5 | 4.73 | 99.8 | 180 | 3.38 | 3 | 5.68 | 112.3 |
| Ф | Фрукти (виноград, никтарін) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.08 | 68.9 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 98.66 |
| | Всього за полуденок | | | | | 168.7 | | | | | 210.96 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Домашня печеня з курячим м'ясом | 80/45 | 10.03 | 12.04 | 14.4 | 178.5 | 100/60 | 16.52 | 19.47 | 22.69 | 289.6 |
| | Салат «Вітамінний» (капуста, зел. цибуля, олія) | 60/4 | 0.59 | 2.09 | 3.73 | 68.3 | 80/4,5 | 0.71 | 2.12 | 4.54 | 79.6 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 33.875 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 46.43 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| Ф | Фрукти(банан або полуниця) | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 58.9 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 71.6 |
| | Всього завечерю | | | | | 422.375 | | | | | 570.03 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 38.31 | 31.28 | 107.36 | 1417.255 | | 51.09 | 39.72 | 131.58 | 1725.7 |

| Алергени | ВІВТОРОК 1 ТИЖДЕНЬ | | | | | | | | | | |
|----------|-----------------------------------|-----------------------|-------|-------|-----------|----------------------|-----------------------|-------|--------|-----------|----------------------|
| | Найменування страви | Вихід страви 1-4 роки | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал | Вихід страви 4-6(7)р. | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Сирне суфле із родзинками | 100 | 18.23 | 13.14 | 17.42 | 258.09 | 125 | 22.71 | 16.87 | 22.87 | 330.01 |
| | Морква припущена олією | 60/4 | 0.59 | 2.55 | 3.78 | 37.78 | 80/4,5 | 0.62 | 2.73 | 4.02 | 40.22 |
| Ф | Фрукти (яблуко або слива) | 60 | 0.66 | 0.05 | 14.9 | 63.9 | 80 | 0.83 | 0.063 | 18.71 | 81.3 |
| | Всього за сніданок | | | | | 359.77 | | | | | 451.53 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| Р | Суп рибний | 200 | 2.51 | 3.02 | 10.65 | 76.83 | 250 | 3.05 | 4.21 | 14.22 | 104.49 |
| Р | Котлета рибна | 40 | 8.36 | 14.49 | 8.58 | 198.68 | | 11.09 | 19.15 | 11.17 | 262.02 |
| | Каша вівсяна в'язка | 80 | 2.22 | 2.67 | 10.53 | 73.82 | 100 | 2.77 | 3.34 | 13.16 | 92.28 |
| | Салат із молодого капусти з олією | 60/4 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 46.14 | 80/4,5 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 60.92 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот і с/м ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 33.835 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 46.43 |
| | Всього за обід | | | | | 512.105 | | | | | 648.94 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Йогурт 2,5% | 100 | 2.7 | 2.25 | 3.15 | 61.56 | 125 | 3.75 | 3.13 | 4.38 | 91.3 |
| Ф | Фрукти (персик або черешня) | 60 | 0.49 | 0.11 | 5.13 | 21.6 | 80 | 0.72 | 0.16 | 7.6 | 32 |
| | Всього за полуденок | | | | | 83.16 | | | | | 123.3 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Мітболи з курки | 45 | 5.73 | 2.1 | 2.33 | 123.5 | 60 | 8.6 | 3.2 | 3.5 | 151.3 |
| | Картопляне пюре | 80 | 2.46 | 1.8 | 21.38 | 112.64 | 100 | 3.09 | 2.26 | 26.82 | 141.22 |
| | Капуста цвітна відварна | 60 | 0.67 | 1.53 | 7.94 | 45.85 | 80 | 0.9 | 2.04 | 10.88 | 62.31 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 33.875 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 46.43 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Всього за вечерю | | | | | 398.665 | | | | | 484.06 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 52.26 | 50.05 | 156.16 | 1353.7 | | 66.02 | 64.493 | 195.68 | 1584.53 |

| Алергени | СЕРЕДА 1 ТИЖДЕНЬ | | | | | | | | | | |
|----------|---|----------|--------|-------|---------|---------|-----------|-------|-------|--------|---------|
| | Найменування страви | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. |
| | | страви | | | | | страви | | | | |
| 1-4 роки | 4-6(7)р. | ккал | ккал | | | | | | | | |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Молочна ячнева каша | 150 | 2.65 | 3.02 | 14.95 | 99.36 | 200 | 2.85 | 3.32 | 16.45 | 108.37 |
| Я | Омлет | 50 | 7.07 | 8.97 | 0.92 | 113 | 50 | 7.07 | 8.97 | 0.92 | 113 |
| | Огірок, помідор | 60 | 0.59 | 2.55 | 3.78 | 37.78 | 80 | 0.79 | 2.88 | 4.08 | 42.78 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 59.6 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 75.9 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| Ф | Фрукти (банан) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.08 | 58.6 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 78.9 |
| | Всього за сніданок | | | | | 451.14 | | | | | 501.75 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Суп гороховий | 200 | 5.78 | 4.24 | 23.58 | 156.04 | 250 | 7 | 4.85 | 28.12 | 184.27 |
| | Кнелі курячі з рисом у томатному соусі | 45/80/10 | 10.35 | 4.67 | 6.01 | 189.1 | 60/100/20 | 14.06 | 6.81 | 9.15 | 211.3 |
| | Салат овочевий (редис, зел.цибуля, огірок, олія) | 60/4 | 2.98 | 0.05 | 24.21 | 59.1 | 80/4,5 | 3.83 | 0.06 | 30.95 | 78.6 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Всього за обід | | | | | 487.04 | | | | | 556.97 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| ЗП | Рогалик з повидлом | 40 | 2,1 | 3,3 | 17,4 | 108 | 40 | 2,8 | 4,4 | 23,2 | 144 |
| | Сік | 120 | 0.44 | - | 11.33 | 46.2 | 150 | 0.72 | - | 18.54 | 75.6 |
| | Всього за полуденок | | | | | 46.2 | | | | | 75.6 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Овочеve рагу з курятиною | 80/45 | 10.32 | 8.48 | 14.08 | 220.8 | 100/60 | 12.9 | 10.6 | 17.6 | 276 |
| | Салат з пекінської капусти | 60 | 2.96 | 0.05 | 20.92 | 41.34 | 80 | 3.8 | 0.07 | 26.44 | 50.9 |
| МП | Ряжанка 2,5% | 100 | 2.7 | 2.25 | 3.15 | 61.56 | 125 | 3.75 | 3.13 | 4.38 | 91.3 |
| Ф | Фрукти (ніктарін) | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 54.6 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 78.6 |
| | Всього за вечерю | | | | | 378.3 | | | | | 496.8 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 53.685 | 37.88 | 179.325 | 1362.68 | | 65.05 | 44.39 | 222.74 | 1631.12 |

| ЧЕТВЕР 1 ТИЖДЕНЬ | | | | | | | | | | | |
|------------------------|--|----------|--------|-------|---------|----------|----------|-------|-------|--------|---------|
| Алергени | Найменування страви | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. |
| | | страви | | | | | страви | | | | |
| | | 1-4 роки | | | | | 4-6(7)р. | | | | |
| <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | | |
| МП | Сирники з повидлом | 100/15 | 12.39 | 10.16 | 13.1 | 193.96 | 125/20 | 17.1 | 13.65 | 18.04 | 264.33 |
| | Салат з моркви та яблука з олією | 60/4 | 0.59 | 2.55 | 3.78 | 37.78 | 80/4,5 | 0.79 | 2.88 | 4.08 | 42.78 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| Ф | Фрукти по сезону (яблуко) | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 59.36 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 69.38 |
| Всього за сніданок | | | | | | 348 | | | | | 436.69 |
| <i>Обід</i> | | | | | | | | | | | |
| | Суп круп'яний | 200 | 1.66 | 2.54 | 11.01 | 109.26 | 250 | 2.22 | 3.48 | 14.62 | 128.13 |
| | Плов рисовий зі свининою | 80/45 | 12.28 | 14.01 | 20.19 | 198.6 | 100/60 | 19.68 | 22.79 | 24.8 | 213.6 |
| | Салат з пекінки (капуста пекінка, зел. цибуля, огірок, олія) | 60/4 | 0.59 | 2.09 | 3.73 | 56.91 | 80/4,5 | 0.71 | 2.12 | 4.54 | 69.99 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот із с/м ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 33.835 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 46.43 |
| Всього за обід | | | | | | 481.405 | | | | | 540.95 |
| <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | | |
| Ф | Фрукти (черешня) | 60 | 0.49 | 0.11 | 5.13 | 59.6 | 80 | 0.72 | 0.16 | 7.6 | 78.9 |
| МП | Какао на молоці | 150 | 2.82 | 2.5 | 4.73 | 99.8 | 180 | 3.38 | 3 | 5.68 | 112.3 |
| Всього за полуденок | | | | | | | | | | | |
| <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | | |
| | Картопляне пюре з в/м | 80 | 2.01 | 2.12 | 14.53 | 84.5 | 100 | 2.51 | 2.65 | 18.16 | 105.63 |
| | Оладки курячі | 45 | 11.36 | 5.08 | 5.26 | 114.06 | 60 | 15.07 | 6.38 | 6.86 | 147.69 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Овочева суміш тушкована (капуста цвітна, морква, цибуля) | 60 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 46.14 | 80 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 60.92 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| Всього за вечерю | | | | | | 384.4 | | | | | 457.24 |
| <i>Всього за день:</i> | | | 52.725 | 47.74 | 167.755 | 1213.805 | | 71.19 | 64.77 | 207.24 | 1434.88 |

| Алергени | П'ЯТНИЦЯ 1 ТИЖДЕНЬ | | | | | | | | | | |
|----------|---------------------------------------|-----------------------|--------|-------|------------|----------------------|-----------------------|-------|-------|------------|----------------------|
| | Найменування страви | Вихід страви 1-4 роки | Білки | Жири | Вугле-води | Енерг. цінність ккал | Вихід страви 4-6(7)р. | Білки | Жири | Вугле-води | Енерг. цінність ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Молочна греченна каша | 150 | 4.94 | 3.82 | 21.66 | 142.89 | 200 | 6.38 | 5 | 27.25 | 182.16 |
| МП | Сир твердий | 10 | | | | | 15 | | | | |
| | Салат марквяний з родзинками та олією | 60/10/4 | 0.81 | 0.78 | 7.91 | 65.8 | 80/15/4,5 | 1.18 | 1.17 | 11.38 | 83.6 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 112.3 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 125.6 |
| | Чай трав'яний | 150 | - | - | - | - | 180 | - | - | - | - |
| | Всього за сніданок | | | | | 320.99 | | | | | 391.36 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Борщ буряковий з сметаною | 200/15 | 1.38 | 2.02 | 9.98 | 112.9 | 250/25 | 1.82 | 2.75 | 13.27 | 139.8 |
| ЗП | Пампушка з часником | 40 | 3,16 | 3,76 | 12,48 | 124.32 | 60 | 4,74 | 5,64 | 18,72 | 149.3 |
| | М'ясний шніцель свинина | 45 | 8.36 | 14.49 | 8.58 | 167.6 | 60 | 11.09 | 19.15 | 11.17 | 212.9 |
| | Каша ячна в'язка | 80 | 2.22 | 2.67 | 10.53 | 73.82 | 100 | 2.77 | 3.34 | 13.16 | 92.28 |
| | Салат з капусти з укропом та олією | 60/4 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 46.14 | 80/4,5 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 60.92 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 33.835 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 46.43 |
| | Всього за обід | | | | | 558.615 | | | | | 701.63 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Ф | Фрукти (виноград або груша) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.08 | 53.4 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 71.2 |
| | Всього за полуденок | | | | | 53.4 | | | | | 71.2 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| Р | Рибна котлета | 40 | 9.75 | 1.21 | 23.29 | 85.35 | 60 | 14.14 | 1.82 | 30.42 | 121.31 |
| ЗП | Макарони відварні | 80 | 4.22 | 2.55 | 21.11 | 81.11 | 100 | 5.27 | 3.19 | 26.38 | 99.97 |
| | Овочева нарізка (огірок, помідор) | 60 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 61.3 | 80 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 85.9 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Кисіль | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 79.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 91.9 |
| Ф | Фрукти (персик) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.08 | 53.4 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 71.2 |
| | Всього за вечерю | | | | | 443.86 | | | | | 553.08 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 33.115 | 30.79 | 150.805 | 1376.865 | | 43.31 | 40.14 | 191.46 | 1717.27 |

ПОНЕДІЛОК 2 ТИЖДЕНЬ

| Алергени | Найменування страви | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. |
|----------|---|----------|--------|--------|---------|---------|----------|--------|--------|---------|---------|
| | | страви | | | | | страви | | | | |
| | | 1-4 роки | | | | ккал | 4-6(7)р. | | | | ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Молочний суп манний | 150 | 4.8 | 5.1 | 35.1 | 154.3 | 200 | 4.8 | 5.1 | 35.1 | 198.3 |
| Я | Яйце варене | 50 | 5 | 4.6 | 0.28 | 62.8 | 50 | 5 | 4.6 | 0.28 | 62.8 |
| | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Помідор свіжий | 60 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 41.1 | 80 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 68.3 |
| МП | Сир твердий | 10 | 1.61 | 2.03 | - | 32.74 | 15 | 2.07 | 2.61 | - | 43.21 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| | Всього за сніданок | | | | | 430.64 | | | | | 515.61 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Суп із цвітною капустою | 200 | 1.461 | 3.098 | 7.041 | 89.99 | 250 | 1.938 | 3.941 | 9.434 | 109.99 |
| ЗП | Каша пшенична в'язка | 80 | 2.46 | 1.8 | 21.38 | 112.64 | 100 | 3.09 | 2.26 | 26.82 | 141.22 |
| | Гуляш курячий | 45 | 9.9 | 3.38 | 3.98 | 96.3 | 60 | 13.22 | 4.34 | 5.43 | 121.9 |
| | Овочі запечені (кабачок) | 60 | 0.67 | 1.53 | 7.94 | 54.2 | 80 | 0.9 | 2.04 | 10.88 | 78.23 |
| | Компот із с/м ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 59.69 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 73.69 |
| | Всього за обід | | | | | 353.13 | | | | | 451.34 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| | Сік | 150 | 0.44 | - | 11.33 | 46.2 | 180 | 0.72 | - | 18.54 | 75.6 |
| Ф | Фрукти (слива) | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 62.3 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 98.9 |
| | Всього за полуденок | | | | | 108.5 | | | | | 174.5 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Плов рисовий зі свининою | 80/45 | 12.28 | 14.01 | 20.19 | 209.3 | 100/60 | 19.68 | 22.79 | 22.8 | 256.3 |
| | Салат «Вітамінний» (капуста, зел. цибуля, олія) | 60/4 | 0.59 | 2.09 | 3.73 | 56.31 | 80/4,5 | 0.71 | 2.12 | 4.54 | 76.81 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 59.9 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 79.9 |
| Ф | Фрукти (банан) | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 59.6 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 81.6 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Всього за вечерю | | | | | 467.91 | | | | | 577.41 |
| | Всього за день: | | 39.766 | 40.768 | 158.686 | 1360.18 | | 52.968 | 53.211 | 190.254 | 1718.86 |

ВІВТОРОК 2 ТИЖДЕНЬ

| Алергени | Найменування страви | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. |
|----------|---|----------|--------|-------|--------|----------|----------|-------|-------|---------|----------|
| | | страви | | | води | цінність | страви | | | води | цінність |
| | | 1-4 роки | | | | ккал | 4-6(7)р. | | | | ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Ліниві вареники з ягідним кюлі | 100/15 | 10.06 | 5.2 | 27 | 175.4 | 125/25 | 13.46 | 6.56 | 35.17 | 252.23 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| | Морква свіжа | 60 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 60.75 | 80 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 78.36 |
| Ф | Фрукти(полуниця) | 60 | 0.49 | 0.11 | 5.13 | 58.91 | 80 | 0.72 | 0.16 | 7.6 | 75.69 |
| | Всього за сніданок | | | | | 351.96 | | | | | 466.48 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Суп із сочевиці | 200 | 4.88 | 4.9 | 13.61 | 125.39 | 250 | 6.67 | 7.18 | 18.32 | 160.85 |
| | Перець фарширований (свинина) | 80/45 | 12.85 | 3.38 | 24.76 | 121.36 | 100/60 | 16.92 | 4.47 | 31.39 | 148.36 |
| | Салат з редису та огірка з олією | 60/4 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 60.23 | 80/4,5 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 81.23 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот із с/м ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 59.69 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 73.69 |
| | Всього за обід | | | | | 449.47 | | | | | 546.93 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Мп | Какао | 150 | 5.595 | 4.35 | 13.26 | 108 | 180 | 6.714 | 5.22 | 15.912 | 126 |
| Ф | Фрукти (черешня) | 60 | 0.49 | 0.11 | 5.13 | 56.99 | 80 | 0.72 | 0.16 | 7.6 | 73.69 |
| | Всього за полуденок | | | | | 164.99 | | | | | 199.69 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Картопляне пюре | 80 | 2.01 | 2.12 | 14.53 | 84.5 | 100 | 2.51 | 2.65 | 17.16 | 105.63 |
| | Оладки курячі | 45 | 11.36 | 5.08 | 5.26 | 114.06 | 60 | 15.07 | 6.25 | 6.86 | 147.69 |
| | Овочева суміш тушкована на олії (перець, морква, цибуля, кабачок) | 60/4 | 0.67 | 1.53 | 7.94 | 60.23 | 80/4,5 | 0.9 | 2.04 | 10.88 | 81.23 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Сік | 150 | 5.01 | 4.25 | 8.055 | 89.2 | 180 | 6.02 | 5.55 | 9.666 | 98.69 |
| | Всього за вечеря | | | | | 430.79 | | | | | 516.04 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 59.885 | 39.08 | 181.47 | 1397.21 | | 77 | 49.67 | 227.826 | 1729.14 |

| Алергени | СЕРЕДА 2 ТИЖДЕНЬ | | | | | | | | | | |
|----------|---|-----------------------|--------|-------|-----------|----------------------|-----------------------|-------|------|-----------|----------------------|
| | Найменування страви | Вихід страви 1-4 роки | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал | Вихід страви 4-6(7)р. | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| Я | Яйце варене | 50 | 5 | 4.6 | 0.28 | 62.8 | 50 | 5 | 4.6 | 0.28 | 62.8 |
| ЗП | Макарони відварні | 80 | 10.34 | 3.2 | 24.4 | 167.2 | 100 | 12.93 | 3.88 | 30.51 | 207.87 |
| | Овочева нарізка (огірок або помідор) | 60 | | | | | 80 | | | | |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| | Всього за сніданок | | | | | 369.7 | | | | | 413.67 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| Р | Суп рибний | 200 | 1.51 | 3.41 | 8.94 | 101.9 | 250 | 2.02 | 4.38 | 11.92 | 119.9 |
| Р | Котлета рибна | 40 | 10.11 | 3.35 | 5.17 | 91.79 | 60 | 13.5 | 4.3 | 7.11 | 121.9 |
| | Рис відварний | 80 | 2.44 | 1.71 | 15.12 | 86.92 | 100 | 3.05 | 2.14 | 18.9 | 108.65 |
| | Салат овочевий (редис, зел.цибуля, огірок, олія) | 60 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 60.92 | 80 | 0.72 | 2 | 3.47 | 75.3 |
| | Компот із ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 49.99 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 59.99 |
| Ф | Фрукти по сезону | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 59.6 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 73.99 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Всього за обід | | | | | 533.92 | | | | | 642.53 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Ф | Фрукти(груша) | 60 | 0.49 | 0.11 | 5.13 | 56.9 | 80 | 0.72 | 0.16 | 7.6 | 69.9 |
| Мп | Йогурт 2,5% | 100 | 2.7 | 2.25 | 3.15 | 55.2 | 125 | 3.75 | 3.13 | 4.38 | 91.3 |
| | Всього за полуденок | | | | | 112.1 | | | | | 161.2 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Тефтелька куряча в сметанно-томатному соусі | 45/15 | 8.66 | 6.23 | 9.47 | 182.1 | 60/25 | 13.05 | 8.85 | 14.55 | 215.9 |
| | Каша ячна в'язка | 80 | 2.22 | 2.67 | 10.53 | 81.3 | 100 | 2.77 | 3.34 | 13.16 | 99.9 |
| | Салат з огірка та помідора з олією | 60/4 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 60.92 | 80/4,5 | 0.72 | 2 | 3.47 | 75.3 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| | Всього за вечеря | | | | | 381.22 | | | | | 451.3 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 52.515 | 39.05 | 167.7 | 1396.94 | | 67.27 | 44.6 | 213.31 | 1668.7 |

| Алергени | ЧЕТВЕР 2 ТИЖДЕНЬ | | | | | | | | | | |
|----------|--------------------------------------|-----------------------|--------|-------|-----------|----------------------|-----------------------|-------|-------|-----------|----------------------|
| | Найменування страви | Вихід страви 1-4 роки | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал | Вихід страви 4-6(7)р. | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Львівський сирник | 100 | 18.23 | 13.14 | 17.42 | 219.3 | 125 | 22.71 | 16.87 | 22.87 | 285.3 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| | Салат морквяний з курагою з олією | 60/4 | 0.59 | 2.55 | 3.78 | 37.78 | 80/4,5 | 0.62 | 2.73 | 4.02 | 40.22 |
| Ф | Фрукти по сезону(банан) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.08 | 53.4 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 71.2 |
| | Всього засніднок | | | | | 367.38 | | | | | 456.92 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Борщ український з квасолею | 200 | 2.13 | 2.51 | 10.03 | 68.75 | 250 | 2.75 | 3.14 | 13.13 | 88.75 |
| | Пампушка з часником | 40 | 3,16 | 3,76 | 12,48 | 124.32 | 60 | 4,74 | 5,64 | 18,72 | 149.3 |
| | Ліниві голубці з м'ясом (яловичина) | 80/45 | 10.35 | 4.01 | 22.37 | 168.48 | 100/60 | 12.95 | 5.25 | 28.16 | 213.53 |
| | Овочева нарізка (перець або помідор) | 60 | 0.59 | 2.09 | 3.73 | 59.99 | 80 | 0.71 | 2.12 | 4.54 | 79.91 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 33.835 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 46.43 |
| | Всього за обід | | | | | 538.175 | | | | | 660.72 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Ряжанка 2,5% | 100 | 2.7 | 2.25 | 3.15 | 55.2 | 125 | 3.75 | 3.13 | 4.38 | 91.3 |
| Ф | Яблуко запечене | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 45.96 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 69.9 |
| | Всього за полудено | | | | | 101.16 | | | | | 161.2 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Картопля тушкована з курячим м'ясом | 80/45 | 10.03 | 12.04 | 14.4 | 185.9 | 100/60 | 16.52 | 19.47 | 22.69 | 223.1 |
| | Свіжі овочі (огірок) | 60 | 6.08 | 3.07 | 15.16 | 56.3 | 80 | 6.08 | 3.07 | 15.16 | 81.3 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 87.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 101.3 |
| | Всього за вечеря | | | | | 412.9 | | | | | 488.5 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 60.025 | 49.36 | 156.105 | 1419.615 | | 76.66 | 64.11 | 195.08 | 1767.34 |

| Алергени | П'ЯТНИЦЯ 2 ТИЖДЕНЬ | | | | | | | | | | |
|----------|----------------------------------|-----------------------|---------------|--------------|---------------|----------------------|-----------------------|--------------|--------------|----------------|----------------------|
| | Найменування страви | Вихід страви 1-4 роки | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал | Вихід страви 4-6(7)р. | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| Мп | Каша молочна рисова | 150 | 1.55 | 1.6 | 12.36 | 103.9 | 200 | 1.99 | 2.01 | 15.53 | 121.3 |
| | Салат з моркви та яблука з олією | 60/4 | 0.59 | 2.55 | 3.78 | 61.26 | 80/4,5 | 0.62 | 2.73 | 4.02 | 96.3 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 65.1 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 81.69 |
| Мп | Сир твердий | 10 | 1.61 | 2.03 | - | 32.74 | 15 | 2.07 | 2.61 | - | 43.21 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Всього за сніданок | | | | | 345.8 | | | | | 425.3 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Суп гороховий | 200 | 1.32 | 2.99 | 7.71 | 109.85 | 250 | 1.74 | 3.74 | 10.27 | 121.3 |
| | Котлета куряча | 45 | 9.65 | 3.34 | 3.25 | 121.03 | 60 | 12.86 | 4.29 | 4.26 | 167.3 |
| | Каша ячнева | 80 | 2.37 | 3.56 | 31.49 | 98.1 | 100 | 3.86 | 4.89 | 38.82 | 111.36 |
| | Овочі запечені(кабачок) | 60 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 56.3 | 80 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 78.6 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот із с/м ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 59.6 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 71.3 |
| | Всього за обід | | | | | 527.68 | | | | | 632.66 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Ф | Фрукти (виноград) | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 61.98 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 85.61 |
| ЗП | Булка здобна з повидлом | 30/20 | 3,16 | 3,76 | 12,48 | 124.32 | 40/20 | 4,74 | 5,64 | 18,72 | 149.3 |
| | Всього за полуденок | | | | | 186.3 | | | | | 234.91 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| Р | Рибний мідбол | 40 | 6.84 | 3.27 | 0.91 | 109.36 | 60 | 14.24 | 5.09 | 1.14 | 149.6 |
| | Каша вівсяна в'язка | 80 | 2.22 | 2.67 | 10.53 | 98.6 | 100 | 2.77 | 3.34 | 13.16 | 11.02 |
| | Салат з капусти з укропом | 60 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 56.3 | 80 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 78.6 |
| Ф | Фрукти (яблуко) | 60 | 0.49 | 0.11 | 5.13 | 59.63 | 80 | 0.72 | 0.16 | 7.6 | 75.3 |
| | Всього за вечеря | | | | | 434.78 | | | | | 445.41 |
| | Всього за день: | | 36.625 | 36.06 | 131.75 | 1494.56 | | 52.08 | 45.94 | 162.976 | 1738.28 |

ВІВТОРОК 3 ТИЖДЕНЬ

| Алергени | Найменування страви | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. |
|----------|---|----------|--------|-------|---------|---------|----------|-------|-------|--------|--------|
| | | страви | | | | | страви | | | | |
| | | 1-4 роки | | | | ккал | 4-6(7)р. | | | | ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| Мп | Пудинг сирно-манний з ягідним кюлі | 100/25 | 16.04 | 12 | 20.62 | 255.72 | 125/25 | 20.43 | 15 | 25.97 | 322.01 |
| | Морквяно яблучний салат з олією | 60/4 | 0.81 | 0.78 | 7.91 | 45.21 | 80/4.5 | 1.18 | 1.17 | 11.38 | 59.69 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0,41 | - | 19,25 | 89.2 | 180 | 0,51 | - | 24,14 | 107.04 |
| Ф | Фрукти(банан) | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 27 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 36 |
| | Всього за снідонок | | | | | 417.13 | | | | | 524.74 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| Р | Суп рибний | 200 | 3,875 | 6,665 | 15,035 | 120.2 | 250 | 5,175 | 8,815 | 19,885 | 140.01 |
| Р | Рибний рулет з яйцем | 40/10 | 9.2 | 4.63 | 4.47 | 110.21 | 60/15 | 13.52 | 6.24 | 6.74 | 137.3 |
| | Картопляне пюре | 80 | 2.22 | 2.67 | 10.53 | 79.23 | 100 | 2.77 | 3.34 | 13.16 | 96.81 |
| | Салат з капусти та зеленого горошку з олією | 60/4 | 2.96 | 0.05 | 20.92 | 55.98 | 80/4.5 | 3.8 | 0.07 | 26.44 | 63.58 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3,27 | 1,65 | 14,13 | 82.8 | 30 | 3,27 | 1,65 | 14,13 | 82.8 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 68.9 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 89.6 |
| | Всього за обід | | | | | 517.32 | | | | | 610.1 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Ф | Фрукти (ніктарін) | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 27 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 36 |
| МП | Йогурт 2,5% | 100 | 2.7 | 2.25 | 3.15 | 55.2 | 125 | 3.75 | 3.13 | 4.38 | 91.3 |
| | Всього за полуденок | | | | | 82.2 | | | | | 127.3 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Кабачок фарширований з курячого м'яса з рисом | 45/80 | 10.72 | 4.79 | 10.87 | 132.32 | 60/100 | 14.3 | 6.23 | 14.49 | 175.32 |
| | Свіжі овочі (огірок) | 60 | 0.81 | 0.78 | 7.91 | 63.6 | 80 | 1.18 | 1.17 | 11.38 | 89.3 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0,41 | - | 19,25 | 89.2 | 180 | 0,51 | - | 24,14 | 107.04 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Всього за вечерю | | | | | 367.92 | | | | | 454.46 |
| | Всього за день: | | 49.375 | 30.08 | 121.805 | 1384.57 | | 65.06 | 38.64 | 156.8 | 1716.6 |

| Алергени | СЕРЕДА 3 ТИЖДЕНЬ | | | | | | | | | | |
|----------|---|-----------------------|-------|-------|------------|----------------------|-----------------------|-------|-------|------------|----------------------|
| | Найменування страви | Вихід страви 1-4 роки | Білки | Жири | Вугле-води | Енерг. цінність ккал | Вихід страви 4-6(7)р. | Білки | Жири | Вугле-води | Енерг. цінність ккал |
| | | | | | | | | | | | |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Макарони відварні з твердим сиром | 80/10 | 4.94 | 3.82 | 21.66 | 142.89 | 100/15 | 6.38 | 5 | 27.25 | 182.16 |
| Я | Яйце варене | 50 | 5.08 | 4.6 | 0.28 | 62.8 | 50 | 5.08 | 4.6 | 0.28 | 62.8 |
| | Овочева суміш тушкована на олії (перець, морква, цибуля, кабачок) | 60 | 0.45 | 3.14 | 4.64 | 53.6 | 80 | 0.63 | 4.2 | 6.52 | 69.3 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 33.875 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 46.43 |
| | Всього за снідонок | | | | | 293.165 | | | | | 360.69 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Суп польовий | 200 | 1.51 | 3.41 | 8.94 | 71.26 | 250 | 2.02 | 4.38 | 11.92 | 93.52 |
| | Нагетси курячі | 45 | 11.96 | 4.16 | 12.1 | 136.47 | 60 | 15.99 | 5.36 | 16.5 | 181.95 |
| | Каша булгур | 80 | 2.44 | 1.71 | 15.12 | 86.92 | 100 | 3.05 | 2.14 | 18.9 | 108.65 |
| | Салат "Вітамін" з олією(пекінська капуста, зел. цибуля, огірок) | 60/4 | 0.67 | 1.53 | 7.94 | 45.85 | 80/4,5 | 0.9 | 2.04 | 10.88 | 62.31 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Сік | 120 | 0.44 | - | 11.33 | 46.2 | 180 | 0.72 | - | 18.54 | 75.6 |
| | Всього за обід | | | | | 469.5 | | | | | 604.83 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Ряжанка 2,5% | 100 | 2.7 | 2.25 | 3.15 | 55.2 | 125 | 3.75 | 3.13 | 4.38 | 91.3 |
| Ф | Фрукти (череш) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.8 | 54.4 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 71.2 |
| | Всього за полуденок | | | | | 109.6 | | | | | 162.5 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Овочева рагу з яловичини | 60/45 | 10.32 | 8.48 | 14.08 | 220.8 | 80/60 | 12.9 | 10.6 | 17.6 | 276 |
| | Овочева нарізка (помідор) | 60 | 3.8 | 1.64 | 11.36 | 71.99 | 80 | 4.33 | 1.66 | 12.93 | 80.11 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 33.875 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 46.43 |
| Ф | Фрукти (груша) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.8 | 54.4 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 71.2 |
| Г, МП | Хліб цільнозерновий з тертим твердим сиром | 30//10 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 112.83 | 30//15 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 125.32 |
| | Всього за вечерю | | | | | 493.895 | | | | | 599.06 |
| | Всього за день: | | 52.98 | 38.16 | 184.09 | 1366.16 | | 65.13 | 46.57 | 233.02 | 1727.08 |

ЧЕТВЕР 3 ТИЖДЕНЬ

| Алергени | Найменування страви | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. |
|----------|-----------------------------------|----------|--------|-------|--------|----------|----------|-------|-------|---------|----------|
| | | страви | | | води | цінність | страви | | | води | цінність |
| | | 1-4 роки | | | | ккал | 4-6(7)р. | | | | ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Сирники з сметанковим соусом | 100/15 | 12.39 | 10.16 | 13.1 | 193.96 | 125/25 | 17.1 | 13.65 | 18.04 | 264.33 |
| | Салат морквяний з курагою з олією | 60/4 | 0.6 | 2.56 | 3.24 | 79.6 | 80/4,5 | 0.8 | 3.08 | 4.32 | 98.98 |
| Ф | Фрукти (виноград) | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 49.12 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 53.21 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0,41 | - | 19,25 | 56,9 | 180 | 0,51 | - | 24,14 | 68.89 |
| | Всього за снідонок | | | | | 322.68 | | | | | 485.41 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Суп мінестроне | 200 | 1.79 | 2.83 | 12.36 | 121.1 | 250 | 2.37 | 3.44 | 16.36 | 149.3 |
| | Куряча тюфтеля | 45 | 11.84 | 5.35 | 5.32 | 118.63 | 60 | 15.69 | 6.74 | 6.96 | 153.69 |
| | Каша пшенична з в/м | 80 | 2.97 | 1.83 | 20 | 108.8 | 100 | 3.57 | 2.27 | 24.07 | 131.55 |
| | Салат з редису та огірків з олією | 60/4 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 55.98 | 80/4,5 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 60.92 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот із с/м ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 49.98 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 59.12 |
| | Всього за обід | | | | | 537.29 | | | | | 637.38 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Ф | Фрукти (полуниця) | 60 | 0.49 | 0.11 | 5.13 | 55.61 | 80 | 0.72 | 0.16 | 7.6 | 60.1 |
| | Всього за полуденок | | | | | 55.61 | | | | | 60.1 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Каша кус-кус | 80 | 2.46 | 1.8 | 21.38 | 112.64 | 100 | 3.09 | 2.26 | 26.82 | 141.22 |
| | Січеники зі свинини | 45 | 9.65 | 3.34 | 3.25 | 83.23 | 60 | 12.86 | 4.29 | 4.26 | 109.14 |
| | Салат з молодой капусти з олією | 60/4 | 0.59 | 2.55 | 3.78 | 48.12 | 80/4,5 | 0.79 | 2.88 | 4.08 | 51.75 |
| | Чай з лимоном | 150 | 5.01 | 4.25 | 8.055 | 89.2 | 180 | 6.02 | 5.55 | 9.666 | 107.04 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Всього за снідонок | | | | | 415.99 | | | | | 491.95 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 55.505 | 41.36 | 143.41 | 1331.57 | | 71 | 51.98 | 176.756 | 1674.84 |

| Алергени | П'ЯТНИЦЯ 3 ТИЖДЕНЬ | | | | | | | | | | |
|----------|---|-----------------------|--------|-------|------------|----------------------|-----------------------|-------|-------|------------|----------------------|
| | Найменування страви | Вихід страви 1-4 роки | Білки | Жири | Вугле-води | Енерг. цінність ккал | Вихід страви 4-6(7)р. | Білки | Жири | Вугле-води | Енерг. цінність ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Каша малочна рисова | 150 | 4.86 | 4.69 | 31.52 | 187.76 | 200 | 6.5 | 5.81 | 41.74 | 245.37 |
| | Салат з моркви припущеної з олією | 60/4 | 0.81 | 0.78 | 7.91 | 37.81 | 80/4,5 | 1.18 | 1.17 | 11.38 | 54.81 |
| Я | Омлет | 50 | 7.07 | 8.97 | 0.92 | 113 | 50 | 7.07 | 8.97 | 0.92 | 113 |
| | Чай з лимоном | 150 | 2.82 | 2.5 | 4.73 | 52 | 180 | 3.38 | 3 | 5.68 | 62.4 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| Ф | Фрукти (персик) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.08 | 65.98 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 98.13 |
| | Всього за снідонок | | | | | 473.37 | | | | | 558.38 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Борщ із картоплею та сметаною | 200/15 | 1.26 | 2.59 | 10.19 | 98.36 | 250/25 | 1.87 | 4.97 | 13.93 | 104.61 |
| ЗП | Пампушка з часником | 30 | 3,16 | 3,76 | 12,48 | 124.32 | 40 | 4,74 | 5,64 | 18,72 | 149.3 |
| | Зрази картопляні з м'ясом (курки) | 80/45 | 10.6 | 5.05 | 18.77 | 163.68 | 100/60 | 13.1 | 5.99 | 23.28 | 232 |
| | Овочева суміш тушкована на олії (перець, морква, цибуля, кабачок) | 60 | 3.51 | 0.87 | 9.67 | 57.71 | 80 | 4.08 | 0.89 | 11.26 | 66.11 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 33.875 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 46.43 |
| | Всього за обід | | | | | 560.745 | | | | | 681.25 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Ф | Фрукти (банан) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.08 | 65.98 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 98.13 |
| | Всього за полуденок | | | | | 65.98 | | | | | 98.13 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| Р | Рибне суфле | 40 | 6.84 | 3.27 | 0.91 | 91.21 | 60 | 14.24 | 5.09 | 1.14 | 128.9 |
| ЗП | Макарони відварні | 80 | 2.76 | 1.77 | 19.94 | 107.62 | 100 | 3.46 | 2.22 | 25.01 | 134.93 |
| | Броколі відварна | 60 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 60.92 | 80 | 0.72 | 2 | 3.47 | 71.98 |
| | Компот з свіжих ягід | 150 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 79.5 | 180 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 95.4 |
| | Всього за вечеря | | | | | 339.25 | | | | | 431.21 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 30.455 | 19.54 | 107.655 | 1439.345 | | 42.48 | 23.21 | 130.07 | 1768.97 |

ПОНЕДІЛОК 4 ТИЖДЕНЬ

| Алергени | Найменування страви | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. |
|----------|--|----------|--------|-------|---------|---------|----------|-------|-------|--------|---------|
| | | страви | | | | | страви | | | | |
| | | 1-4 роки | | | | ккал | 4-6(7)р. | | | | ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Суп молочний з кус- кусом | 150 | 4.8 | 5.1 | 35.1 | 186.3 | 200 | 4.8 | 5.1 | 35.1 | 211.3 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| МП | Сир твердий | 10 | 1.61 | 2.03 | - | 25.2 | 15 | 2.04 | 2.61 | - | 39.9 |
| | Всього за сніданок | | | | | 351.2 | | | | | 394.2 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Суп гречаний | 200 | 1.49 | 1.16 | 10.17 | 110.87 | 250 | 2.04 | 1.64 | 13.81 | 133.2 |
| | Котлета куряча | 45 | 6 | 4 | 16 | 130.2 | 60 | 9 | 6 | 24 | 186.3 |
| | Овочева нарізка (перець або огірок) | 60 | 2.98 | 0.05 | 24.21 | 68.3 | 80 | 3.83 | 0.06 | 30.95 | 83.1 |
| | Рис відварений з зеленим горошком | 80 | 2.37 | 3.56 | 31.49 | 109.21 | 100 | 3.86 | 4.89 | 38.82 | 138.11 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 75.6 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 89.65 |
| | Всього за обід | | | | | 576.98 | | | | | 713.16 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Ф | Фрукти(виноград) | 60 | 0.49 | 0.11 | 5.13 | 71.21 | 80 | 0.72 | 0.16 | 7.6 | 82.3 |
| | Всього за полуденок | | | | | 71.21 | | | | | 82.3 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Картопляне пюре | 80 | 2.01 | 2.12 | 14.53 | 84.5 | 100 | 2.51 | 2.65 | 18.16 | 121.3 |
| | Гуляш курячий | 45 | 9.9 | 3.38 | 3.98 | 98.7 | 60 | 13.22 | 4.34 | 5.43 | 131.2 |
| | Салат "Вітамін" з олією (пекінська капуста, зел. цибуля, огірок) | 60 | 2.98 | 0.05 | 24.21 | 61.3 | 80 | 3.83 | 0.06 | 30.95 | 83.1 |
| | Компот зі свіжих ягід | 150 | 0,15 | - | 22,95 | 67 | 180 | 0,18 | - | 27,54 | 83,88 |
| Ф | Фрукти по сезону | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 61.4 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 82.3 |
| | Всього за вечеря | | | | | 372.9 | | | | | 417.9 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 31.895 | 16.32 | 158.905 | 1301.08 | | 42.82 | 21.77 | 204.26 | 1525.26 |

ВІВТОРОК 4 ТИЖДЕНЬ

| Алергени | Найменування страви | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. |
|----------|---|----------|--------|-------|---------|--------|----------|-------|------|--------|---------|
| | | страви | | | | | страви | | | | |
| | | 1-4 роки | | | | ккал | 4-6(7)р. | | | | ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| Мп | Пудинг сирно-рисовий з ягідним кюлі | 100/20 | 16.04 | 12 | 20.62 | 243.3 | 125/25 | 20.43 | 15 | 25.97 | 301.5 |
| | Морква свіжа | 60 | 1.47 | 3.08 | 17.96 | 79.3 | 80 | 1.96 | 3.99 | 24.08 | 99.6 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| | Всього за сніданок | | | | | 379.5 | | | | | 461.3 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Суп болгарський | 200 | 1.66 | 2.54 | 11.01 | 112.36 | 250 | 2.22 | 3.48 | 14.62 | 139.61 |
| | Курячі тефтели в томатному соусі | 45 | 11.36 | 5.08 | 5.26 | 114.06 | 60 | 15.07 | 6.38 | 6.86 | 147.69 |
| | Каша ячнева | 80 | 2.37 | 3.56 | 31.49 | 87.6 | 100 | 3.86 | 4.89 | 38.82 | 112.3 |
| | Салат «Вітамінний» (капуста, зел. цибуля, олія) | 60 | 2.98 | 0.05 | 24.21 | 61.3 | 80 | 3.83 | 0.06 | 30.95 | 83.1 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот із свіжих ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 56.9 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 65.91 |
| | Всього за вечеря | | | | | 515.02 | | | | | 631.41 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Мп | Ряжанка 2,5% | 100 | 2.7 | 2.25 | 3.15 | 55.2 | 125 | 3.75 | 3.13 | 4.38 | 91.3 |
| Ф | Фрукти по сезону(полуниця) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.08 | 53.4 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 71.2 |
| | Всього за полуденок | | | | | 108.6 | | | | | 162.5 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Вареники з м'ясом свинини | 60/45 | 3.32 | 0.34 | 21.64 | 185.3 | 80/60 | 4.17 | 0.43 | 27.22 | 241.3 |
| | Кабачкова ікра | 60 | 0.59 | 2.55 | 3.78 | 42.78 | 80 | 0.79 | 2.88 | 4.08 | 61.36 |
| Ф | Фрукти по сезону(банан) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.08 | 53.4 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 71.2 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Всього за вечеря | | | | | 364.28 | | | | | 456.66 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 51.405 | 34.87 | 221.605 | 1367.4 | | 65.75 | 43.7 | 276.35 | 1711.87 |

| Алергени | СЕРЕДА 4 ТИЖДЕНЬ | | | | | | | | | | |
|----------|---------------------------------------|-----------------------|--------|-------|-----------|----------------------|-----------------------|-------|-------|-----------|----------------------|
| | Найменування страви | Вихід страви 1-4 роки | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал | Вихід страви 4-6(7)р. | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Каша молочна вівсяна | 150 | 2.44 | 1.71 | 15.12 | 86.92 | 200 | 3.05 | 2.14 | 18.9 | 108.65 |
| Я | Омлет | 50 | 7.07 | 8.97 | 0.92 | 113 | 50 | 7.07 | 8.97 | 0.92 | 113 |
| | Морква припущена з родзинками з олією | 60/15/4 | 2.98 | 0.05 | 24.21 | 40.09 | 80/20/4,5 | 3.83 | 0.06 | 30.95 | 54.15 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 69.11 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 81.23 |
| | Всього за сніданок | | | | | 391.92 | | | | | 439.83 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| Р | Суп рибний | 200 | 1.62 | 2.62 | 10.73 | 72.121 | 250 | 2.14 | 3.3 | 14.21 | 94.09 |
| Р | Рибна котлета | 40 | 8.36 | 14.49 | 8.58 | 198.68 | 60 | 11.09 | 19.15 | 11.17 | 262.02 |
| | Картопляне пюре | 80 | 2.46 | 3.49 | 19.69 | 118.56 | 100 | 2.81 | 4.04 | 22.38 | 135.45 |
| | Салат із молодої капусти з олією | 60/4 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 46.14 | 80/4,5 | 0.72 | 2 | 3.47 | 91.3 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот із свіжих ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 33.835 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 46.43 |
| | Всього за обід | | | | | 552.136 | | | | | 712.09 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| | Фрукти (персик) | 60 | 0.49 | 0.11 | 5.13 | 21.6 | 80 | 0.72 | 0.16 | 7.6 | 32 |
| | Сік | 120 | 0.44 | - | 11.33 | 89.3 | 150 | 0.72 | - | 18.54 | 99.9 |
| | Всього за полуденок | | | | | 110.9 | | | | | 131.9 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Шніцель із свинини з твердим сиром | 45/10 | 7.95 | 3.59 | 3.13 | 84.15 | 60/15 | 11.85 | 4.82 | 4.59 | 128.1 |
| | Макарони відварні | 80 | 4.22 | 2.55 | 21.11 | 81.11 | 100 | 5.27 | 3.19 | 26.38 | 99.97 |
| | Овочева нарізка (огірок або помідор) | 60 | 0.59 | 2.09 | 3.73 | 67.3 | 80 | 0.71 | 2.12 | 4.54 | 97.6 |
| Ф | Фрукти по сезону | 60 | 0.49 | 0.11 | 5.13 | 65.12 | 80 | 0.72 | 0.16 | 7.6 | 89.12 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 51.2 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 71.3 |
| | Всього за вечеря | | | | | 348.88 | | | | | 486.09 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 46.915 | 46.12 | 187.995 | 1403.836 | | 57.9 | 53.41 | 235.78 | 1638.01 |

ЧЕТВЕР 4 ТИЖДЕНЬ

| Алергени | Найменування страви | Вихід страви 1-4 роки | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал | Вихід страви 4-6(7)р. | Білки | Жири | Вуглеводи | Енерг. цінність ккал |
|----------|--|-----------------------|-----------------|------|-----------|----------------------|-----------------------|--------|-------|-----------|----------------------|
| | | | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | |
| Мп | Лінові вареники із родзинками з повидлом | 100/20 | 10.6 | 5.2 | 27 | 175.4 | 125/25 | 13.46 | 6.56 | 35.17 | 252.23 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| Ф | Фрукти (груша) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.08 | 61.23 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 89.69 |
| | Всього за сніданок | | | | | 293.53 | | | | | 402.12 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Суп круп'яний | 200 | 1.8 | 1.68 | 7.17 | 109.3 | 250 | 2.4 | 2.24 | 9.56 | 134.9 |
| | Пюре з сочевиці з цибулею | 80 | 10.34 | 3.2 | 24.4 | 99.8 | 100 | 12.93 | 3.88 | 30.51 | 112.4 |
| | Биток курячий | 45 | 11.84 | 5.35 | 5.32 | 118.63 | 60 | 15.69 | 6.74 | 6.96 | 153.69 |
| | Салат з редису та огірка з олією | 60/4 | 0.87 | 1.63 | 8.04 | 68.9 | 80/4,5 | 1.2 | 2.54 | 11.08 | 89.6 |
| | Компот із свіжих ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 33.835 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 46.43 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Всього за обід | | | | | 513.265 | | | | | 619.82 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Мп | Какао на молоці | 150 | 5.595 | 4.35 | 13.26 | 112.32 | 180 | 6.714 | 5.22 | 15.912 | 126 |
| Ф | Фрукти (виноград) | 60 | 0.9 | 0.06 | 13.08 | 61.23 | 80 | 1.2 | 0.08 | 17.44 | 89.69 |
| | Всього за полуденок | | | | | 173.55 | | | | | 215.69 |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| | Перець фарширований із яловичиною | 60/45/80 | 10.35 | 4.67 | 6.01 | 198.36 | 60/100/25 | 14.06 | 6.81 | 9.15 | 259.69 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| | Компот з свіжих ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 98.12 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 112.39 |
| | Всього за вечеря | | | | | 379.28 | | | | | 454.88 |
| | <i>Всього за день:</i> | | 60.475 | 29.5 | 182.5 | 1359.625 | | 76.344 | 37.45 | 229.802 | 1692.51 |

| Алергени | П'ЯТНИЦЯ 4 ТИЖДЕНЬ | | | | | | | | | | |
|----------|-------------------------------------|--------|-------|-------|--------|----------|--------|-------|-------|--------|---------|
| | Найменування страви | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. | Вихід | Білки | Жири | Вугле- | Енерг. |
| | | страви | | | | | страви | | | | |
| | 1-4 роки | | | | ккал | 4-6(7)р. | | | | ккал | |
| | <i>Сніданок</i> | | | | | | | | | | |
| МП | Каша молочна пшоняна | 150 | 4.86 | 4.62 | 20.03 | 175.96 | 200 | 6.11 | 5.78 | 25.37 | 215.9 |
| | Салат моркви та яблука з олією | 60/4 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 55.61 | 80/4,5 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 60.92 |
| Я | Яйце варене | 50 | 5 | 4.6 | 0.28 | 62.8 | 50 | 5 | 4.6 | 0.28 | 62.8 |
| | Чай з лимоном | 150 | 0.41 | - | 19.25 | 56.9 | 180 | 0.51 | - | 24.14 | 60.2 |
| МП | Сир твердий | 10 | 1.61 | 2.03 | - | 25.2 | 15 | 2.04 | 2.61 | - | 39.9 |
| ЗП | Хліб цільнозерновий з твердим сирим | 30//10 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 105.6 | 30/15 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 125.3 |
| | Всього за сніданок | | | | | 482.07 | | | | | 565.02 |
| | <i>Обід</i> | | | | | | | | | | |
| | Борщ український з кип. Сметаною | 200/10 | 2.13 | 2.51 | 10.03 | 154.21 | 250/15 | 2.75 | 3.14 | 13.13 | 201.6 |
| | Пиріжок з м'ясом курки | 60/45 | 12.78 | 4.47 | 16.69 | 161.37 | 80/60 | 16.93 | 5.59 | 22.15 | 211.02 |
| | Кабачкова ікра | 60 | 2.98 | 0.05 | 24.21 | 65.9 | 80 | 3.83 | 0.06 | 30.95 | 83.6 |
| Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 | 30 | 3.27 | 1.65 | 14.13 | 82.8 |
| Ф | Фрукти (ніктарін) | 60 | 0.49 | 0.11 | 5.13 | 58.9 | 80 | 0.72 | 0.16 | 7.6 | 76.3 |
| | Компот | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 69.31 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 89.99 |
| | Всього за обід | | | | | 592.49 | | | | | 745.31 |
| | <i>Полуденок</i> | | | | | | | | | | |
| Ф | Фрукти (полуниця) | 60 | 0.24 | 0.24 | 6.24 | 51.36 | 80 | 0.32 | 0.32 | 8.32 | 71.31 |
| | Всього за полуденок | | | | | | | | | | |
| | <i>Вечеря</i> | | | | | | | | | | |
| Р | Риба тушкована з овочами | 40/20 | 9.75 | 1.21 | 23.29 | 99.31 | 60/25 | 14.14 | 1.82 | 30.42 | 131.29 |
| | Каша ячна в'язка | 80 | 2.22 | 2.67 | 10.53 | 89.61 | 100 | 2.77 | 3.34 | 13.16 | 109.99 |
| | Салат із капусти з укропом з олією | 60/4 | 0.77 | 3.04 | 4.48 | 55.61 | 80/4,5 | 0.91 | 4.04 | 5.91 | 60.92 |
| | Компот із свіжих ягід | 150 | 0.165 | - | 8.815 | 68.9 | 180 | 0.22 | - | 12.09 | 99.98 |
| | Всього за вечеря | | | | | 313.43 | | | | | 402.18 |
| | Всього за день: | | 34.96 | 15.95 | 132.36 | 1387.99 | | 46.08 | 20.12 | 169.95 | 1712.51 |