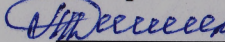


Погоджую

Начальник Вишнівського відділу
Управління безпечності харчових
продуктів та ветеринарної медицини,
державного нагляду за дотриманням
санітарного законодавства Бучанського району

 Таїсія ДЕМЧЕНКО

05.03.2025

Затверджую

Директор

КЗ ЗДО «Малютко»

Борщівської сільської ради

Бучанського району

Київської області

Ольга КРИВОЦЮК



**Примірне чотиритижневе меню на
весняний період 2025 року
КЗ ЗДО комбінованого типу «Малютко»
складено відповідно додатку 1
для дітей віком 1-4, 4-6 (7) років
постанови КМУ від 24.03.2021р.№305**

ПОНЕДІЛОК 1 ТИЖДЕНЬ

Алерге ни	Найменування страви	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність	Вихід	Білки	Жири	Вугля води	Енерг. цінність
		страви 1-4 роки					страви 4-6(7)р.				
	<i>Сніданок</i>										
МП, Л	Суп молочний з кус- кусом	150	4,8	5,1	35,1	149,1	200	4,8	5,1	35,1	171,3
	Сік	120	0,44	-	11,33	81,2	180	0,72	-	18,54	99,1
ЗП, Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
	Салат з моркви	60	0,59	2,55	3,78	37,77	80	0,79	2,88	4,08	51,78
Ф	Фрукти (груша)	60	0,49	0,11	5,13	56,3	80	0,72	0,16	7,6	79,3
	Всього за сніданок					407,17					484,28
	<i>Обід</i>										
	Суп з кольорової капусти та пшоняною крупою	200	1,49	1,16	10,17	93,6	250	2,04	1,64	13,81	115,6
	Шніцель з м'ясом яловичини	45	6	4	16	121,9	60	9	6	24	146,5
	Овочева нарізка	60	2,98	0,05	24,21	53,1	80	3,83	0,06	30,95	76,3
	Каша горохова	80	2,37	3,56	31,49	99,6	100	3,86	4,89	38,82	121,1
ЗП, Г	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10.	3,27	1,65	14,13	71,1	30/15	3,27	1,65	14,13	71,1
Ф	Компот	150	0,165	-	8,815	43,2	180	0,22	-	12,09	61,3
	Всього за обід					482,5					591,9
	<i>Вечеря</i>										
	Каша в'язка вівсяна	80	2,01	2,12	14,53	99,4	100	2,51	2,65	18,16	119,9
	Гуляш з м'яса птиці	45	9,9	3,38	3,98	109,9	60	13,22	4,34	5,43	133,1
	Буряк тушкований із чорнисливом	60/20	0,77	3,04	4,48	63,9	80/25	0,91	4,04	5,91	89,6
Л	Какао на молоці	150	5,595	4,35	13,26	63,3	180	6,714	5,22	15,912	95,1
Ф	Фрукти (апельсин)	60	0,24	0,24	6,24	56,3	80	0,32	0,32	8,32	69,3
	Всього за вечерю					392,8					507

ВІВТОРОК І ТИЖДЕНЬ											
Алерге ни	Найменування страви	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал
		страви 1-4 роки					страви 4-6(7)р.				
	<i>Сніданок</i>										
МП,Л	Пудинг сирно-рисовий та з ягідним кюлі	100/20/20	16,04	12	20,62	212,3	125/25/25	20,43	15	25,97	276,9
	Морква свіжа	60	1,47	3,08	17,96	69,1	80	1,96	3,99	24,08	76,9
	Чай з лимоном	150	0,41	-	19,25	56,9	180	0,51	-	24,14	60,2
Ф	Фрукти (банан)	60	0,24	0,24	6,24	61,3	80	0,32	0,32	8,32	71,3
	Всього за сніданок					399,6					485,3
	<i>Обід</i>										
СБ	Суп квасолевий	200	1,66	2,54	11,01	99,9	250	2,22	3,48	14,62	129,6
	Тюфтелі з м'ясом птиці	45	11,36	5,08	5,26	114,06	60	15,07	6,38	6,86	138,6
ЗП	Каша ячнева	80	2,37	3,56	31,49	81,3	100	3,86	4,89	38,82	105,6
	Салат "Вітамін"	60	2,98	0,05	24,21	61,3	80	3,83	0,06	30,95	83,1
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Компот із с/м ягід	150	0,165	-	8,815	56,9	180	0,22	-	12,09	65,91
	Всього за обід					484,56					593,91
	<i>Вечеря</i>										
	Картопляне пюре	80	2,01	2,12	14,53	79,6	100	2,51	2,65	17,16	89,6
Р	Котлета рибна	40	10,11	3,35	5,17	95,6	60	13,5	4,3	7,11	117,3
	Овочева суміш тушкована	60	0,59	2,55	3,78	56,9	80	0,79	2,88	4,08	69,3
Л	Ряжанка 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	55,2	125	3,75	3,13	4,38	91,3
Ф	Фрукти (апельсин)	60	0,9	0,06	13,08	53,4	80	1,2	0,08	17,44	71,2
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Всього за вечерю					411,8					509,8

Алергени	СЕРЕДА І 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>										
Л	Каша молочна вівсяна	150	2,44	1,71	15,12	86,52	200	3,05	2,14	18,9	110,3
Я	Омлет	50	7,07	8,97	0,92	99,9	50	7,07	8,97	0,92	99,9
	Морква припущена з родзинками	60/20	2,98	0,05	24,21	55,6	80/25	3,83	0,06	30,95	71,3
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Сік	120	0,44	-	11,33	52,3	180	0,72	-	18,54	81,2
Ф	Фрукти (яблуко)	60	0,49	0,11	5,13	45,4	80	0,72	0,16	7,6	65,3
	Всього за сніданок					410,82					499,1
	<i>Обід</i>										
Р	Суп рибний	200	1,62	2,62	10,73	95,9	250	2,14	3,3	14,21	119,5
МП	Тефтеля з м'ясом свинини та сметанковим соусом	45/15	7,95	3,59	3,13	101,3	60/25	11,85	4,82	4,59	123,1
	Каша гречана	80	2,46	3,49	19,69	98,6	100	2,81	4,04	22,38	123,6
	Салат із пекінської капусти	60	0,77	3,04	4,48	61,3	80	0,72	2	3,47	91,3
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
Ф	Компот із с/м ягід	150	0,165	-	8,815	56,3	180	0,22	-	12,09	65,3
	Всього за обід					484,5					593,9
	<i>Вечеря</i>										
Р	Рибне суфле	40	8,36	14,49	8,58	138,6	60	11,09	19,15	11,17	158,3
ЗП	Макарони відварні	80	4,22	2,55	21,11	85,3	100	5,27	3,19	26,38	101,9
	Салат "Вітамінний"	60	0,59	2,09	3,73	67,3	80	0,71	2,12	4,54	82,3
Ф	Фрукти (мадарин)	60	0,49	0,11	5,13	56,3	80	0,72	0,16	7,6	71,2
Л	Какао на молоці	150	5,595	4,35	13,26	63,3	180	6,714	5,22	15,912	95,1
	Всього за вечерю					410,8					508,8

Алергени	ЧЕТВЕР 1 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, Л	Лінові вареники із родзинками та повидлом	100/20	10,6	5,2	27	192,3	125/25	13,46	6,56	35,17	252,23
	Морква брусочками	60	2,98	0,05	24,21	61,3	80	3,83	0,06	30,95	71,3
	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					371,73					473,42
	<i>Обід</i>										
	Суп з крупою пшеничною	200	1,8	1,68	7,17	89,9	250	2,4	2,24	9,56	121,3
СБ	Пюре з сочевиці та цибулею	80	10,34	3,2	24,4	101,6	100	12,93	3,88	30,51	115,3
	Биток з мяса птиці	45	11,84	5,35	5,32	118,63	60	15,69	6,74	6,96	143,9
	Салат з редису та огірка	60	0,87	1,63	8,04	68,9	80	1,2	2,54	11,08	89,6
Ф	Компот	150	0,165	-	8,815	33,85	180	0,22	-	12,09	46,43
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Всього за обід					483,98					587,63
	<i>Вечеря</i>										
	Перець фарширований з рисом та мясом птиці	80/45	10,35	4,67	6,01	156,9	100/60	14,06	6,81	9,15	205,3
Ф	Фрукти (апельсин)	60	0,24	0,24	6,24	56,3	80	0,32	0,32	8,32	69,6
	Овочева нарізка	60	0,87	1,63	8,04	61,3	80	1,2	2,54	11,08	72,3
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
Л	Йогурт 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	55,2	125	3,75	3,13	4,38	89,1
	Всього за вечерю					400,8					507,4

Алергени	П'ЯТНИЦЯ 1 ТИЖДЕНЬ										
	Найменування страви	Вихід	Білки	Жири	Вугле-	Енерг	Вихід	Білки	Жири	Вугле-	Енерг.
		страви				цінність	страви				цінність
	1-4 роки			води	ккал	4-6(7)р.			води	ккал	
	<i>Сніданок</i>										
Л	Суп молочний пшоняний	150	4,86	4,62	20,03	159,6	200	6,11	5,78	25,37	199,6
	Салат моркви	60	0,77	3,04	4,48	55,61	80	0,91	4,04	5,91	69,3
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	63,9
ЗП,Л	Хліб цільнозерновий	30.	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Всього за сніданок					406,01					466,7
	<i>Обід</i>										
СБ	Борщ український з квасолею	200	2,13	2,51	10,03	109,9	250	2,75	3,14	13,13	129,3
	Зрази з м'ясом птиці	80/45	12,78	4,47	16,69	129,3	100/60	16,93	5,59	22,15	149,6
	Кабачкова ікра	60	2,98	0,05	24,21	59,1	80	3,83	0,06	30,95	71,4
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30.	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
Ф	Компот	150	0,165	-	8,815	33,85	180	0,22	-	12,09	46,43
Ф	Фрукти (яблуко)	60	0,49	0,11	5,13	53,2	80	51,2	0,16	7,6	69,8
	Всього за обід					456,45					537,63
	<i>Вечеря</i>										
Р	Шніцель з м'яса птиці натуральний	40	9,75	1,21	23,29	115,2	60	14,14	1,82	30,42	136,5
ЗП	Каша пшенична (артек)	80	2,22	2,67	10,53	99,1	100	2,77	3,34	13,16	119,3
	Салат із капусти з укропом	60	0,77	3,04	4,48	55,61	80	0,91	4,04	5,91	60,92
Л	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	180	6,714	5,22	15,912	95,1
Ф	Фрукти (банан)	60	0,24	0,24	6,24	59,6	80	0,32	0,32	8,32	71,31
	Всього за вечерю					392,81					483,13

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, Л	Молочний суп манний	150	4,8	5,1	35,1	123,4	200	4,8	5,1	35,1	199,8
Я	Яйце варене	50	5	4,6	0,28	62,8	50	5	4,6	0,28	62,8
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
	Гарбуз запечений	60	0,45	3,14	4,64	56,39	80	0,63	4,2	6,52	71,1
	Чай з лимоном	150	0,41	-	19,25	56,9	180	0,51	-	24,14	60,2
	Всього за сніданок					382,29					476,7
	<i>Обід</i>										
	Суп із цвітною капустою з крупою ячневою	200	1,461	3,098	7,041	89,99	250	1,938	3,941	9,434	107,3
СБ	Горохове п'юре	80	2,46	1,8	21,38	112,64	100	3,09	2,26	26,82	115,9
	Гуляш з м'яса птиці	45	9,9	3,38	3,98	102,3	60	13,22	4,34	5,43	120,9
	Буряк з чорносливом	60/20	0,67	1,53	7,94	65,3	80/25	0,9	2,04	10,88	79,5
	Сік	120	0,44	-	11,33	46,2	180	0,72	-	18,54	75,6
Ф	Фрукти (яблуко)	60	0,24	0,24	6,24	62,3	80	0,32	0,32	8,32	87,3
	Всього за обід					478,73					586,5
	<i>Вечеря</i>										
	Плов рисовий з м'ясом птиці	80/45	12,28	14,01	20,19	164,3	100/60	19,68	22,79	22,8	189,3
	Салат «Вітамінний»	60	0,59	2,09	3,73	56,31	80	0,71	2,12	4,54	76,81
Л	Какао на молоці	150	5,595	4,35	13,26	63,3	180	6,714	5,22	15,912	95,1
Ф	Фрукти (мандарин)	60	0,24	0,24	6,24	59,6	80	0,32	0,32	8,32	76,3
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Всього за вечерю					414,61					508,61

ВІВТОРОК 2 ТИЖДЕНЬ

Алерге ни	Найменування страви	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал
		страви 1-4 роки					страви 4-6(7)р.				
	<i>Сніданок</i>										
МП	Лінівi вареники з ягідним кюлі	100/15	10,06	5,2	27	198,2	125/25	13,46	6,56	35,17	249,8
	Сік	120	5,01	4,25	8,055	89,2	180	6,02	5,55	9,666	98,69
	Морква свіжа	60	0,77	3,04	4,48	60,75	80	0,91	4,04	5,91	78,36
Ф	Фрукти (банан)	60	0,49	0,11	5,13	58,91	80	0,72	0,16	7,6	75,69
	Всього за сніданок					407,06					502,54
	<i>Обід</i>										
СБ	Суп із сочевиці	200	4,88	4,9	13,61	115,39	250	6,67	7,18	18,32	139,8
	Гречаники з м'яса свинини	80/45	12,85	3,38	24,76	143,9	100/60	16,92	4,47	31,39	179,6
	Салат з редису та огірка	60	0,77	3,04	4,48	60,23	80	0,91	4,04	5,91	81,23
ЗП,Г	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	81,3	180	0,51	-	24,14	101,3
	Всього за обід					483,62					584,73
	<i>Вечеря</i>										
	Картопляне пюре	80	2,01	2,12	14,53	79,6	100	2,51	2,65	17,16	89,6
	Оладки з м'яса птиці	45	11,36	5,08	5,26	95	60	15,07	6,25	6,86	112,3
	Овочева суміш тушкована	60	0,67	1,53	7,94	51,3	80	0,9	2,04	10,88	71,9
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,2	30	3,27	1,65	14,13	71,2
Л	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	180	6,714	5,22	15,912	95,1
Ф	Фрукти (груша)	60	0,49	0,11	5,13	39,6	80	0,72	0,16	7,6	59,6
	Всього за вечерю					400					499,7

СЕРЕДА 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>										
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	115,9	100	12,93	3,88	30,51	142,9
	Салат з пекінськоїкапусти	60	0,81	0,78	7,91	54,91	80	1,18	1,17	11,38	71,9
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
Ф	Фрукти (яблуко)	60	0,49	0,11	5,13	54,9	80	0,72	0,16	7,6	67,9
МП	Йогурт 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	55,2	125	3,75	3,13	4,38	91,3
	Всього за сніданок					414,81					507,9
	<i>Обід</i>										
Р	Суп рибний з пшоном	200	1,51	3,41	8,94	101,3	250	2,02	4,38	11,92	121,3
	Тефтелька з м'яса птиці в сметанно-томатному соусі	45/15	8,66	6,23	9,47	123,9	60/25	13,05	8,85	14,55	156,9
	Каша пшенична	80	2,44	1,71	15,12	69,3	100	3,05	2,14	18,9	95,6
	Овочева нарізка	60	2,98	0,05	24,21	54,99	80	3,83	0,06	30,95	69,5
	Чай з лимоном	150	0,41	-	19,25	56,9	180	0,51	-	24,14	60,2
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Всього за обід					477,49					574,6
	<i>Вечеря</i>										
Р	Котлета рибна	40	10,11	3,35	5,17	119,6	60	13,5	4,3	7,11	134,2
ЗП	Каша вівсяна в'язка	80	2,22	2,67	10,53	99,9	100	2,77	3,34	13,16	124,3
	Салат з огірка та помідора	60	0,91	4,04	5,91	60,92	80	0,72	2	3,47	75,3
Ф	Фрукти (апельсин)	60	0,24	0,24	6,24	54,3	80	0,32	0,32	8,32	73,99
Л	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	180	6,714	5,22	15,912	95,1
	Всього за вечерю					398,02					502,89

ЧЕТВЕР 2 ТИЖДЕНЬ											
Алерге ни	Найменування страви	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг.	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг.
		страви				цінність	страви				цінність
		1-4 роки				ккал	4-6(7)р.				ккал
	<i>Сніданок</i>										
МП,Л	Львівський сирник	100	18,23	13,14	17,42	219,3	125	22,71	16,87	22,87	285,3
	Компот	150	0,41	-	19,25	87,9	180	0,51	-	24,14	101,3
	Салат з морквяний з курагою	60/20	0,59	2,55	3,78	37,78	80/25	0,62	2,73	4,02	40,22
Ф	Яблуко запечене	60	0,24	0,24	6,24	45,96	80	0,32	0,32	8,32	69,9
	Всього за сніданок					390,94					496,72
	<i>Обід</i>										
	Борщ український з квасолею	200	2,13	2,51	10,03	105,3	250	2,75	3,14	13,13	119,9
	Ліниві голубці з м'ясом яловичини	80/45	10,35	4,01	22,37	168,48	100/60	12,95	5,25	28,16	213,53
	Овочева нарізка	60	0,59	2,09	3,73	59,99	80	0,71	2,12	4,54	79,91
ЗП,Г	Хліб цільозерновий	30	3,27	1,65	14,13	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
	Компот із сухофруктів	150	0,165	-	8,815	59,8	180	0,22	-	12,09	46,43
	Всього за обід					476,37					542,57
	<i>Вечеря</i>										
	Домашня печеня з м'яса птиці	80/45	10,03	12,04	14,4	121,9	100/60	16,52	19,47	22,69	149,8
	Свіжі овочі	60	6,08	3,07	15,16	56,3	80	6,08	3,07	15,16	76,1
ЗП,Г	Хліб цільозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
Ф	Фрукти (банан)	60	0,9	0,06	13,08	53,4	80	1,2	0,08	17,44	67,1
Л	Ряжанка 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	55,2	125	3,75	3,13	4,38	91,3
	Компот	150	0,41	-	19,25	33,6	180	0,51	-	24,14	54,1
	Всього за вечерю					391,5					509,5

П'ЯТНИЦЯ 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>										
Л	Суп молочний рисовий	150	1,55	1,6	12,36	110,89	200	1,99	2,01	15,53	130,89
	Салат з моркви	60	0,59	2,55	3,78	61,26	80	0,62	2,73	4,02	96,3
	Компот із с/м ягід	150	0,165		8,815	59,6	180	0,22		12,09	71,3
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
Ф	Фрукти (банан)	60	0,24	0,24	6,24	61,98	80	0,32	0,32	8,32	85,61
	Всього за сніданок					376,53					466,9
	<i>Обід</i>										
	Суп овочевий	200	1,32	2,99	7,71	99,1	250	1,74	3,74	10,27	109,9
	Котлета з м'яса птиці	45	9,65	3,34	3,25	111,3	60	12,86	4,29	4,26	139,9
ЗП	Каша булгур	80	2,37	3,56	31,49	83,4	100	3,86	4,89	38,82	102,3
	Буряк тушкований з чорносливом	60/20	1,07	3,62	8,72	56,7	80/25	1,43	4,96	11,79	76,3
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10.	3,27	1,65	14,13	71,1	30/15	3,27	1,65	14,13	71,1
Ф	Компот із с/м ягід	150	0,165		8,815	59,6	180	0,22		12,09	71,3
	Всього за обід					481,2					570,8
	<i>Вечеря</i>										
Р	Рибна тефтеля	40	6,84	3,27	0,91	115,9	60	14,24	5,09	1,14	139,3
СБ	Пюре з сочевиці з цибулею	80	10,34	3,2	24,4	98,6	100	12,93	3,88	30,51	112,3
	Салат з капусти з укропом	60	0,77	3,04	4,48	75,1	80	0,91	4,04	5,91	91,3
Л	Какао на молоці	150	5,595	4,35	13,26	63,3	180	6,714	5,22	15,912	91,5
Ф	Фрукти (мандарин)	60	0,49	0,11	5,13	59,63	80	0,72	0,16	7,6	75,3
	Всього за вечерю					412,53					509,7

ПОНЕДІЛОК 3 ТИЖДЕНЬ

Алерген и	Найменування страви	Вихід страви 1-4 роки	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал	Вихід страви 4-6(7) років	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал
	<i>Сніданок</i>										
МП, Л	Суп молочний з ячневою крупою	150	4,8	5,1	35,1	195,69	200	4,8	5,1	35,1	235,21
	Морква свіжа (соломка)	60	0,6	2,56	3,24	39,9	80	0,8	3,07	4,02	59,3
	Сік	120	0,44	-	11,33	71,1	180	0,72	-	18,54	98,3
Ф	Фрукти (яблуко)	60	0,24	0,24	6,24	61,68	80	0,32	0,32	8,32	79,13
	Всього за сніданок					368,37					471,94
	<i>Обід</i>										
СБ	Суп гороховий	200	5,78	4,24	23,58	132,04	250	7	4,85	28,12	164,27
	Каша рисова розсипчаста	80	2,37	3,56	31,49	104,6	100	3,86	4,89	38,82	121,88
	Гуляш м'яса свинини	45	9,9	3,38	3,98	91,38	60	13,22	4,34	5,43	125,59
	Салат із капусти з цибулею	60	0,91	4,04	5,91	60,92	80	0,7	2,1	2,6	72,1
	Чай з лимоном	150	0,41	-	19,25	56,9	180	0,51	-	24,14	60,2
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10.	3,27	1,65	14,13	82,8	30/15	3,27	1,65	14,13	82,8
	Всього за обід					445,84					544,04
	<i>Вечеря</i>										
	Котлета рублена з м'яса птиці	45	10,8	3,58	8,23	121,74	60	14,46	4,62	11,24	150,55
	Каша гречана в'язка	80	2,72	0,48	15,92	81,11	100	3,74	0,66	21,89	99,97
	Салат «Вітамінний»	60	0,59	2,09	3,73	55,21	80	0,71	2,12	4,54	61,56
Л	Какао на молоці	150	2,82	2,5	4,73	75,6	180	3,38	3	5,68	97,1
Ф	Фрукти (мандарин)	60	0,9	0,06	13,08	53,4	80	1,2	0,08	17,44	71,2
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
	Всього за вечерю					387,06					480,38

ВІВТОРОК 3 ТИЖДЕНЬ

Алерген	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, Л	Пудинг сирно-манний з родзинками і ягідним кюлі	100/20/25	16,04	12	20,62	249,3	125/25/25	20,43	15	25,97	299,6
	Морквяний салат	60	0,81	0,78	7,91	45,21	80	1,18	1,17	11,38	59,69
Ф	Фрукти (банан)	60	0,24	0,24	6,24	59,3	80	0,32	0,32	8,32	68,3
	Чай з лимоном	150	0,41	-	19,25	56,9	180	0,51	-	24,14	60,2
	Всього за сніданок					410,71					487,79
	<i>Обід</i>										
	Суп пшоняний	200	3,875	6,665	15,035	99,8	250	5,175	8,815	19,885	110,3
Р	Рибний рулет	40	9,2	4,63	4,47	99,3	60	13,52	6,24	6,74	121,3
	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	60	2,96	0,05	20,92	55,98	80	3,8	0,07	26,44	63,58
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Компот	150	0,165	-	8,815	68,9	180	0,22	-	12,09	89,6
	Всього за обід					474,31					552,69
	<i>Вечеря</i>										
	Суфле із вареного м'яса птиці з рисом	45/80	10,72	4,79	10,87	132,32	60/100	14,3	6,23	14,49	175,32
	Овочева нарізка	60	0,81	0,78	7,91	63,6	80	1,18	1,17	11,38	89,3
Л	Ряжанка 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	55,2	125	3,75	3,13	4,38	91,3
Ф	Фрукти (мандарин)	60	0,49	0,11	5,13	45,12	80	0,72	0,16	7,6	51,23
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
	Всього за вечерю					379,04					489,95

СЕРЕДА 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>										
ЗП,Г	Макаронни відварні	80	4,94	3,82	21,66	142,89	100	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	60	0,45	3,14	4,64	53,6	80	0,63	4,2	6,52	69,3
Ф	Фрукти (груша)	60	0,9	0,06	13,8	54,4	80	1,2	0,08	17,44	71,2
Л	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	180	6,714	5,22	15,912	95,1
	Всього за сніданок					376,99					480,56
	<i>Обід</i>										
	Суп польовий з пшеничною крупю	200	1,51	3,41	8,94	71,26	250	2,02	4,38	11,92	93,52
	Нагетси з м'яса птиці	45	11,96	4,16	12,1	136,47	60	15,99	5,36	16,5	161,1
СБ	Горохове пюре	80	2,44	1,71	15,12	86,92	100	3,05	2,14	18,9	108,65
	Салат "Вітамін"	60	0,67	1,53	7,94	51,3	80	0,9	2,04	10,88	69,9
ЗП,Г,МП	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					462,625					562,4
	<i>Вечеря</i>										
	Овочева рагу з м'ясом птиці	80/45	10,32	8,48	14,08	153,2	100/60	12,9	10,6	17,6	185,3
	Овочева нарізка	60	3,8	1,64	11,36	69,3	80	4,33	1,66	12,93	79,1
Л	Йогурт 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	55,2	125	3,75	3,13	4,38	91,3
Ф	Фрукти по (яблуко)	60	0,9	0,06	13,8	54,4	80	1,2	0,08	17,44	71,2
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
	Всього за вечерю					414,9					509,7

ЧЕТВЕР 3 ТИЖДЕНЬ

Алерген и	Найменування страви	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал
		страви 1-4 роки					страви 4-6(7)р.				
	<i>Сніданок</i>										
МП	Запіканка з родзинками	100/20	12,39	10,16	13,1	231,3	125/25	17,1	13,65	18,04	264,33
	Салат морквяний	60	0,6	2,56	3,24	79,6	80	0,8	3,08	4,32	98,98
Ф	Фрукти (апельсин)	60	0,24	0,24	6,24	56,3	80	0,32	0,32	8,32	69,3
	Чай з лимоном	150	0,41	-	19,25	56,9	180	0,51	-	24,14	68,89
	Всього за сніданок					367,2					501,5
	<i>Обід</i>										
	Суп мінестроне	200	1,79	2,83	12,36	89,9	250	2,37	3,44	16,36	121,3
	Тюфтеля з м'яса птиці	45	11,84	5,35	5,32	101,3	60	15,69	6,74	6,96	133,69
ЗП,Г	Каша пшенична з в/м	80/2	2,97	1,83	20	89,6	100/2,5	3,57	2,27	24,07	109,5
	Салат з редису та огірків	60	0,77	3,04	4,48	55,98	80	0,91	4,04	5,91	60,92
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Компот	150	0,165	-	8,815	33,875	180	0,22	-	12,09	46,43
	Всього за обід					441,755					542,94
	<i>Вечеря</i>										
СБ	Пюре з сочевиці	80	2,46	1,8	21,38	89,6	100	3,09	2,26	26,82	119,6
	Січеники з м'яса птиці	45	9,65	3,34	3,25	83,23	60	12,86	4,29	4,26	101,3
	Салат з пекінської капусти	60	0,59	2,55	3,78	48,12	80	0,79	2,88	4,08	56,75
Л	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	180	6,714	5,22	15,912	95,1
Ф	Фрукти (груша)	60	0,49	0,11	5,13	45,61	80	0,72	0,16	7,6	60,1
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,3	30	3,27	1,65	14,13	71,3
	Всього за вечерю					401,16					504,15

П'ЯТНИЦЯ З ТИЖДЕНЬ

Алерген и	Найменування страви	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал
		страви 1-4 роки					страви 4-6(7)р.				
	<i>Сніданок</i>										
МП,Л	Суп молочний вівсяний	150	4,86	4,69	31,52	109,9	200	6,5	5,81	41,74	135,3
	Салат з моркви припущеної з курагою	60/20	0,81	0,78	7,91	37,81	80/25	1,18	1,17	11,38	54,81
Я	Омлет	50	7,07	8,97	0,92	91,1	50	7,07	8,97	0,92	91,1
	Сік	120	0,44	-	11,33	58,9	180	0,72	-	18,54	91,9
Ф	Фрукти (яблуко)	60	0,9	0,06	13,08	45,9	80	1,2	0,08	17,44	59,6
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Всього за сніданок					414,71					503,81
	<i>Обід</i>										
СБ	Борщ із квасолею	200	1,26	2,59	10,19	99,9	250	1,87	4,97	13,93	121,3
	Тефтеля з м'яса яловичини	45	10,6	5,05	18,77	120,9	60	13,1	5,99	23,28	159,9
	Каша гречана	80	2,46	3,49	19,69	93,6	100	2,81	4,04	22,38	119,3
	Овочева суміш	60	3,51	0,87	9,67	57,71	80	4,08	0,89	11,26	66,11
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Чай з лимоном	150	2,82	2,5	4,73	41,2	180	3,38	3	5,68	56,3
	Всього за обід					484,41					594,01
	<i>Вечеря</i>										
Р	Риба тушкована з цибулею	40	6,84	3,27	0,91	99,21	60	14,24	5,09	1,14	115,3
ЗП,Г	Макарони відварні з вершковим маслом	80/2	2,76	1,77	19,94	107,62	100/2,5	3,46	2,22	25,01	123,2
	Броколі відварна	60	0,91	4,04	5,91	60,92	80	0,72	2	3,47	71,98
Ф	Фрукти (апельсин)	60	0,9	0,06	13,08	65,98	80	1,2	0,08	17,44	98,13
Л	Какао на молоці	150	5,595	4,35	13,26	63,3	180	6,714	5,22	15,912	95,1
	Всього за вечерю					397,03					503,71

ПОНЕДІЛОК 4 ТИЖДЕНЬ

Алерген и	Найменування страви	Вихід страви	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність	Вихід страви	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність
		1-4 роки				ккал	4-6(7)р.				ккал
	<i>Сніданок</i>										
МП, Л	Суп молочний пшонаний	150	4,8	5,1	35,1	132,6	200	4,8	5,1	35,1	173,6
Я	Яйце варене	50	5	4,6	0,28	62,8	50	5	4,6	0,28	62,8
	Салат морквяний з сухофруктами	60/20	0,59	2,55	3,78	37,78	80/25	0,62	2,73	4,02	42,1
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Чай з лимоном	150	0,41	-	19,25	49,3	180	0,51	-	24,14	60,2
Ф	Фрукти (яблуко)	60	0,9	0,06	13,08	51,23	80	1,2	0,08	17,44	78,6
	Всього за сніданок					404,81					488,4
	<i>Обід</i>										
	Суп крупою з кус-кус	200	1,72	1,34	13,08	99,6	250	2,29	1,79	17,45	130,8
	Гречаники з м'яса птиці	80/45	14,23	5,67	0,3	181,9	100/60	18,99	7,54	0,42	213,9
	Свіжі овочі	60	0,91	4,04	5,91	60,92	80	0,7	2,1	2,6	73
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10.	3,27	1,65	14,13	82,8	30/15	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					484,91					576,49
	<i>Вечеря</i>										
	Домашня печеня з м'ясом птиці	80/45	10,03	12,04	14,4	199,3	100/60	16,52	19,47	22,69	252,3
	Салат «Вітамінний»	60	0,59	2,09	3,73	66,3	80	0,71	2,12	4,54	76,5
Л	Какао на молоці	150	2,82	2,5	4,73	97,8	180	3,38	3	5,68	109,32
Ф	Фрукти (мандарин)	60	0,24	0,24	6,24	51,23	80	0,32	0,32	8,32	71,6
	Всього за вечерю					414,63					509,72

ВІВТОРОК 4 ТИЖДЕНЬ

Алерген	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	Сирне суфле із родзинками	100/20	18,23	13,14	17,42	221,3	125/25	22,71	16,87	22,87	283,6
	Кисіль фруктовий	150	0,41	-	19,25	79,9	180	0,51	-	24,14	91,9
	Морква припущена	60	0,59	2,55	3,78	37,78	80	0,62	2,73	4,02	40,22
Ф	Фрукти (банан)	60	0,66	0,05	14,9	63,9	80	0,83	0,063	18,71	81,3
	Всього за сніданок					402,88					497,02
	<i>Обід</i>										
Р	Суп рибний	200	2,51	3,02	10,65	76,11	250	3,05	4,21	14,22	104,49
	Тефтеля з м'яса яловичини	45	8,36	14,49	8,58	172,35	60	11,09	19,15	11,17	203,14
ЗП,Г	Горохове п'юре	80	2,22	2,67	10,53	73,8	100	2,77	3,34	13,16	92,28
	Салат із пекінської капусти та кропу	60	0,77	3,04	4,48	46,14	80	0,91	4,04	5,91	60,92
ЗП,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	33,8	180	0,22	-	12,09	46,43
	Всього за обід					485					590,06
	<i>Вечеря</i>										
Р	Котлета рибна	40	5,73	2,1	2,33	103,5	60	8,6	3,2	3,5	131,3
	Макарони відварні	80	2,46	1,8	21,38	99,9	100	3,09	2,26	26,82	115,3
	Капуста кольорова відварна	60	0,67	1,53	7,94	45,85	80	0,9	2,04	10,88	62,31
Л	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	180	6,714	5,22	15,912	95,1
Ф	Фрукти (апельсин)	60	0,49	0,11	5,13	21,6	80	0,72	0,16	7,6	32
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Всього за вечерю					405,25					507,11

СЕРЕДА 4 ТИЖДЕНЬ

Алерген и	Найменування страви	Вихід	Білки	Жири	Вугле-	Енерг.	Вихід	Білки	Жири	Вугле-	Енерг.
		страви 1-4 роки			води	цінність ккал	страви 4-6(7)р.			води	цінність ккал
	<i>Сніданок</i>										
Л	Суп молочний ячневий	150	2,65	3,02	14,95	95,8	200	2,85	3,32	16,45	112,3
Я	Омлет	50	7,07	8,97	0,92	101,3	50	7,07	8,97	0,92	101,3
	Салат з моркви та яблука	60	0,59	2,55	3,78	37,77	80	0,79	2,88	4,08	51,78
	Сік	120	0,44	-	11,33	46,2	150	0,72	-	18,54	75,6
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
Ф	Фрукти (банан)	60	0,9	0,06	13,08	58,6	80	1,2	0,08	17,44	78,9
	Всього за сніданок					410,77					490,98
	<i>Обід</i>										
СБ	Суп гороховий	200	5,78	4,24	23,58	109,3	250	7	4,85	28,12	138,3
Г	Каша булгур	80	2,44	1,71	15,12	86,92	100	3,05	2,14	18,9	108,65
	Биток з мяса птиці	45	11,84	5,35	5,32	112,63	60	15,69	6,74	6,96	133,9
	Огірок, помідор	60	2,98	0,05	24,21	59,1	80	3,83	0,06	30,95	78,6
ЗП,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	33,73	180	0,22	-	12,09	46,43
	Всього за обід					484,48					588,68
	<i>Вечеря</i>										
	Овочева рагу з м'ясом птиці	80/45	10,32	8,48	14,08	220,8	100/60	12,9	10,6	17,6	261,1
	Салат з пекінської капусти	60	2,96	0,05	20,92	56,9	80	3,8	0,07	26,44	79,3
Л	Ряжанка 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	61,56	125	3,75	3,13	4,38	91,3
Ф	Фрукти (груша)	60	0,24	0,24	6,24	54,6	80	0,32	0,32	8,32	76,8
	Всього за вечерю					393,86					508,5

ЧЕТВЕР 4 ТИЖДЕНЬ											
Алерген и	Найменування страви	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал	Вихід	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал
		страви 1-4 роки					страви 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	249,5
	Гарбуз запечений	60	1,47	3,08	17,96	100,52	80	1,96	3,99	24,08	128,4
	Сік	120	0,41	-	19,25	56,9	180	0,51	-	24,14	60,2
Ф	Фрукти (яблуко)	60	0,24	0,24	6,24	59,36	80	0,32	0,32	8,32	69,38
	Всього за сніданок					410,74					507,48
	<i>Обід</i>										
	Суп круп'яний пшеничний	200	1,66	2,54	11,01	97,6	250	2,22	3,48	14,62	115,3
	Плов рисовий з м'яса птиці	80/45	12,28	14,01	20,19	119,3	100/60	19,68	22,79	24,8	159,8
	Салат «Вітамінний»	60	0,59	2,09	3,73	56,11	80	0,71	2,12	4,54	69,99
ЗП,Г,МП	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10.	3,27	1,65	14,13	82,8	30/15	3,27	1,65	14,13	82,8
Ф	Фрукти (мандарин)	60	0,49	0,11	5,13	49,6	80	0,72	0,16	7,6	68,9
	Компот	150	0,165	-	8,815	33,73	180	0,22	-	12,09	46,43
	Всього за обід					439,14					543,22
	<i>Вечеря</i>										
СБ	Пюре з сочевиці	80	2,01	2,12	14,53	99,5	100	2,51	2,65	18,16	118,9
	Оладки з м'яса птиці	45	11,36	5,08	5,26	119,9	60	15,07	6,38	6,86	148,9
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
	Ікра кабачкова	60	0,77	3,04	4,48	46,14	80	0,91	4,04	5,91	60,92
Л	Какао на молоці	150	2,82	2,5	4,73	79,5	180	3,38	3	5,68	97,6
	Всього за вечерю					427,84					509,12

П'ЯТНИЦЯ 4 ТИЖДЕНЬ

Алерген и	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, Л	Суп молочний манний	150	4,94	3,82	21,66	142,89	200	6,38	5	27,25	182,16
	Салат морквяний з родзинками	60/20	0,81	0,78	7,91	65,8	80/25	1,18	1,17	11,38	83,6
ЗП,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	49,3	180	0,51	-	24,14	60,2
Ф	Фрукти (банан)	60	0,9	0,06	13,08	53,4	80	1,2	0,08	17,44	71,2
	Всього за сніданок					394,19					479,96
	<i>Обід</i>										
СБ	Борщ буряковий з квасолею	200	1,38	2,02	9,98	112,9	250	1,82	2,75	13,27	129,6
	Шніцель з м'яса свинина	45	8,36	14,49	8,58	167,6	60	11,09	19,15	11,17	212,9
ЗП	Каша гречана	80	2,22	2,67	10,53	73,82	100	2,77	3,34	13,16	92,28
	Салат з капусти з укропом	60	0,77	3,04	4,48	46,14	80	0,91	4,04	5,91	60,92
	Кисіль фруктовий	150	0,41	-	19,25	79,9	180	0,51	-	24,14	91,9
	Всього за обід					480,36					587,6
	<i>Вечеря</i>										
Р	Рибна котлета	40	9,75	1,21	23,29	72,3	60	14,14	1,82	30,42	89,6
ЗП,Г	Макарони відварні	80	4,22	2,55	21,11	81,11	100	5,27	3,19	26,38	97,97
	Овочева нарізка	60	0,77	3,04	4,48	51,3	80	0,91	4,04	5,91	69,5
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
Л	Йогурт 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	61,56	125	3,75	3,13	4,38	91,3
Ф	Фрукти (груша)	60	0,9	0,06	13,08	49,5	80	1,2	0,08	17,44	68,9
	Всього за вечерю					398,57					500,07

