

Погоджую:

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

Тетяна Таїсія ДЕМЧЕНКО

20.11.2025

Затверджую:

Директор

КЗ ЗДО «Малютко»

Ворзнінської сільської ради

Бучанського району

Київської області

Ольга КРИВОЦЮК



**Примірне чотиритижневе меню на
зимовий період 2025/2026 роки
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										
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
	Сніданок										
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
	Відварна цвітна капуста	60	0,59	2,55	3,78	37,77	80	0,79	2,88	4,08	51,78
	Фрукти (банан)	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
	Обід										
ЗП	Суп з 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
	Капуста тушкована	60	2,98	0,05	24,21	53,1	80	3,83	0,06	30,95	76,3
Б	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
	Компот	150	0,165	-	8,815	43,2	180	0,22	-	12,09	61,3
	Всього за обід					482,5					591,9
	Вечеря										
Г, ЗП	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
	Овочева нарізка	60	0,77	3,04	4,48	63,9	80	0,91	4,04	5,91	89,6
Л, МП	Какао на молоці	150	5,595	4,35	13,26	63,3	200	6,714	5,22	15,912	95,1
	Фрукти (мандарин)	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 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
	Сніданок										
МП, Л	Пудинг сирно-рисовий з родзинками та ягід. кюлі	100/20/20	16,04	12	20,62	198,2	125/25/25	20,43	15	25,97	231,3
ЗП	Каша кукурудзяна	80	2,22	2,67	10,53	69,3	100	2,77	3,34	13,16	85,6
	Моркв'яний салат	60	1,47	3,08	17,96	54,3	80	1,96	3,99	24,08	61,8
	Чай з лимоном	150	0,41	-	19,25	56,9	180	0,51	-	24,14	60,2
	Фрукти (яблуко)	60	0,24	0,24	6,24	61,3	80	0,32	0,32	8,32	71,3
	Всього за сніданок					440					510,2
	Обід										
Б	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, Г	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
	Вечеря										
	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, МП	Ряжанка 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	55,2	125	3,75	3,13	4,38	91,3
	Фрукти (груша)	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

	СЕРЕДА 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
	Сніданок										
Л,МП,ЗП	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
	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
	Обід										
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 "Вітамінний"	60	0,59	2,09	3,73	67,3					
	Салат із квашеного огірка з цибулею						80	0,7	2,1	2,6	72,1
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	56,3	180	0,22	-	12,09	65,3
	Всього за обід					490,5					574,7
	Вечеря										
Р	Рибне суфле	40	8,36	14,49	8,58	138,6	60	11,09	19,15	11,17	158,3
ЗП,Г	Макарони відварні	80	4,22	2,55	21,11	85,3	100	5,27	3,19	26,38	101,9
	Салат із пекінської капусти	60	0,77	3,04	4,48	61,3	80	0,72	2	3,47	91,3
	Фрукти (банан)	60	0,49	0,11	5,13	56,3	80	0,72	0,16	7,6	71,2
Л,МП	Какао на молоці	150	5,595	4,35	13,26	63,3	200	6,714	5,22	15,912	95,1
	Всього за вечерю					404,8					517,8

	ЧЕТВЕР 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,ЗП	Ліниві вареники із родзинками та повидлом	100/20	10,6	5,2	27	189,1	125/25	13,46	6,56	35,17	221,3
	Салат з капусти	60	2,98	0,05	24,21	54,3	80	3,83	0,06	30,95	63,4
	Чай з лимоном	150	0,41	-	19,25	56,9	180	0,51	-	24,14	60,2
ЗП,Г	Каша вівсяна	80	2,22	2,67	10,53	69,3	100	2,77	3,34	13,16	85,6
	Фрукти (яблуко)	60	0,9	0,06	13,08	61,23	80	1,2	0,08	17,44	89,69
	Всього за сніданок					430,83					520,19
	<i>Обід</i>										
ЗП,Г	Суп з крупою пшеничною	200	1,8	1,68	7,17	89,9	250	2,4	2,24	9,56	121,3
Б	Пюре з сочевиці та цибулею	80	10,34	3,2	24,4	101,6	100	12,93	3,88	30,51	115,3
	Буряк тушкований	60	0,87	1,63	8,04	61,3	80	1,2	2,54	11,08	72,3
		45	11,84	5,35	5,32	118,63	60	15,69	6,74	6,96	143,9
	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					476,38					570,33
	<i>Вечеря</i>										
ЗП	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
	Салат з помидор та огірка	60	0,87	1,63	8,04	68,9	80	1,2	2,54	11,08	89,6
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Фрукти (апельсин)	60	0,24	0,24	6,24	56,3	80	0,32	0,32	8,32	69,6
Л,МП	Йогурт 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	55,2	125	3,75	3,13	4,38	89,1
	Всього за вечерю					408,4					524,7

	П'ЯТНИЦЯ 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
	Сніданок										
Л,МП,ЗП	Суп молочний пшоняний	150	4,86	4,62	20,03	159,6	200	6,11	5,78	25,37	199,6
	Морква припущена	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,Г	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
	Обід										
Б	Борщ український з квасолею	200	2,13	2,51	10,03	109,9	250	2,75	3,14	13,13	129,3
	Картопляні 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
	Салат із капусти з укропом	60	0,77	3,04	4,48	55,61					
	Салат із квашеної капусти						80	0,7	2,1	2,6	72,1
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	33,85	180	0,22	-	12,09	46,43
	Фрукти (банан)	60	0,49	0,11	5,13	53,2	80	51,2	0,16	7,6	69,8
	Всього за обід					452,96					538,33
	Вечеря										
	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,Г	Каша пшенична (артек)	80	2,22	2,67	10,53	99,1	100	2,77	3,34	13,16	119,3
	Кабачкова ікра	60	2,98	0,05	24,21	59,1	80	3,83	0,06	30,95	71,4
Л,МП	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	200	6,714	5,22	15,912	95,1
	Фрукти (яблуко запечене)	60	0,24	0,24	6,24	59,6	80	0,32	0,32	8,32	71,31
	Всього за вечерю					396,3					493,61

	ПОНЕДІЛОК 2 ТИЖДЕНЬ										
Алергени	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,ЗП,Д	Суп молочний з ячневою крупою	150	4,8	5,1	35,1	195,69	200	4,8	5,1	35,1	235,21
	Відварне броколі	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
	Фрукти (банан)	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>										
Б	Суп гороховий	200	5,78	4,24	23,58	132,04	250	7	4,85	28,12	164,27
ЗП	Каша рисова розсипчаста	80	2,37	3,56	31,49	104,6	100	3,86	4,89	38,82	121,88
	Гуляш з м'яса свинини	45	9,9	3,38	3,98	91,38	60	13,22	4,34	5,43	125,59
	Вінегрет	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
ЗП	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,МП	Какао на молоці	150	2,82	2,5	4,73	75,6	200	3,38	3	5,68	97,1
	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	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
	Всього за вечерю					387,06					480,38

ВІВТОРОК 2 ТИЖДЕНЬ

	ВІВТОРОК 2 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,ЗП,Г	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
	Салат з капусти та зеленого горошку	60	0,81	0,78	7,91	45,21	80	1,18	1,17	11,38	59,69
	Фрукти (яблука)	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>										
ЗП,Г	Суп кус-кусом	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
	Квашений огірк, помідор						80	0,7	2,1	2,6	72,1
	Овочева нарізка	60	2,96	0,05	20,92	55,98					
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					489,11
	<i>Вечеря</i>										
ЗП	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
	Салат з пекінської капусти	60	0,81	0,78	7,91	63,6	80	1,18	1,17	11,38	89,3
МП, Л	Ряжанка 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	55,2	125	3,75	3,13	4,38	91,3
	Фрукти (груша)	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 2 ТИЖДЕНЬ

		СЕРЕДА 2 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>										
ЗП,Г	Макарони 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
	фрукти(банан)	60	0,9	0,06	13,8	54,4	80	1,2	0,08	17,44	71,2
МП Л	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	200	6,714	5,22	15,912	95,1
	Всього за сніданок					376,99					480,56
	<i>Обід</i>										
ЗП	Суп гречаний	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
Б	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	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
МП Л	Йогурт 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	55,2	125	3,75	3,13	4,38	91,3
	фрукти (яблуко запечене)	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 2 ТИЖДЕНЬ

Алергени	Найменування страви	Вихід	Білки	Жири	Вугле-	Енерг.	Вихід	Білки	Жири	Вугле-	Енерг.
		страви 1-4 роки					страви 4-6(7)р.				
	<i>Сніданок</i>										
Л МП	Запіканка сирна з родзинками	100/20	12,39	10,16	13,1	199,9	125/25	17,1	13,65	18,04	223,9
	Гарбуз запечений	60	0,6	2,56	3,24	79,6	80	0,8	3,08	4,32	98,98
	Каша кукурудзяна	80	2,22	2,67	10,53	69,3	100	2,77	3,34	13,16	85,6
	Фрукти (мандарин)	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					405,1					546,67
	<i>Обід</i>										
ЗП,Г	Розсольник	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 булгур з в/м	80/2	2,97	1,83	20	89,6	100/2,5	3,57	2,27	24,07	109,5
	Вінегрет	60	0,77	3,04	4,48	55,98	80	0,91	4,04	5,91	60,92
ЗП,Г,МП	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
	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>										
Б	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
МП Л	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	200	6,714	5,22	15,912	95,1
	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 2 ТИЖДЕНЬ

		Вихід	Білки	Жири	Вугле-	Енерг.	Вихід	Білки	Жири	Вугле-	Енерг.
Алергени	Найменування страви	страви 1-4 роки			води	цінність ккал	страви 4-6(7)р.			води	цінність ккал
	<i>Сніданок</i>										
МП,Л,ЗП,Г	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
	Фрукти (банан)	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>										
Б	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
	Квашений огірк, помидор						80	0,7	2,1	2,6	72,1
	Салат з капусти та моркви	60	2,96	0,05	20,92	55,98					
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					482,68					600
	<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
МП ЗП	Вермішель відварна 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
	фрукти (апельсин)	60	0,9	0,06	13,08	65,98	80	1,2	0,08	17,44	98,13
Л МП	Какао на молоці	150	5,595	4,35	13,26	63,3	200	6,714	5,22	15,912	95,1
	Всього за вечерю					397,03					503,71

	ПОНЕДІЛОК 3 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,ЗП,Г	Молочний суп манний	150	4,8	5,1	35,1	123,4	200	4,8	5,1	35,1	199,8
Я	Омлет	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
	Сухофрукти	20	1,08	0,24	14,44	56,8	25	1,35	0,3	18,05	71
	Перець свіжий	60	0,45	3,14	4,64	51,2	80	0,63	4,2	6,52	68,1
	Чай з лимоном	150	0,41	-	19,25	56,9	180	0,51	-	24,14	60,2
	Всього за сніданок					433,9					544,7
	<i>Обід</i>										
ЗП,Г	Розсольник з крупою ячневою	200	1,461	3,098	7,041	89,99	250	1,938	3,941	9,434	107,3
Б	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
	Капуста тушкована	60	0,67	1,53	7,94	65,3	80	0,9	2,04	10,88	79,5
	Сік	120	0,44	-	11,33	46,2	180	0,72	-	18,54	75,6
	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>										
ЗП	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
МП, Л	Какао на молоці	150	5,595	4,35	13,26	63,3	200	6,714	5,22	15,912	95,1
	Фрукти (апельсин)	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 3 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,ЗП,Г	Ліниві 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
Г,ЗП	Каша вівсяна	80	2,22	2,67	10,53	69,3	100	2,77	3,34	13,16	85,6
	Броколі відварне	60	0,77	3,04	4,48	60,75	80	0,91	4,04	5,91	78,36
	Фрукти (банан)	60	0,49	0,11	5,13	58,91	80	0,72	0,16	7,6	75,69
	Всього за сніданок					476,36					588,14
	<i>Обід</i>										
Б	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 квашеної капусти						80	0,7	2,1	2,6	72,1
	Салат з капусти	60	0,77	3,04	4,48	60,23					
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					575,6
	<i>Вечеря</i>										
	Картопляне пюре	80	2,01	2,12	14,53	79,6	100	2,51	2,65	17,16	89,6
ЗП,Г	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
МП,Л	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	200	6,714	5,22	15,912	95,1
	Фрукти (мандарин)	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 3 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
	Сніданок										
я	Яйце варене	50	5	4,6	0,28	62,8	50	5	4,6	0,28	62,8
ЗП,Г	Макарони відварні	80	10,34	3,2	24,4	115,9	100	12,93	3,88	30,51	142,9
	Овочева нарізка	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
	Фрукти (груша)	60	0,49	0,11	5,13	54,9	80	0,72	0,16	7,6	67,9
МП,Л	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
	Обід										
Р,ЗП	Суп рибний з пшоном	200	1,51	3,41	8,94	101,3	250	2,02	4,38	11,92	121,3
МП,Л	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
ЗП,Л	Каша пшенична	80	2,44	1,71	15,12	69,3	100	3,05	2,14	18,9	95,6
	Салат з пекінської капусти	60	0,81	0,78	7,91	54,91	80	1,18	1,17	11,38	71,9
	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					477,41					577
	Вечеря										
Р	Котлета рибна	40	10,11	3,35	5,17	119,6	60	13,5	4,3	7,11	134,2
ЗП,Г	Каша вівсяна в'язка	80	2,22	2,67	10,53	99,9	100	2,77	3,34	13,16	124,3
	Вінегрет	60	0,91	4,04	5,91	60,92	80	0,72	2	3,47	75,3
	Фрукти (яблуко)	60	0,24	0,24	6,24	54,3	80	0,32	0,32	8,32	73,99
Л,МП	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	200	6,714	5,22	15,912	95,1
	Всього за вечерю					398,02					502,89

	ЧЕТВЕР 3 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
	Сніданок										
МП,Л,ЗП,Г	Львівський сирник з родзинками	100/20	18,23	13,14	17,42	219,3	125/25	22,71	16,87	22,87	285,3
	Компот	150	0,41	-	19,25	87,9	180	0,51	-	24,14	101,3
	Салат морквяний	60	0,59	2,55	3,78	37,78	80	0,62	2,73	4,02	40,22
	Фрукти (яблуко)	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
	Обід										
Б	Борщ український з квасолею	200	2,13	2,51	10,03	105,3	250	2,75	3,14	13,13	119,9
ЗП	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
	Салат з квашеного огірка та цибулі						80	0,7	2,1	2,6	72,1
	Кабачкова ікра	60	0,59	2,09	3,73	59,99					
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	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					534,76
	Вечеря										
	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 цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	71,1	30	3,27	1,65	14,13	71,1
	Фрукти (банан)	60	0,9	0,06	13,08	53,4	80	1,2	0,08	17,44	67,1
Л,МП	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 З 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>										
Л,МП,ЗП	Суп молочний рисовий	150	1,55	1,6	12,36	110,89	200	1,99	2,01	15,53	130,89
	Гарбуз запечений з курагою	60/20	0,59	2,55	3,78	61,26	80/25	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
	Фрукти (апельсин)	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>										
ЗП,Г	Суп з макаронами	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,Г	Каша булгур	80	2,37	3,56	31,49	83,4	100	3,86	4,89	38,82	102,3
	Буряк тушкований	60	1,07	3,62	8,72	56,7	80	1,43	4,96	11,79	76,3
ЗП,Г,МП,Л	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
	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
Б	Пюре із сочевиці з цибулею	80	10,34	3,2	24,4	98,6	100	12,93	3,88	30,51	112,3
	Салат із капусти з укропом	60	0,77	3,04	4,48	75,1	80	0,91	4,04	5,91	91,3
Л,МП	Какао на молоці	150	5,595	4,35	13,26	63,3	200	6,714	5,22	15,912	91,5
	Фрукти (груша)	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 4 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
	Сніданок										
МП, ЛЗП	Суп молочний пшоняний	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 із моркви 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
	Фрукти (мандарин)	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
	Обід										
ЗП,Г	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
	Вінегрет	60	0,91	4,04	5,91	60,92	80	0,7	2,1	2,6	73
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
	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
	Вечеря										
	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 з пекінки та огірка	60	0,59	2,09	3,73	66,3	80	0,71	2,12	4,54	76,5
Л,МП	Какао на молоці	150	2,82	2,5	4,73	97,8	200	3,38	3	5,68	109,32
	Фрукти (груша)	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										
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	Сирне суфле із родзинками	100/20	18,23	13,14	17,42	198,3	125/25	22,71	16,87	22,87	243,9
	Кисіль фруктовий	150	0,41	-	19,25	79,9	180	0,51	-	24,14	91,9
	Каша кукурудзяна	80	2,22	2,67	10,53	69,3	100	2,77	3,34	13,16	85,6
	Овочева нарізка	60	0,59	2,55	3,78	37,78	80	0,62	2,73	4,02	40,22
	Фрукти (яблуко)	60	0,66	0,05	14,9	52,6	80	0,83	0,063	18,71	68,9
	Всього за сніданок					437,88					530,52
	<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
Б	Горохове п`юре	80	2,22	2,67	10,53	73,8	100	2,77	3,34	13,16	92,28
	Ікра з бурячка	60	0,77	3,04	4,48	46,14	80	0,91	4,04	5,91	60,92
ЗП,Г	Хліб цільозерновий	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	33,8	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
ЗП,Г	Вермішель відварна	80	2,46	1,8	21,38	99,9	100	3,09	2,26	26,82	115,3
	Капуста цвітна відварна	60	0,67	1,53	7,94	45,85	80	0,9	2,04	10,88	62,31
Л,МП	Молоко кип'ячене	150	5,595	4,35	13,26	63,3	200	6,714	5,22	15,912	95,1
	Фрукти (банан)	60	0,49	0,11	5,13	21,6	80	0,72	0,16	7,6	32
ЗП,Г	Хліб цільозерновий	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

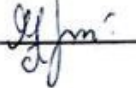
	СЕРЕДА 4 ТИЖДЕНЬ										
Алергени	Найменування страви	Вихід страви 1-4 роки	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал	Вихід страви 4-6(7)р.	Білки	Жири	Вугле- води	Енерг. цінність ккал
	<i>Сніданок</i>										
Л,МП,ЗП,Г	Суп молочний ячневий	150	2,65	3,02	14,95	95,8	200	2,85	3,32	16,45	112,3
Я,МП	Омлет	50	7,07	8,97	0,92	101,3	50	7,07	8,97	0,92	101,3
	Огірок, помідор	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	180	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
	Фрукти (груша)	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>										
Б	Суп гороховий	200	5,78	4,24	23,58	109,3	250	7	4,85	28,12	138,3
Г,ЗП	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
	Салат з квашеної капусти						80	0,7	2,1	2,6	72,1
	Салат з капусти	60	0,77	3,04	4,48	60,23					
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	3,27	1,65	14,13	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
	Компот	150	0,165	-	8,815	33,73	180	0,22	-	12,09	46,43
	Всього за обід					485,61					582,18
	<i>Вечеря</i>										
	Овочеve 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,МП	Ряжанка 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	61,56	125	3,75	3,13	4,38	91,3
	Фрукти (мандарин)	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										
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,ЗП,Г	Сирники з повидлом	100/15	12,39	10,16	13,1	193,96	125/20	17,1	13,65	18,04	249,5
	Капуста кольорова відварна	60	1,47	3,08	17,96	100,52	80	1,96	3,99	24,08	128,4
ЗП,Г	Каша вівсяна	80	2,22	2,67	10,53	69,3	100	2,77	3,34	13,16	85,6
	Сік	120	0,41	-	19,25	56,9	180	0,51	-	24,14	60,2
	Фрукти (банан)	60	0,24	0,24	6,24	59,36	80	0,32	0,32	8,32	69,38
	Всього за сніданок					480,04					593,08
	<i>Обід</i>										
ЗП,Г	Суп круп'яний пшеничний	200	1,66	2,54	11,01	97,6	250	2,22	3,48	14,62	115,3
ЗП	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
	Фрукти (яблуко)	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>										
Б	Пюре з сочевиці	80	2,01	2,12	14,53	99,5	100	2,51	2,65	18,16	118,9
ЗП,Г	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,МП	Какао на молоці	150	2,82	2,5	4,73	79,5	200	3,38	3	5,68	97,6
	Всього за вечерю					427,84					509,12

	П'ЯТНИЦЯ 4 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, ЛЗП,Г	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 цільозерновий	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
	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>										
Б	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
	Каша гречана	80	2,22	2,67	10,53	73,82	100	2,77	3,34	13,16	92,28
	Квашений огірк, помидор						80	0,7	2,1	2,6	72,1
	Салат з капусти, огірка і укропу	60	0,59	2,09	3,73	59,99					
	Кисіль фруктовий	150	0,41	-	19,25	79,9	180	0,51	-	24,14	91,9
	Всього за обід					494,21					598,78
	<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 цільозерновий	30	3,27	1,65	14,13	82,8	30	3,27	1,65	14,13	82,8
Л,МП	Йогурт 2,5%	100	2,7	2,25	3,15	61,56	125	3,75	3,13	4,38	91,3
	Фрукти (апельсини)	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

Меню склав:

Сестра медична

 **Олена ЯКУБЕНКО**