

ПОНЕДІЛОК 1 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		Вікова група	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4
Сніданок											
ЗП	Плов з курятиною	130/45	160/60	12,43	13,92	9	11	28,24	30,29	233,17	279,81
Г, ЗП	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Сік фруктовий	120	180	0,12	0,18	0	0	19,08	28,62	81,6	116,32
Б	Салат зі свіжої капусти,цибулі та огірка	60	80	2,57	3,39	3,11	4,23	4,35	6,07	53,58	72,89
	Всього на сніданок:			<b>17,69</b>	<b>19,95</b>	<b>17,11</b>	<b>17,11</b>	<b>72,64</b>	<b>93,72</b>	<b>500,97</b>	<b>604,93</b>
Обід											
МП, Л	Борщ український зі сметаною	150	200	2,13	2,75	2,51	3,14	10,03	13,13	68,85	88,75
МП, Л	Картопляне пюре	87	100	2,01	2,51	2,12	2,65	14,53	18,16	84,5	105,63
Г	Шніцель зі свинини	60	80	8,36	11,09	14,49	19,15	8,58	11,17	198,68	262,02
	Огірок свіжий шматочками	60	80	0,42	0,68	0,03	0,05	2,69	4,37	10,88	17,68
Г, ЗП	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Компот із сухофруктів	130	150	0,23	0,35	0	0	10,5	15,75	39,05	46,86
	Фрукти свіжі (червень-яблуко,липень-персик,серпень-груша)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
	Всього за обід:			<b>16,15</b>	<b>20,46</b>	<b>20,02</b>	<b>25,94</b>	<b>65,8</b>	<b>84,58</b>	<b>501,56</b>	<b>629,54</b>
Вечеря											
Г,МП, Л, Я	Лініві вареники з к/м сиром	92/77	104/05	10,6	13,46	5,20	6,56	27	35,17	196,75	252,53
МП, Л	Соус сметанный	40	50	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
МП, Л	Какао на молоці	150	180	5,02	6,02	4,25	5,10	8,06	9,67	89,2	107,4
	Фрукти свіжі (червень-полуниця,липень-персик,серпень-груша)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,3	6,08	8,08	25	33
	Всього за вечерю:			<b>16,84</b>	<b>21,35</b>	<b>12,13</b>	<b>15,95</b>	<b>45,97</b>	<b>59,90</b>	<b>357,57</b>	<b>464,92</b>
	Всього за день:			<b>50,68</b>	<b>61,76</b>	<b>49,26</b>	<b>59,00</b>	<b>238,20</b>	<b>238,20</b>	<b>1360,10</b>	<b>1699,39</b>

ВІВТОРОК 1 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
Г, МП, Л	Макарони з маслом	90	110	3,36	4,38	2,31	2,91	21,53	28,04	120,98	156,58
МП,Л,Я,З П	Котлета натуральна з кур.філе (відбивна)	70	90	11,55	15,58	5,29	6,61	11,55	15,06	141,49	184,03
МП,Л,Г,ЗП	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15	5,06	6,21	3,53	4,98	13,63	13,63	108,6	126,60
	Помідори свіжі	60	80	3,8	4,33	1,64	1,66	11,36	12,93	71,99	80,11
	Фрукти свіжі (червень-банани,липень-персик,серпень-персик)	60	80	0,36	0,48	0,12	0,16	9,36	12,48	39	52
	Молоко кип`ячене	150	180	2,82	3,4	2,5	3,0	4,73	5,7	52	62
	Всього за сніданок:			<b>29,3</b>	<b>37,14</b>	<b>16,03</b>	<b>19,94</b>	<b>78,18</b>	<b>95,34</b>	<b>599,8</b>	<b>702,7</b>
Обід											
МП, Л	Суп куліш	150	200	1,62	2,14	2,62	3,3	10,73	14,21	72,21	94,09
МП, Л, ЗП	Каша ячнева з маслом	82	103	1,76	2,17	1,68	2,09	11,87	14,59	69,92	86,18
Г	Биточок курячий	60/45	80/60	9,65	12,86	3,64	4,49	3,25	4,26	83,23	109,14
	Салат зі свіжого огірка і помідора	60	80	0,67	0,90	1,53	2,04	7,94	10,88	45,85	62,31
Г, ЗП	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Компот зі свіжих фруктів	120	160	0,24	0,32	0,24	0,32	12,23	16,3	49,74	66,32
	Всього за обід:			<b>16,94</b>	<b>21,47</b>	<b>10,28</b>	<b>12,99</b>	<b>65,94</b>	<b>82,24</b>	<b>420,64</b>	<b>526,64</b>
Вечеря											
Р, Г, Я	Хлібець рибний	48	72	7,95	11,89	3,32	4,21	3,50	5,21	75,78	106,42
ЗП,Л,МП,Г	Каша вівсяна з маслом в`язка	12	102	2,22	2,77	2,67	3,34	10,53	13,16	73,82	92,28
Б	Салат зі свіжої капусти та огірка	60	80	9,00	11,00	0,15	0,21	63,00	79,00	71,00	71,00
Г, ЗП	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Компот із сухофруктів	120	160	0,24	0,32	0,24	0,32	12,23	16,3	49,74	66,32
	Фрукти свіжі ( червень-полуниця, липень-персик, серпень-груша)	60	80	0,48	0,64	0	0	6,06	8,08	25,6	34,4
	Всього на вечерю:			<b>22,17</b>	<b>28,74</b>	<b>7,01</b>	<b>8,71</b>	<b>102,94</b>	<b>127,35</b>	<b>342,94</b>	<b>408,62</b>
	Всього за день:			<b>68,41</b>	<b>87,35</b>	<b>33,32</b>	<b>41,64</b>	<b>247,06</b>	<b>304,93</b>	<b>1363,38</b>	<b>1637,96</b>

СЕРЕДА 1 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
МП,ЗП,Л	Каша пшенична з маслом	90	100	2,22	2,77	2,62	3,34	10,58	13,16	73,82	92,28
Р,Я,Г,ЗП	Рибна паличка	65/45	80/60	8,66	13,05	6,23	8,85	9,47	14,55	128,63	190,15
Г, ЗП	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Чай з лимоном	120	150								
	Огірок свіжий	60	80	3,8	4,33	1,64	1,68	11,36	12,93	71,99	80,11
	Всього за сніданок:			<b>17,44</b>	<b>22,91</b>	<b>11,12</b>	<b>14,5</b>	<b>45,09</b>	<b>54,32</b>	<b>347,04</b>	<b>435,14</b>
Обід											
Б,МП,Л	Суп гороховий з грінками	150	200	5,8	7	4,24	4,85	23,58	28,12	156,04	184,27
ЗП,МП,Л	Каша ячнева	90	113	2,44	3,05	1,71	2,14	15,12	18,90	86,92	108,65
МП,Л	Котлета рублена з курки	47/32	63/56	10,35	14,06	4,67	6,81	6,01	9,15	109,86	157,41
	Салат зі свіжої капусти,моркви і огірка	60	80	0,61	0,82	3,58	4,11	2,84	3,79	44,52	52,39
МП,Л	Какао на молоці	150	180	5,02	6,02	4,25	5,1	8,06	9,67	89,2	107,4
Г, ЗП	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Фрукти свіжі (червень-полуниця,липень-персик,серпень-персик)	60	80	0,49	0,72	0,05	0,08	5,62	8,32	23,22	34,40
	Всього за обід:			<b>26,62</b>	<b>33,93</b>	<b>19,8</b>	<b>25,81</b>	<b>74,15</b>	<b>91,89</b>	<b>581,14</b>	<b>735,63</b>
Вечеря											
Я,МП,Л	Сирники рожеві з морквою та родзинками	78/60	115/83	12,39	17,10	10,16	13,65	13,10	18,04	193,96	264,33
МП,Л	Соус сметанковий	40	55	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
МП,Л	Кефір	100	125	4,0	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95
	Фрукти свіжі ( червень-полуниця, липень-персик,серпень-груша)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,00	34,00
	Всього за вечерю:			<b>18,63</b>	<b>24,99</b>	<b>17,09</b>	<b>23,04</b>	<b>32,07</b>	<b>42,77</b>	<b>354,78</b>	<b>476,72</b>
	Всього за день:			<b>62,69</b>	<b>81,83</b>	<b>38,01</b>	<b>63,38</b>	<b>151,4</b>	<b>188,98</b>	<b>1282,96</b>	<b>1647,49</b>

ЧЕТВЕР 1 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.		
		Вікова група	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок												
ЗП,МП,Л	Каша вівсяна з маслом		90	100	2,22	2,77	2,67	3,34	10,53	13,16	73,82	92,28
МП,Л	Биточок курячий		75/45	90/60	10,37	15,69	13,79	20,05	8,89	13,84	262	307,06
Г, ЗП	Хліб цільнозерновий		30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
МП,Л	Молоко кип'ячене		150	180	2,82	3,4	2,5	3	4,73	5,7	52	62
Б	Помідори свіжі		60	80	3,8	4,33	1,64	1,68	11,36	12,93	71,99	80,11
	Всього за сніданок:				<b>25,1</b>	<b>32,81</b>	<b>23,04</b>	<b>23,95</b>	<b>65,93</b>	<b>81,06</b>	<b>642,59</b>	<b>743,83</b>
Обід												
	Суп гречаний		150	200	2,41	3,32	3,22	4,85	14,54	19,44	93,92	130,11
	Зрази картопляні зі свининою		140/50	170/60	10,6	13,1	5,05	5,99	18,77	23,28	163,68	200,32
	Салат з огірків і помідорів		60	80	0,61	0,82	3,58	4,11	2,84	3,79	44,52	53,39
	Сік фруктовий		120	180	0,48	0,56	0	0	13,56	20,34	56,16	84,24
	Фрукти свіжі (червень-яблуко, липень-персик,серпень-персик)		60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	8,32	27	36
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий		30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Всього за обід:				<b>17,21</b>	<b>20,94</b>	<b>11,22</b>	<b>14,4</b>	<b>71,01</b>	<b>90,73</b>	<b>451,04</b>	<b>572,33</b>
Вечеря												
Г,ЗП,МП,Л	Гратен «Зебра» із к/м сиру і какао		134/80	178/110	16,4	20,43	12,0	15,0	20,62	25,97	255,72	322,01
МП,Л	Сметана		15	22	0,70	0,98	25,0	35,0	0,80	1,12	51,50	72,10
	Салат з моркви та яблук		60	80	0,8	1,4	1,6	2,8	2,8	4,6	30,2	50,4
	Фрукти свіжі (червень-полуниця, липень-персик,серпень-груша)		60	80	0,93	1,24	0,06	0,08	13,41	17,88	54,74	72,98
	Молоко кип'ячене		150	180	2,82	3,4	2,5	3,0	4,73	5,7	52	62
	Всього за вечерю:				<b>19,07</b>	<b>24,37</b>	<b>38,9</b>	<b>53,2</b>	<b>49,86</b>	<b>65,87</b>	<b>441,9</b>	<b>583,81</b>
	Всього за день:				<b>61,38</b>	<b>78,12</b>	<b>73,16</b>	<b>91,55</b>	<b>186,8</b>	<b>237,66</b>	<b>1535,53</b>	<b>1899,97</b>

П'ЯТНИЦЯ 1 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
Г,ЗП,МП,Л	Макарони з маслом	90	100	3,9	4,55	3,2	3,73	20,3	23,68	124,8	144,6
Г	Нагетси курячі	60	80	11,96	15,99	4,16	5,36	12,10	16,5	136,47	181,95
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Огірок свіжий	60	80	0,61	0,82	3,58	4,11	2,84	3,79	44,52	53,39
	Чай каркаде	150	180								
	Всього за сніданок:			<b>22,12</b>	<b>27,93</b>	<b>11,16</b>	<b>14,03</b>	<b>63,84</b>	<b>77,81</b>	<b>442,19</b>	<b>545,02</b>
Обід											
МП,Л	Суп по-селянськи	150	200	1,51	2,02	3,41	4,38	8,94	11,92	71,26	93,52
	Печеня по-домашньому зі свининою	140/45	160/60	11,26	17,95	10,79	17,52	15,34	24,09	181,41	300,01
МП,Л	Молоко кип'ячене	150	180	2,82	3,4	2,5	3	4,73	5,7	52	62
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Салат зі свіжої капусти,моркви та огірка	60	80	0,72	0,97	2,08	2,61	4,22	5,7	37,68	49,08
	Фрукти свіжі(червень-банани,липень-персик,серпень-груша)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
	Всього за обід:			<b>19,07</b>	<b>27,1</b>	<b>19,41</b>	<b>28,14</b>	<b>46,91</b>	<b>61,09</b>	<b>414,95</b>	<b>577,21</b>
Вечеря											
Я,ЗП	Суфле з курячого м`яса і рису	100/45	135/60	10,72	14,3	4,79	6,26	10,87	14,49	132,32	175,32
	Салат зі свіж. моркви з родзинками	60	80	0,91	1,22	4,04	5,39	5,91	7,88	60,32	81,23
	Компот із сухофруктів	130	150	0,23	0,32	0	0	10,5	15,75	39,05	46,86
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Фрукти свіжі (червень-полуниця.липень-персик,серпень-персик)	60	80	0,48	0,64	0	0	6,06	8,08	25,8	34,4
	Всього за вечерю:			<b>14,62</b>	<b>18,6</b>	<b>9,46</b>	<b>12,27</b>	<b>40,96</b>	<b>51,8</b>	<b>304,29</b>	<b>376,01</b>
	Всього за день:			<b>55,81</b>	<b>73,63</b>	<b>40,03</b>	<b>54,44</b>	<b>151,71</b>	<b>190,7</b>	<b>1161,43</b>	<b>1498,24</b>

ПОНЕДІЛОК 2 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		Вікова група	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4
		Сніданок									
	Картопля тушкована з курячим м'ясом	130/45	160/60	2,35	2,79	3,4	5,17	12,82	14,49	86,41	112,08
МП,Л,ЗП,Г	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/10	30/15	5,06	6,21	3,53	4,98	13,68	13,68	108,6	126,6
Б	Салат зі свіжої капусти,моркви і огірка	60	80	3,8	4,33	1,64	1,72	11,36	12,93	71,99	80,11
МП,Л	Какао на молоці	150	180	5,02	6,02	4,25	5,1	8,06	9,67	89,2	107,04
	Фрукти свіжі (червень-яблука,липень-персик,серпень-груша)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	8,32	27	36
	Всього за сніданок:			<b>16,47</b>	<b>19,67</b>	<b>13,06</b>	<b>17,29</b>	<b>52,16</b>	<b>59,09</b>	<b>383,2</b>	<b>461,83</b>
		Обід									
МП,Л	Суп польовий	150	200	1,62	2,14	2,62	3,30	10,73	14,21	72,21	94,03
ЗП,МП,Л	Каша пшенична з маслом	90	100	4,94	6,38	3,82	5	21,66	27,25	142,84	182,16
Я,Г	Котлета свинна рублена	60	80	10,80	14,46	3,58	4,62	8,23	11,24	110,74	147,55
	Помідори свіжі	60	80	0,42	0,68	0,03	0,05	2,09	4,37	10,88	17,68
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Компот із сухофруктів	130	150	0,23	0,35	0	0	10,5	15,75	39,05	46,86
	Всього за обід:			<b>21,7</b>	<b>28,01</b>	<b>10,74</b>	<b>8,73</b>	<b>80,9</b>	<b>104,39</b>	<b>503,11</b>	<b>633,92</b>
		Вечеря									
МП,Л	Сирне суфле з к/м сиром	90/75	100/85	12,39	17,10	10,16	13,65	13,10	18,04	193,96	264,33
МП,Л	Соус сметанковий	40	55	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	58,99
МП,Л	Молоко кип'ячене	150	180	2,82	3,4	2,5	3	4,73	5,7	52	62
	Салат з моркви і яблука	60	80	0,91	1,22	4,04	5,39	5,91	7,88	60,32	81,23
	Фрукти свіжі (червень-полуниця,липень-персики,серпень-персик)	60	80	0,36	0,48	0,12	0,16	9,36	12,48	39	52
	Всього за вечерю:			<b>17,10</b>	<b>23,27</b>	<b>19,14</b>	<b>23,04</b>	<b>28,41</b>	<b>38,36</b>	<b>299,42</b>	<b>405,17</b>
	Всього за день:			<b>55,27</b>	<b>70,95</b>	<b>42,94</b>	<b>49,06</b>	<b>161,47</b>	<b>201,84</b>	<b>1185,73</b>	<b>1500,92</b>

ВІВТОРОК 2 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
МП,Л,Я	Омлет	60	60	3,85	5,85	6,12	6,12	2,67	2,67	88,87	88,87
ЗП,МП,Л	Каша ячнева	90	110	2,44	3,05	1,71	2,14	15,12	18,9	59,92	108,65
Б	Салат з огірків і помідорів	60	80	0,61	0,82	3,58	4,11	2,84	3,79	44,52	53,39
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Компот фруктовий	120	180	0	0	0	0	19,08	28,62	21,6	36,32
	Фрукти свіжі (червень-яблука, липень-персик, серпень-персик)	60	80	0,93	1,24	0,06	0,08	13,41	17,88	54,74	72,98
	Всього за сніданок:			<b>12,82</b>	<b>14,05</b>	<b>10,6</b>	<b>11,58</b>	<b>68,18</b>	<b>87,45</b>	<b>422,41</b>	<b>508,50</b>
Обід											
МП,Л	Борщ Український зі сметаною	150	200	2,41	3,32	3,32	4,85	14,54	19,44	93,93	130,81
Г,МП,Л,Я	Зрази з курячим м'ясом	140/45	160/60	11,99	15,91	5,43	7,28	3,75	5,08	111,76	144,34
	Салат з капусти,моркви і огірка	60	80	1,76	1,76	0,10	0,10	5,59	5,59	26,46	26,46
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
ЗП,МП,Л	Каша гречана	90	100	4,24	3,31	2,56	3,2	4,20	26,58	125,45	157,23
	Фрукти свіжі(червень-банани, липень-груша, серпень-груша)										
МП,Г	Кефір	100	125	4,0	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70,0	95,0
	Всього за обід:			<b>27,4</b>	<b>32,68</b>	<b>15,68</b>	<b>20,88</b>	<b>54,3</b>	<b>87,29</b>	<b>527,2</b>	<b>662,44</b>
Вечеря											
	Рагу овочеve з курячим м'ясом	130/45	150/60	2,35	2,79	3,4	5,17	12,2	19,49	86,41	112,8
	Огірок свіжий	60	80	0,67	0,9	1,53	2,04	7,94	10,88	42,85	62,31
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Сік фруктовий	120	180	0,12	0,18	0	0	19,08	28,62	81,6	116,32
	Всього за вечерю:			<b>8,08</b>	<b>9,9</b>	<b>8,46</b>	<b>12,14</b>	<b>33,82</b>	<b>44,05</b>	<b>237,86</b>	<b>301,71</b>
	Всього за день:			<b>48,3</b>	<b>56,63</b>	<b>34,74</b>	<b>44,6</b>	<b>156,3</b>	<b>218,79</b>	<b>1187,47</b>	<b>1472,65</b>

СЕРЕДА 2 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
МП,Л	Картопляне пюре	90	100	2,01	2,51	2,12	2,65	14,53	18,16	84,50	105,63
Р,Я	Рибна паличка	60	80	8,07	12,14	1,97	3,27	5,33	7,71	71,21	108,56
	Помідори свіжі	60	80	0,67	0,90	1,53	2,04	6,94	10,88	45,85	62,31
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Кисіль фруктовий	150	180	0,41	0,51	0	0	6,37	7,96	26,16	32,70
	Всього за сніданок:			<b>14,41</b>	<b>19,54</b>	<b>6,36</b>	<b>8,75</b>	<b>51,98</b>	<b>65,99</b>	<b>321,92</b>	<b>413,8</b>
Обід											
МП,Л,Г	Суп вермішелевий	150	200	5,78	7	4,24	4,85	23,58	28,12	156,04	184,27
ЗП,МП,Л,Г	Рис відварений з маслом	90	100	2,22	2,77	2,62	3,34	10,53	13,16	17,82	92,28
Я,Г	Оладки курячі	66	88	11,55	15,58	5,29	6,61	11,55	15,06	141,49	184,03
	Салат зі свіжо гірка і помідора	60	80	1,85	2,21	3,55	5,32	9,15	14,84	74,09	99,26
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
МЛ,Л	Какао на молоці	150	180	50,02	6,02	4,25	5,10	8,06	9,67	89,20	107,04
	Фрукти свіжі (червень-полуниця, липень-персик, серпень-груша)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	8,32	27	36
	Всього за обід:			<b>24,42</b>	<b>29,73</b>	<b>20,82</b>	<b>26,14</b>	<b>83,39</b>	<b>102,85</b>	<b>612,51</b>	<b>739,84</b>
Вечеря											
МП,Л	Сирники рожеві з морквою та родзинками	60	80	12,39	17,1	10,16	13,65	13,10	18,04	193,96	364,33
МП,Л	Соус сметанковий	40	55	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
МП,Л	Кисіль молочний	150	180	2,82	4,24	2,5	3,75	14,51	18,56	82,4	122,8
	Фрукти свіжі (червень-полуниця, липень-персик, серпень-груша)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
	Всього за вечерю:			<b>16,19</b>	<b>22,89</b>	<b>15,1</b>	<b>21,37</b>	<b>32,28</b>	<b>43,34</b>	<b>320,99</b>	<b>556,12</b>
	Всього за день:			<b>55,02</b>	<b>72,16</b>	<b>42,28</b>	<b>56,26</b>	<b>167,65</b>	<b>212,18</b>	<b>1255,42</b>	<b>1709,76</b>



ЧЕТВЕР 2 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
ЗП,МП,Л	Каша вівсяна з маслом	90	100	2,22	2,77	2,67	3,34	10,53	13,16	73,02	92,28
Г, Р,Я	Фішболи в томатному соусі з овочами	70/45	90/60	8,07	12,14	1,97	3,27	5,33	7,71	71,21	108,56
	Помідор свіжий	60	80	0,42	0,68	0,03	0,05	2,69	4,37	10,88	17,68
	Сік фруктовий	120	180	0,12	0,18	0	0	19,08	28,62	81,6	116,32
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Всього за сніданок:			<b>13,59</b>	<b>18,53</b>	<b>5,3</b>	<b>7,29</b>	<b>51,31</b>	<b>67,54</b>	<b>309,31</b>	<b>407,44</b>
Обід											
МП,Л,Я,Г	Суп з галушками	150	200	2,6	3,43	3,64	4,68	14,8	16,3	100,65	139,77
ЗП,МП,Л	Каша гречана з маслом	90	100	4,24	5,31	2,56	3,2	21,20	26,85	125,45	157,23
МП,Г,Я	Омлет	70	70	11,17	14,93	7,11	9,33	2,35	3,46	120,19	160,26
	Салат зі свіжої капусти,цибулі і огірка	60	80	0,78	1,04	5,10	6,8	3,84	5,12	62,50	83,30
	Фрукти свіжі (червень-банани,липень-груша,серпень-груша)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
МП, Л	Кефір	100	125	4	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Всього за обід:			<b>22,52</b>	<b>34,01</b>	<b>23,5</b>	<b>39,22</b>	<b>75,58</b>	<b>91,62</b>	<b>536,83</b>	<b>687,09</b>
Вечеря											
	Курка по-італійськи	55	70	9,65	12,86	3,34	4,29	3,25	4,26	83,23	109,14
ЗП,МП,Л	Пшенична каша з маслом	90	100	2,22	2,77	2,67	3,34	10,53	13,16	73,82	92,28
	Огірок свіжий	60	80	1,85	2,21	3,55	5,32	9,75	14,84	74,09	91,26
	Компот фруктовий	120	160	0,24	0,32	0,24	0,32	12,23	16,3	44,74	66,31
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Фрукти свіжі (червень-полуниця,липень-персик,серпень-груша)	60	80	0,24	0,32	0,1	0,14	4,0	5,0	17,0	23,0
	Всього за вечерю:			<b>16,72</b>	<b>20,92</b>	<b>10,43</b>	<b>13,9</b>	<b>49,44</b>	<b>62,24</b>	<b>348,48</b>	<b>431,59</b>
	Всього за день:			<b>52,83</b>	<b>73,46</b>	<b>39,23</b>	<b>60,41</b>	<b>176,33</b>	<b>221,4</b>	<b>1194,62</b>	<b>1526,12</b>

П'ЯТНИЦЯ 2 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
Г,МП,Л	Макарони з маслом	90	100	3,9	4,55	3,2	3,73	20,3	23,68	124,8	144,6
МП,Л	Биточок курячий	70	90	11,17	14,93	7,11	9,33	2,35	3,46	120,19	160,26
	Салат зі свіжої капусти,цибулі і огірка	60	80	2,57	3,39	3,11	4,23	4,35	6,07	53,58	72,89
ЗП,Г,МП,Л	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15	5,06	6,21	3,53	4,98	13,63	13,63	108,6	126,6
МП,Л	Кисіль фруктовий	130	150	0,41	0,51	0	0	13,25	24,14	90,59	113,35
	Фрукти свіжі (червень-яблука,липень-персики,серпень-груша)	60	80	0,93	1,24	0,06	0,08	13,41	17,88	54,74	72,98
	Всього за сніданок:			<b>24,04</b>	<b>30,83</b>	<b>17,01</b>	<b>22,35</b>	<b>67,29</b>	<b>88,86</b>	<b>552,5</b>	<b>690,68</b>
Обід											
МП,Л	Борщ український зі сметаною	150	200	2,13	2,75	2,51	3,14	10,03	13,13	68,85	88,75
	Печеня по-домашньому зі свинини	140/45	160/60	11,26	17,95	10,79	17,52	15,34	24,09	181,41	300,01
Г,ЗП	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Огірки свіжі шматочками	60	80	1,76	1,76	0,10	0,10	5,59	5,59	26,46	26,46
	Фрукти свіжі (червень-полуниця,липень-персик,серпень-персик)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	8,32	27	36
	Компот зі свіжих фруктів	150	180	0,24	0,32	0,24	0,32	12,23	16,3	49,74	66,32
	Всього за обід:			<b>18,39</b>	<b>25,86</b>	<b>14,51</b>	<b>22,03</b>	<b>63,11</b>	<b>81,11</b>	<b>426,1</b>	<b>590,14</b>
Вечеря											
ЗП,МП,Л	Каша вівсяна	90	100	4,86	6,11	4,62	5,78	20,03	25,37	139,30	175,61
МП,Л,Я	Тюфтелька куряча	70/45	90/60	11,55	15,58	5,29	6,61	11,55	15,06	141,49	184,08
Г,ЗП	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Салат зі свіжої капусти і моркви	60	80	0,54	0,72	2,25	3,0	8,46	11,28	53,65	71,54
	Молоко кип'ячене	150	180	2,82	3,4	2,5	3,0	4,73	5,7	52	62
	Всього за вечерю:			<b>19,94</b>	<b>25,49</b>	<b>12,79</b>	<b>16,02</b>	<b>64,22</b>	<b>81,14</b>	<b>446,09</b>	<b>550,69</b>
	Всього за день:			<b>62,37</b>	<b>82,18</b>	<b>44,31</b>	<b>60,4</b>	<b>194,62</b>	<b>251,11</b>	<b>1424,69</b>	<b>1831,51</b>

ПОНЕДІЛОК 3 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
	Вікова група										
		Сніданок									
ЗП, МП,Л	Плов з курячим м'ясом	140/45	160/60	2,22	2,77	2,62	3,34	10,58	13,16	73,82	92,28
	Помідор свіжий	60	80	0,72	0,97	2,08	2,61	4,22	5,7	37,68	49,08
МП,Л	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15	5,06	6,21	3,53	4,98	13,68	13,68	108,6	126,6
	Чай з лимоном	130	150								
	Всього за сніданок:			<b>15,28</b>	<b>26,26</b>	<b>13,37</b>	<b>17,39</b>	<b>47,15</b>	<b>57,28</b>	<b>388,90</b>	<b>488,63</b>
		Обід									
Г,МП,Л	Суп з галушками	150	200	2,6	3,43	6,64	4,68	14,80	16,30	100,65	139,77
Г,МП,Л	Оладки курячі	70	90	11,84	15,69	5,35	6,74	5,32	6,96	118,63	153,69
ЗП,МП,Л	Каша пшенична	90	113	2,44	3,05	1,71	2,14	15,12	18,90	86,92	108,65
	Салат з огірків і помідорів	60	80	0,67	0,9	1,53	2,04	7,94	10,88	45,85	62,31
	Фрукти свіжі (червень-яблука, липень-персики, серпень-груша)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	1,32	27	36
	Кисіль ягідний	150	180	0,41	0,51	0	0	13,25	24,14	90,59	113,35
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Всього за обід:			<b>20,96</b>	<b>26,66</b>	<b>13,10</b>	<b>16,55</b>	<b>82,35</b>	<b>99,18</b>	<b>515,51</b>	<b>650,73</b>
		Вечеря									
МП,Л,Г	Пудинг сирно-морквяний	135	169	16,75	21	10,34	12,97	18,88	23,87	235,80	296,47
МП,Л	Сметана	15	22	0,70	0,98	25	35	0,80	1,12	51,50	72,10
МП,Л	Молоко кип'ячене	150	180	2,82	3,4	2,5	3	4,73	5,7	52	62,4
	Фрукти свіжі (червень-полуниця, липень-персик, серпень-персик)	60	80	0,93	1,24	0,06	0,08	13,41	17,88	54,74	72,88
	Всього за вечерю:			<b>21,20</b>	<b>26,62</b>	<b>37,90</b>	<b>31,05</b>	<b>37,82</b>	<b>48,57</b>	<b>394,04</b>	<b>503,95</b>
	Всього за день:			<b>57,44</b>	<b>79,54</b>	<b>64,37</b>	<b>84,99</b>	<b>167,32</b>	<b>205,03</b>	<b>1194,45</b>	<b>1643,31</b>

ВІВТОРОК 3 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
		Сніданок									
ЗП,Г,МП,Л	Макарони з маслом	90	110	4,94	6,38	3,82	5,0	21,66	27,25	142,89	182,16
	Котлета натуральна з філе (відбивна)	60	80	10,65	14,13	3,95	5,06	4,08	5,3	96,56	126,03
	Салат зі свіж.капусти ,цибулі і огірка	60	80	0,42	0,68	0,03	0,05	2,69	4,37	10,88	17,68
	Сік фруктовий	120	180	0,12	0,18	0	0	14,08	28,08	81,6	116,32
	Фрукти свіжі (червень-яблуко,липень-персики,серпень-груша)	60	80	0,49	0,72	0,11	0,16	5,13	7,6	21,6	32
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Всього за сніданок:			<b>19,38</b>	<b>24,85</b>	<b>8,54</b>	<b>10,9</b>	<b>61,32</b>	<b>86,28</b>	<b>426,13</b>	<b>546,79</b>
		Обід									
МП,Л	Суп гороховий з грінками	150	200	2,41	3,32	3,22	4,85	14,54	19,44	93,92	130,11
	Картопляне пюре	90	100	2,35	2,79	3,4	5,17	12,82	14,49	86,41	112,08
Я,Г	Биточок зі свинини	50	70	10,8	14,46	3,58	4,62	8,23	11,24	110,74	147,55
	Помідори свіжі	60	80	0,42	0,68	0,03	0,05	2,69	4,37	10,88	17,68
	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15	5,06	6,21	3,53	4,98	13,68	13,68	108,6	126,6
МЛ,Л	Какао на молоці	150	180	50,02	6,02	4,25	5,10	8,06	9,67	89,20	107,04
	Всього за обід:			<b>25,64</b>	<b>32,8</b>	<b>17,98</b>	<b>24,72</b>	<b>57,33</b>	<b>68,52</b>	<b>488,87</b>	<b>623,38</b>
		Вечеря									
ЗП,МП,Л	Каша пшенична	80	100	4,09	5,8	2,42	3,03	25,63	31,85	142,24	176,85
Г,МП,Я,Л	Оладки курячі	70	90	11,36	15,07	5,08	6,35	5,26	6,86	114,6	147,69
	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Салат зі свіжої моркви і капусти	60	80	0,81	1,18	0,78	1,17	7,91	11,38	37,81	54,81
МП,Л	Кефір	100	125	4	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95
	Фрукти свіжі (червень-полуниця,липень-персик,серпень-персик)	60	80	0,93	1,24	0,06	0,08	13,41	17,88	54,74	72,98
	Всього за вечерю:			<b>23,26</b>	<b>30,43</b>	<b>12,55</b>	<b>16,00</b>	<b>65,02</b>	<b>80,69</b>	<b>464,25</b>	<b>582,95</b>
	Всього за день:			<b>68,28</b>	<b>88,07</b>	<b>39,07</b>	<b>51,62</b>	<b>183,67</b>	<b>235,49</b>	<b>1379,25</b>	<b>1753,12</b>

## СЕРЕДА 3 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
МП,ЗП,Г,Л	Каша гречана з маслом	90	100	11,72	14,02	10,33	11,95	8,52	10,25	151,21	177,49
Я,Г,МП,Л	Биточок курячий	65/45	80/65	11,36	15,07	5,08	6,38	5,26	6,46	114,06	147,69
Г,ЗП,МП,Л	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15	5,06	6,21	3,53	4,98	13,68	13,68	108,6	126,6
	Сік фруктовий	120	180	0,12	0,18	0	0	19,08	28,62	81,6	116,32
	Огірок свіжий	60	80	0,24	0,32	0,03	0,04	0,92	0,99	4,20	5,20
	Всього за сніданок:			<b>18,07</b>	<b>21,97</b>	<b>13,95</b>	<b>17,05</b>	<b>55,61</b>	<b>71,42</b>	<b>400,35</b>	<b>498,59</b>
Обід											
ЗП,Г	Суп вермішелевий	150	200	1,62	2,14	2,62	3,30	10,73	14,21	72,21	94,09
Г,МП,Л,Я, Р	Риба в тісті	60	75	8,07	12,14	1,97	3,27	5,33	7,71	71,21	108,56
МП,Л	Картопляне пюре з маслом	90	100	2,01	2,51	2,12	2,65	14,53	18,16	84,5	105,63
	Салат зі свіжих огірків,капусти і цибулі	60	80	0,61	0,81	3,58	4,11	2,84	3,79	44,52	53,39
	Компот фруктовий	130	150	0,24	0,32	0,24	0,32	12,23	16,3	44,74	66,31
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Фрукти свіжі (червень-яблука,липень-персик,серпень-груша)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	1,32	27	36
	Всього за обід:			<b>23,87</b>	<b>31,22</b>	<b>7,73</b>	<b>10,38</b>	<b>119,02</b>	<b>156,83</b>	<b>437,57</b>	<b>534,74</b>
Вечеря											
МП,Я,Л	Омлет з морквою	60	60	5,35	5,35	6,43	6,43	0,31	0,31	85,79	85,79
	Салат зі свіжої капусти моркви і огірк	60	80	0,71	1,00	2,12	3,00	4,54	7,00	38,01	51,00
МП,Л	Макарони з маслом	90	100	3,9	4,55	3,2	3,73	20,3	23,68	124,8	144,6
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
МП,Л	Молоко кип'ячене	150	180	2,82	3,4	2,5	3	4,73	5,7	52	62
	Фрукти свіжі(червень-полуниця,липень-персик,серпень-груша)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	1,32	27	36
	Всього за вечерю:			<b>15,78</b>	<b>17,38</b>	<b>15,12</b>	<b>17,11</b>	<b>49,80</b>	<b>58,69</b>	<b>400,2</b>	<b>443,39</b>
	Всього за день:			<b>57,72</b>	<b>70,57</b>	<b>36,57</b>	<b>44,54</b>	<b>224,43</b>	<b>386,89</b>	<b>1238,12</b>	<b>1476,72</b>

ЧЕТВЕРГ 3 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
	Вікова група										
		Сніданок									
Я,МП,Л,Г	Оладки курячі	70/45	90/60	11,36	15,07	5,08	6,38	5,26	6,86	114,00	147,69
	Салат зі свіж.капусти,моркви і огірка	60	80	0,42	0,68	0,03	0,05	2,69	4,37	10,88	17,68
	Каша гречана з маслом	90	100	4,46	5,81	2,49	3,04	21,69	26,38	128,56	155,45
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Чай з лимоном	130	150								
	Всього за сніданок:			<b>12,71</b>	<b>13,32</b>	<b>13,12</b>	<b>13,69</b>	<b>36,98</b>	<b>41,35</b>	<b>315,04</b>	<b>369,73</b>
		Обід									
МП,Л	Суп гороховий з грінками	150	200	5,8	7	4,24	4,85	23,88	24,12	156,04	184,27
	Картопляне пюре	90	100	4,24	5,31	2,56	3,2	21,20	26,58	125,45	157,23
Г,МП,Л,Я	Ковбаски по-Львівськи	75/45	90/60	11,36	15,07	5,08	6,35	5,26	6,46	114,6	147,69
	Помідори свіжі	60	80	0,42	0,68	0	0	0,03	0,05	10,88	17,68
МП,Л	Какао на молоці	150	180	5,02	6,02	4,25	5,10	8,06	9,67	89,20	107,04
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Фрукти свіжі (червень-банани,липень-персик,серпень-груша)	60	80	0,48	0,64	0	0	6,06	8,08	25,8	34,4
	Всього за обід:			<b>30,11</b>	<b>37,40</b>	<b>16,82</b>	<b>20,21</b>	<b>83,19</b>	<b>102,79</b>	<b>612,63</b>	<b>741,81</b>
		Вечеря									
МП,Л,Я	Рулет з курячого м`яса з яйцем	70	90	10,44	13,7	6,05	7,9	7,41	14,85	141,66	185,17
МП,Л,ЗП	Каша вівсяна з маслом	90	100	2,22	2,77	2,67	3,34	10,53	13,16	73,82	92,28
	Салат зі свіжих огірків і помідорів	60	80	0,61	0,82	3,58	4,11	2,84	3,79	44,52	53,39
МП,Л	Молоко кип`ячене	150	180	2,82	3,4	2,5	3	4,73	5,7	52	62
	Фрукти свіжі (червень-полуниця,липень-персик,серпень-персик)	60	80	0,39	0,52	0,1	0,14	4,0	5,0	17,0	23,0
	Всього за вечерю:			<b>16,41</b>	<b>21,11</b>	<b>11,28</b>	<b>14,32</b>	<b>36,08</b>	<b>51,59</b>	<b>322,22</b>	<b>412,43</b>
	Всього за день:			<b>59,23</b>	<b>71,83</b>	<b>41,22</b>	<b>48,22</b>	<b>156,25</b>	<b>195,73</b>	<b>1249,89</b>	<b>1522,97</b>

П'ЯТНИЦЯ 3 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
ЗП,МП,Л	Каша пшенична з морквою та цибулею	80	100	2,96	3,7	2,08	2,60	18,12	22,64	102,40	127,99
Г,Я	Куряча паличка	55	70	9,65	12,86	3,34	4,29	1,75	4,26	83,23	109,14
	Помідори свіжі	60	80	2,98	3,83	0,05	0,06	24,21	30,95	40,09	54,15
ЗП,МП,Л,Г	Хліб цільнозерновий з сиром тв.	30/10	30/15	5,06	6,21	3,53	4,98	13,68	13,68	108,6	126,60
	Кисіль фруктовий	130	150	2,82	4,24	2,5	3,75	12,51	18,56	82,4	122,8
	Фрукти свіжі (червень-полуниця,липень-персик,серпень-груша)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	8,32	27	36
	Всього за сніданок:			<b>23,89</b>	<b>31,92</b>	<b>11,24</b>	<b>16,25</b>	<b>74,60</b>	<b>99,55</b>	<b>453,69</b>	<b>576,88</b>
Обід											
МП,Л,ЗП	Суп польовий	150	200	1,62	2,14	2,62	3,30	10,73	14,21	72,71	94,09
ЗП,МП,Л	Каша вівсяна з маслом	82	102	2,22	2,77	2,67	3,34	10,53	13,16	73,82	92,28
Г,МП,Л	Котлета натуральна з філе (відбивна)	60	80	10,65	14,13	3,95	5,06	4,08	5,30	96,56	126,03
	Огірок свіжий	60	80	0,72	0,98	2,08	2,61	4,22	5,70	37,68	49,08
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
МП,Л	Кефір	100	125	4,00	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70,00	95,00
	Всього за обід:			<b>23,19</b>	<b>29,68</b>	<b>18,35</b>	<b>23,59</b>	<b>54,78</b>	<b>68,65</b>	<b>483,37</b>	<b>599,08</b>
Вечеря											
МП,Л	Картопляне пюре	90	100	2,52	3,2	2,11	2,65	15,59	17,16	84,60	105,35
Р	Риба запечена зовочами	55/45	75/60	8,66	13,25	6,27	8,85	9,47	14,55	128,63	190,15
	Салат зі свіжої капусти,цибулі і огірка	60	80	0,42	0,68	0,03	0,05	2,69	4,37	10,88	17,68
Г,ЗП	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Фрукти свіжі (червень-полуниця,липень-персик,серпень-персик)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	08,32	25,8	34,4
	Компот фруктовий	120	150								
	Всього за вечерю:			<b>15,02</b>	<b>20,56</b>	<b>9,31</b>	<b>12,58</b>	<b>66,01</b>	<b>84,95</b>	<b>401,09</b>	<b>525,36</b>
	Всього за день:			<b>62,5</b>	<b>81,69</b>	<b>39,73</b>	<b>52,18</b>	<b>197,28</b>	<b>251,16</b>	<b>1367,01</b>	<b>1708,93</b>

ПОНЕДІЛОК 4 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
	Вікова група										
	Сніданок										
	Курка по італійськи	60	75	5,35	5,35	6,43	6,43	0,31	0,31	85,79	85,79
ЗП,МП,Л,Г	Каша пшенична	90	100	2,22	2,77	2,67	3,34	10,53	13,16	73,82	92,28
	Помідор свіжий	60	80	0,89	1,03	0	0	0,13	0,23	33,56	54,78
ЗП,Г,МП,Л	Хліб цільнозерновий з сиром тв.	30/10	30/15	5,06	6,21	3,53	4,98	13,68	13,68	108,6	126,6
	Сік фруктовий	120	180	0,12	0,18	0	0	19,08	28,62	81,6	116,32
	Всього за сніданок:			<b>12,75</b>	<b>14,51</b>	<b>12,63</b>	<b>14,75</b>	<b>43,60</b>	<b>55,77</b>	<b>349,81</b>	<b>420,99</b>
	Обід										
МП,Л,Г,Я	Суп Болгарський	150	200	1,66	2,22	2,54	3,48	11,01	14,62	72,94	97,88
	Суфле з курячого м`яса і рису	140	170	11,72	14,02	10,33	11,95	8,52	10,52	151,21	177,49
	Салат зі свіжої капусти,цибулі і огірка	60	80	0,61	0,82	3,58	4,11	2,84	3,79	44,52	53,39
МП,Л	Кефір	100	125	4,0	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Фрукти свіжі (червень-банани,липень-персик,серпень-персик)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
	Всього за обід:			<b>22,27</b>	<b>26,26</b>	<b>17,81</b>	<b>21,24</b>	<b>54,68</b>	<b>66,37</b>	<b>440,69</b>	<b>527,99</b>
	Вечеря										
Я,МП,Л	Пудинг сирно-яблучний	140/80	178/100	16,04	20,43	12,00	15,00	20,66	25,97	255,72	322,01
МП,Л,Г	Соус сметанный	40	55	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
МП,Л	Молоко кип`ячене	150	180	2,82	3,38	2,5	3,0	4,73	5,68	52,0	62,4
	Фрукти свіжі (червень-полуниця, липень-персик, серпень-груша)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
	Всього за вечерю:			<b>20,77</b>	<b>26,60</b>	<b>17,00</b>	<b>22,05</b>	<b>43,47</b>	<b>56,27</b>	<b>407,08</b>	<b>526,38</b>
	Всього за день:			<b>58,79</b>	<b>67,37</b>	<b>50,44</b>	<b>68,04</b>	<b>151,75</b>	<b>188,41</b>	<b>1297,58</b>	<b>1575,36</b>





ВІВТОРОК 4 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
		Сніданок									
ЗП,МП,Л	Каша рисова з маслом	82	102	2,22	2,77	2,62	3,34	10,53	13,16	73,82	92,28
Я,Г,МП,Л	Оладки курячі	60/45	80/60	10,80	14,46	3,58	4,62	8,23	11,24	110,74	147,55
	Салат зі свіж.капусти,моркви і огірка	60	80	1,76	1,76	0,10	0,10	5,59	5,59	26,46	26,46
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Кисіль ягідний	120	160	0,24	0,32	0,24	0,32	12,32	16,3	49,74	66,32
	Всього за сніданок:			<b>17,78</b>	<b>22,07</b>	<b>7,57</b>	<b>9,01</b>	<b>50,35</b>	<b>59,97</b>	<b>333,36</b>	<b>405,21</b>
		Обід									
Б,МП,Л	Борщ Український зі сметаною	150	200	2,13	2,75	2,51	3,14	10,03	13,13	68,85	88,75
Г,Я	Котлета свинна рублена	60	80	10,64	14,12	3,91	5,00	5,63	7,38	102,70	134,35
ЗП	Овочі по-карпатськи	100	110	1,83	2,26	2,68	3,24	12,15	15,24	76,54	95,36
	Огірок свіжий шматочками	60	80	0,61	0,82	3,58	4,11	2,84	3,79	44,52	53,39
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Компот із сухофруктів	130	150	0,2	0,35	0	0	10,5	15,75	39,05	46,86
	Фрукти свіжі (червень-яблуко,липень-персик,серпень-персик)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	8,32	27	36
	Всього за обід:			<b>20,67</b>	<b>26,81</b>	<b>13,46</b>	<b>9,19</b>	<b>48,2</b>	<b>60,37</b>	<b>317,89</b>	<b>385,15</b>
		Вечеря									
Я,Г,МП,Л	Куряча паличка	70/5	93/60	11,36	15,07	5,08	6,38	5,26	6,86	114,06	147,69
ЗП,МП,Л	Каша пшенична	80	100	4,09	5,08	2,42	3,03	25,63	31,85	142,24	176,85
	Помідор свіжий	60	80	0,89	1,03	0	0	0,13	0,23	33,56	54,78
	Молоко кип'ячене	150	180	2,82	3,38	2,5	3,0	4,73	5,68	52	62,4
	Фрукти свіжі (червень-полуниця,липень-персик,серпень-груша)	60	80	0,93	1,24	0,06	0,08	13,41	17,88	54,74	72,98
	Всього за вечерю:			<b>19,86</b>	<b>22,03</b>	<b>10,83</b>	<b>13,85</b>	<b>61,45</b>	<b>75,88</b>	<b>414,98</b>	<b>497,04</b>
	Всього за день:			<b>56,31</b>	<b>71,91</b>	<b>31,46</b>	<b>38,05</b>	<b>182,1</b>	<b>227,22</b>	<b>1218,23</b>	<b>1496,40</b>

## СЕРЕДА 4 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
Я,Р,ЗП	Котлета рибна любительська	65	80	10,20	14,73	1,77	2,60	21,84	28,25	81,21	116,36
ЗП,МП,Л	Каша пшенична з овочами	80	100	2,96	3,7	2,08	2,60	18,12	22,64	102,4	127,99
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Компот фруктовий	120	150	0,24	0,32	0,24	0,32	12,23	16,3	49,74	66,32
	Салат зі свіжих огірків і помідорів	60	80	0,72	0,97	2,08	2,61	4,22	5,7	37,68	49,08
	Фрукти свіжі (червень-полуниця, липень-персик, серпень-груша)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	8,32	27	36
	Всього за сніданок:			<b>18,34</b>	<b>24,8</b>	<b>10,12</b>	<b>13,23</b>	<b>81,55</b>	<b>102,05</b>	<b>422,3</b>	<b>532,67</b>
Обід											
ЗП,МП,Л	Суп по-селянськи	150	200	1,51	2,02	3,41	4,38	8,94	11,92	71,26	93,52
Г,ЗП,МП,Л	Биточок зі свинини	65/45	80/60	11,55	15,58	5,29	6,61	11,55	15,06	141,49	144,03
МП,Л	Картопляне пюре	86	109	2,01	2,51	2,12	2,65	14,53	18,16	84,50	105,63
	Салат зі свіжої капусти, цибулі і огірка	60	80	1,85	2,21	3,55	5,32	9,75	14,84	74,09	99,26
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
МП,Л	Какао на молоці	150	180	5,2	6,02	4,25	5,10	8,06	9,67	89,20	107,04
	Фрукти свіжі (червень-банани, липень-персик, серпень-персик)	60	80	0,49	0,72	0,11	0,16	5,13	7,60	21,60	32,00
	Всього за обід:			<b>25,37</b>	<b>31,82</b>	<b>19,36</b>	<b>24,85</b>	<b>71,64</b>	<b>90,93</b>	<b>554,74</b>	<b>694,08</b>
Вечеря											
ЗП,МП,Л	Каша рисова з маслом	90	100	4,86	6,5	4,69	5,81	31,52	41,74	187,76	245,37
Г,МП,Л	Тюфтелька куряча в смет.соусі	60/45	80/60	11,55	15,58	5,29	6,61	11,55	15,06	141,49	184,03
Г,ЗП	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Огірок свіжий шматочками	60	80	0,42	0,68	0,03	0,05	2,69	4,37	10,88	17,68
	Сік фруктовий	120	180	0,48	0,56	0	0	13,56	20,34	56,16	84,24
	Всього за вечерю:			<b>20,76</b>	<b>27,74</b>	<b>11,72</b>	<b>13,86</b>	<b>77,75</b>	<b>96,45</b>	<b>474,8</b>	<b>607,29</b>
	Всього за день:			<b>68,25</b>	<b>82,36</b>	<b>41,12</b>	<b>51,79</b>	<b>219,74</b>	<b>272,27</b>	<b>1418,17</b>	<b>1790,72</b>

ЧЕТВЕР 4 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
ЗП,МП,Л	Каша гречана маслом	90	100	4,24	5,31	2,56	3,2	21,20	26,58	125,45	157,23
Г,ЗП,Я	Котлета натуральна з філе (відбивна)	65/45	80/60	9,61	12,82	3,68	5,08	2,69	3,75	83,59	113,63
	Салат зі свіжої капусти, моркви і огірка	60	80	2,96	3,8	0,05	0,07	20,92	26,44	41,34	50,9
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий з сиром тв.	30/10	30/15	5,06	6,21	3,53	4,98	13,68	13,68	108,6	126,60
	Компот із сухофруктів	130	150	0,23	0,35	0	0	10,5	15,75	39,05	46,86
	Всього за сніданок:			<b>21,91</b>	<b>28,34</b>	<b>9,87</b>	<b>13,26</b>	<b>58,49</b>	<b>70,45</b>	<b>358,98</b>	<b>446,36</b>
Обід											
ЗП	Суп куліш	150	200	1,62	2,14	2,62	3,3	10,73	14,21	72,21	94,09
ЗП	Плов з курячим м'ясом	140/45	160/60	12,43	13,92	9,00	11,01	28,24	30,29	233,17	279,81
	Салат з огірків і помідорів	60	80	0,67	0,90	1,53	2,04	7,94	10,88	45,85	62,31
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Кефір	100	125	4,0	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95
	Фрукти свіжі (червень-банани, липень-персик, серпень-груша)	60	80	0,93	1,24	0,06	0,08	13,41	17,88	54,74	72,98
	Всього за обід:			<b>18,53</b>	<b>21,14</b>	<b>13,84</b>	<b>17,06</b>	<b>93,08</b>	<b>115,56</b>	<b>560,17</b>	<b>698,11</b>
Вечеря											
Я,МП,Л, ЗП,Г	Гратен «Зебра» із сиру к/м і какао	134/80	178/110	16,4	20,43	12,0	15,0	20,62	25,97	255,72	322,01
МП,Л	Сметана	15	22	0,70	0,98	25,0	35,0	0,80	1,12	51,50	72,10
Л,МП	Салат зі свіж. моркви та яблук	60	80	0,80	1,4	1,6	2,8	2,8	4,6	30,2	5,4
МП,Л	Молоко кип'ячене	150	180	2,82	3,38	2,5	3,0	4,73	5,68	52,0	62,4
	Фрукти свіжі (червень-полуниця, липень-персик, серпень-груша)	60	80	0,93	1,24	0,06	0,08	13,41	17,88	54,74	72,98
	Всього за вечерю:			<b>21,65</b>	<b>26,25</b>	<b>41,16</b>	<b>55,88</b>	<b>42,36</b>	<b>55,25</b>	<b>444,16</b>	<b>534,89</b>
	Всього за день:			<b>62,05</b>	<b>75,53</b>	<b>64,82</b>	<b>86,27</b>	<b>193,93</b>	<b>241,26</b>	<b>1363,31</b>	<b>1681,36</b>

П'ЯТНИЦЯ 4 тиждень

Алергени	Найменування страв	Вихід		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккалор.	
		1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)	1-4	4-6(7)
Сніданок											
ЗП,Я	Суфле із .курячого філе і рису	130/45	150/60	10,72	14,30	4,79	6,26	10,87	14,49	132,32	175,32
	Салат зі свіжого огірка і помідора	60	80	0,61	0,82	3,58	4,11	2,84	3,79	44,52	53,39
Г,ЗП,МП,Л	Хліб цільнозерновий з сиром тв.	30/10	30/15	5,06	6,21	3,53	4,98	13,68	13,68	108,6	126,6
	Какао на молоці	150	180	5,02	6,02	4,25	5,1	8,06	9,67	89,2	107,04
	Всього за сніданок:			<b>30,29</b>	<b>38,25</b>	<b>12,83</b>	<b>16,71</b>	<b>100,74</b>	<b>124,44</b>	<b>422,72</b>	<b>512,32</b>
Обід											
МП,Л	Суп гречаний	150	200	1,49	2,04	1,16	1,64	10,17	13,93	56,22	76,94
Г,МП,Л	Макарони відварені з маслом	82	102	3,9	4,55	3,2	3,73	20,3	23,68	124,8	144,6
Г,Я,МП,Л	Шніцель з свинини	60	80	8,36	11,09	14,49	19,15	8,58	11,17	198,68	262,02
	Салат зі свіжої капусти,моркви і огірка	60	80	0,72	0,97	2,08	2,61	4,22	5,70	37,68	49,08
	Компот фруктовий	150	180	0,12	0,18	0	0	19,08	28,62	81,6	116,32
	Фрукти свіжі (червень-яблука, липень-персик, серпень-груша)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
ЗП,Г	Хліб цільнозерновий	30	30	2,76	2,76	0,63	0,63	13,68	13,68	72,6	72,6
	Всього за обід:			<b>19,27</b>	<b>24,23</b>	<b>25,83</b>	<b>35,32</b>	<b>94,68</b>	<b>121,82</b>	<b>743,16</b>	<b>886,53</b>
Вечеря											
МП,Г,Я,Л	Вареники лінівні з к/м сиром	130//90	140/100	10,60	13,46	5,20	6,56	27	35,17	196,75	252,53
МП,Л,Г	Соус сметанный	40	55	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
МП,Л	Молоко кип'ячене	150	180	5,02	6,02	4,25	5,10	8,06	9,67	89,20	107,4
	Фрукти свіжі (червень-полуниця, липень-персик, серпень-груша)	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	8,32	27	36
	Всього за вечерю:			<b>16,84</b>	<b>21,35</b>	<b>12,13</b>	<b>15,95</b>	<b>45,97</b>	<b>59,90</b>	<b>357,57</b>	<b>464,92</b>
	Всього за день:			<b>63,07</b>	<b>80,7</b>	<b>44,91</b>	<b>60,58</b>	<b>236,9</b>	<b>296,69</b>	<b>1440,04</b>	<b>1747,95</b>