

Затверджено

директор Тернопільського
закладу дошкільної
освіти №7

_____ М.І. Січкарик

Погоджено

ТВО начальник Тернопільського
районного управління
Головного управління
Держпродспоживслужби
В Тернопільській області

_____ М.С.Луцик

_____ 2025 року

ПРИМІРНЕ
чотиритижневе меню
на літньо-оздоровчий період 2025 р.
Тернопільського закладу дошкільної освіти
(ясла-садок) №7
Тернопільської міської ради

Понеділок 1 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років
сніданок										
Буряк тушкований з чорносливом з маслом	60/2	80/2,5	0,9	1,2	2,1	2,6	8,3	10,9	52	67
Сирна запіканка з манною крупою фруктовим соусом	95/15	100/20	16	18	18	20	24,9	26	230	232
Фрукти свіжі	60	80	0,1	0,2	0,1	0,2	3,1	4,2	14	18
Какао на молоці	5/135	6/162	5,08	6,02	4,25	5,1	8,06	9,67	89,2	107,04
Всього на сніданок:			22,08	25,42	24,45	27,9	44,36	54,77	385	424,04
11,00										
Сік фруктовий (мультивітамінний)	120	180	0,8	1,3	0	0	15,6	23,4	65	97
обід										
Салат із моркви цибулі і зеленого горошку з олією	60	80	1,6	1,6	1,6	1,6	4,7	4,7	39	39
Суп гречаний	180	200	1,5	2	1,2	1,6	10,2	13,8	56	77
биточки з м'яса курки(подвійна терм. обробка)	56	75	11,5	15,4	4,6	6,1	12,2	16,6	138	183
Картопляне пюре з маслом	80/2	100/2,5	2	2,5	2,1	2,7	14,5	18,2	85	106
Компот з сухофруктів	116	140	0,3	0,3	0	0	16	19,1	61	72
Хліб цільнозерновий	30	30	1,0	1,0	0,2	0,2	15	15	68	68
Всього на обід:			17,9	22,8	9,7	12,2	72,6	87,4	447	545
вечеря										

Салат з ранньої білокачанної капусти з олією	50	50	0,8	0,8	2	2	2,7	2,7	30	30
тютфелька куряча з овочами (подвійна терм. обробка)	66/24	88/32	11,55	15,58	5,29	6,61	11,55	15,06	141,49	184,03
Каша ячна в'язка з маслом	80/2	100/2,5	1,77	2,17	1,68	2,09	11,88	14,59	69,92	86,19
Хліб житній	30	30	1	1	1,3	1,3	15	15	78	78
Компот з свіжих фруктів	150	180	0,3	0,3	0	0	16	19,1	61	72
Черешня свіжа (без кісточок)	60	80	0,36	0,49	0	0	4,86	6,59	21,6	29,28
Всього на вечерю:			14,66	19,09	9,6	11,5	45,99	53,94	341,01	407,5

Вівторок 1 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років
сніданок										
Каша вівсяна з маслом, курагою	80/2	120/2,5	4,4	5,5	4,2	4,8	18	22,5	125	158
Салат з зеленої цибулі, кукурудзи вареної з олією	60	80	1,6	1,6	1,6	1,6	4,7	4,7	39	39

Яйце варене на круто	1	1	2,02	2,02	1,02	1,02	0,08	0,08	16,06	16,06
Яблука свіжі	60	80	0,24	0,32	0,24	0,32	6,24	8,32	27	36
Хліб цільнозерновий з твердим сиром,	30/10	30/15	4,6	4,6	4,9	4,9	10,9	10,9	99	99
Чай трав'яний	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Всього на сніданок:			14,96	16,64	13,54	14,46	56,98	66,46	409,96	472,96
11,00										
Ягоди свіжі (полуниця)	60	80	0,4	0,5	0	0	5,4	6,7	36	44,64
обід										
Суп селянський з пшонаною купою, сметаною(подвійна терм. обробка)	150/7	200/12	1,51	2,02	3,41	4,38	8,94	11,92	71,26	93,92
Біфштекс з яловичини та свинини(подвійна терм. обробка)	60	80	8,36	11,09	14,49	19,15	8,58	11,17	198	262,02
Помідори свіжі або салат з сезонних овочів з олією	60	80	0,28	0,33	0,02	0,03	0,68	0,72	4,2	4,8
Компот із свіжих фруктів	120	160	0,54	0,72	0,06	0,08	12,23	16,3	48,54	64,72
Каша пшенична в'язка з маслом	80/2	100/2,5	1,8	2,2	1,7	2,1	11,9	14,6	70	86
Всього на обід:			12,21	16,36	19,66	25,74	41,65	55,43	317,8	511,46
вечеря										
Салат з олією «Полонинський»	38	52	0,48	0,66	1,54	2,05	2,33	3,02	23,7	31,35

Макарони відварні з маслом	80/2	100/2,5	1,8	2,2	1,7	2,1	11,9	14,6	70	86
Гратен «зебра» сирна запіканка з какао, манною крупою, маслом вершковим	122/2	155/2,5	15,06	19,14	10,82	13,95	15,87	19,84	222,25	183,03
Соус сметанний (подвійна терм. обробка)	35	48	1	1,6	2,4	4	4,7	6,6	45	69
банан свіжий	60	80	0,90	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
сік фруктовий	120	180	0,8	1,3	0	0	15,6	23,4	65	97
Всього на вечерю:			17,44	22,6	14,82	20,08	35,98	46,9	344,35	354,58

середа 1 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років
сніданок										
Салат з варених овочів з олією	38	51	0,72	0,97	2,08	2,61	4,22	5,7	37,68	49,08
Каша «Янтарна» (пшоно, яблука) з маслом	115/2	144/2,5	4,28	5,33	4,56	5,69	20,89	25,91	141,25	175,57
Соус фруктовий (вишневий)	37	48	0,18	0,24	0,14	0,18	6,54	8,66	24,48	35,1
Какао на молоці	150	180	5,02	6,02	4,25	5,1	8,06	9,67	89,2	107,04
Хліб цільнозерновий	30	30	1,05	1,05	1,2	1,2	4,95	4,95	35,5	35,5

Всього на сніданок:			11,25	13,58	12,23	14,78	44,66	54,89	328,11	402,29
11,00										
Свіжа вишня (без кісточок)	60	80	0,40	0,50	0	0	5,40	6,70	36	44,64
обід										
Суп з цвітної капусти з сметаною(подвійна терм. обробка)	150/9	200/12	1,5	2	3,5	4,5	7,1	9,6	65	85
Каша гречана розсипчаста з маслом вершковим	80/2	100/2,5	4,2	5,3	2,6	3,2	21,2	26,6	125	157
Паличка куряча печена(подвійна терм. обробка)	45	60	10,64	14,12	3,91	5	5,63	7,38	102,7	134,35
Салат із зеленого горошку з зеленою цибулею , олією	60	80	3,8	4,33	1,64	1,66	11,36	12,93	71,99	80,11
Сік апельсиновий	120	180	0,8	1,3	0	0	15,6	23,4	65	97
Хліб житній	30	30	1,0	1,0	0,2	0,2	15	15	68	68
Всього на обід:			21,94	28,05	11,85	14,56	75,89	94,91	497,69	621,46
вечеря										
Салат з вареної моркви з родзинками	60	80	0,6	0,7	1,1	1,4	3,3	4,4	25	33
Рибні фішболи з яйцем (подвійна терм. обробка)	46	69	9,2	13,5	4,6	6,2	4,8	6,7	98	137
Каша рисова розсипчаста з маслом	80/2	100/2,5	2	2,5	1,8	2,2	20,4	25,6	107	135
Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15	3,6	3,6	3,9	3,9	9,9	9,9	89	89
Компот з свіжих фруктів	150	180	0,3	0,5	0	0	16	19,1	61	72

Суп овочевий з сметаною(подвійна термічна обробка)	150/8	200/8	1,3	1,7	3	3,8	7,7	10,3	61	80
Рибна котлета (подвійна терм. обробка)	50	70	9,4	13,7	4,8	6,5	5	6,9	100	141
Каша рисова розсипчаста з маслом	80/2	100/2,5	2	2,5	1,8	2,2	20,4	25,6	107	135
Огірок свіжий або салат з сезонних овочів з олією	20	20	0,16	0,16	0,02	0,02	0,66	0,66	2,8	2,8
Компот із сухофруктів	100	100	0,23	0,23	0	0	10,6	10,5	39,05	39,05
Хліб житній	30	30	1	1	0,2	0,2	15	15	68	68
Всього на обід:			13,09	18,29	9,8	12,72	59,36	68,96	377,85	465,85
вечеря										
Буряк тушкований в сметанному соус (подвійна терм. обробка)	60/8	80/13	1,1	1,5	2,1	2,7	6,8	9,1	48	63
Омлет натуральний (подвійна терм. обробка)	60	60	5,85	5,85	6,12	6,12	2,61	2,61	88,87	88,87
Каша гречана розсипчаста з маслом	80/2	100/2,5	4,24	5,31	2,56	3,2	21,2	26,58	125,45	157,23
Котлета свинна (подвійна терм .обробка)	45	60	8,36	11,09	14,49	19,15	8,58	11,17	198	262,02
Компот з свіжих фруктів	150	180	0,3	0,5	0	0	16	19,1	61	72
Яблука свіжі	60	80	0,22	0,32	0,22	0,32	5,62	8,32	24,3	36

Всього на вечерю:			11,41	12,98	11	12,34	36,23	38,29	286,45	345,1
-------------------	--	--	-------	-------	----	-------	-------	-------	--------	-------

П'ятниця 1 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років
сніданок										
Салат з моркви, зеленого горошку з цибулею, олією.	60	80	3,8	4,33	1,64	1,66	11,36	12,93	71,99	80,11
Банаш по-гуцульськи з маслом вершковим	82/2	106/2,5	3	3,9	1,8	2,2	19,6	25,5	108	140
Гуляш курячий (подвійна терм.обробка)	100	127	4,09	5,08	2,42	3,03	25,63	31,85	142,24	176,85
Хліб цільнозерновий	30	30	1,05	1,05	1,2	1,2	4,95	4,95	35,5	35,5
Чай трав'яний	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
банани	60	80	0,9	1,2	0,1	0,1	13,1	17,4	53	71
Всього на сніданок:			11,79	15,23	5,78	6,99	69,69	70,28	375,23	467,96
11,00										
Апельсин свіжий	60	80	0,54	0,72	0,12	0,16	5,7	7,6	24	32
обід										
Борщ український з свининою, сметаною (подвійна терм.обробка)	150/7	200/12	2,1	2,8	2,5	3,2	10	13,1	69	89
Каша пшенична в'язка з маслом	80/2	100/2,5	2,44	3,05	1,71	2,14	15,12	18,9	86,92	108,65

Філе курки запечене під сиром твердим(подвійна терм. обробка)	55/7	73/9	11,17	14,93	7,11	9,33	2,35	3,46	120,19	160,26
Салат зі свіжих томатів з солодким перцем з олією	30	40	0,70	0,94	2,07	2,1	3,59	4,83	34,2	39,79
свіжі фруки	60	80	0,41	0,51	0	0	19,25	24,14	90,59	113,35
Хліб житній	30	30	1	1	0,2	0,2	15	15	68	68
Всього на обід:			17,83	23,23	13,59	16,97	65,31	79,43	468,9	579,05
вечеря										
Салат моркв'яно-яблучний	54/30	72/40	0,70	0,94	0,05	0,07	4,54	6,05	18,36	24,48
Каша гречана з маслом	80/2	100/2,5	4,2	5,3	2,6	3,2	21,2	26,6	125	157
Сирники рожеві (з морквою)	66	80	9,9	11,9	8,1	10	10,5	12,6	155	188
Соус сметанный (на молоці)	40	55	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
Компот з свіжих фруктів	150	180	5,02	6,02	4,25	5,1	8,06	9,67	89,2	107,04
Всього на вечерю:			16,6	20,41	14,84	19,14	27,77	35,06	307,18	388,51

Понеділок 2 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років		
									Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
сніданок										

[illegible]

Овочеве рагу з маслом	115/2	135/2,5	1,9	2,3	3,7	4,2	11,5	13,7	85	101
Філе курки запечене під твердим сиром(подвійна терм. обробка)	55/7	73/9	11,17	14,93	7,11	9,33	2,35	3,46	120,19	160,26
Какао з молоком	150	180	5,02	6,02	4,25	5,1	8,06	9,67	89,2	107,04
Полуниця свіжа	60	80	0,34	0,4	0,15	0,19	2,84	3,54	16	20
Всього на вечерю:			18,43	23,59	15,21	18,78	24,85	29,67	310,39	384

Вівторок 2 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років		
сніданок										
Буряк тушкований з сметаною (подвійна терм. обробка)	60/4	80/5	1,1	1,5	2,1	2,7	6,8	9,1	48	63
Каша гречана в'язка з маслом	80/2	100/2,5	2,79	3,49	2,18	2,72	13,93	17,41	86,92	88,65
Оладки курячі (подвійна терм. обробка)	70	90	11,36	15,07	5,08	6,38	5,26	6,86	114,06	147,69
Кисіль вишневий	150	180	0,41	0,51	0	0	19,25	24,14	90,59	113,35
Всього на сніданок:			15,66	20,57	9,36	11,8	45,24	57,51	339,57	412,69
11.00										
Абрикоси свіжі	60	80	0,48	0,64	0	0	6,06	8,08	25,8	34,4
обід										
Суп гороховий з грінками	150/20	200/20	5,78	7	4,24	4,85	23,58	28,12	156,04	184,27

Капуста рання тушкована з маслом	60/2	80/2,5	1,5	2,1	2	2,7	5	7,3	44	59
Картопля запечена скибочками	80	100	1,6	2	1,82	2,4	13,84	17,3	77	98
Рулєт рибний (подвійна терм. обробка)	53	79	8,0	11,9	3,6	4,8	3,1	4,6	76	109
Соус сметанный з томатом (подвійна терм. обробка)	7	16	0,3	0,6	1,8	3,7	0,8	1,1	21	40
Компот з сухофруктів	120	160	0,3	0,3	0	0	16	19,1	61	72
Всього на обід:			17,48	23,9	13,46	18,45	62,32	77,53	435,04	562,27
вечеря										
Салат з капусти свіжої, моркви , яблука	68	95	2,57	3,39	3,11	4,23	4,35	6,07	53,58	72,89
Котлета рублена з м'яса свинини (подвійна терм. обробка)	60	80	10,3	13,9	4	5,3	8,3	11,4	112	149
Каша пшенична в'язка з маслом	80/2	100/2,5	2,44	3,05	1,71	2,14	15,12	18,9	86,92	108,65
Чай трав'яний	150	170	0	0	0	0	0	0	0	0
Хліб житній з твердим сиром	30/10	30/15	1,7	2,4	1,1	1,9	15	15	79	79
Фрукти свіжі	60	80	0,41	0,51	0	0	19,25	24,14	90,59	113,35
Всього на вечерю:			17,01	22,74	9,92	13,57	42,77	51,37	367,87	409,54

середа 2 тиждень

Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років
сніданок										
Макарони варені з маслом вершковим	80/2	100/2,5	3,0	3,9	1,8	2,2	19,6	25,5	108	140
Суфле з яєць (подвійна терм. обробка)	50	50	4,6	4,6	5,1	5,1	4,2	4,2	80	80
Овочі тушковані з сметаною (подвійна терм. обробка)	60/4	80/5	1,1	1,5	2,1	2,7	6,8	9,1	48	63
Кисіль полуничний	150	180	0,41	0,51	0	0	19,25	24,14	90,59	113,36
Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15	3,5	3,6	3,7	3,9	9,7	9,9	86	89
Всього на сніданок:			12,6	14,11	12,7	13,9	57,04	72,84	412,59	485,36
11.00										
Яблука свіжі	30	40	0,1	0,2	0,1	0,2	3,1	4,2	14	18
обід										
Суп овочевий збірний з сметаною (подвійна терм. обробка)	150/4	200/5	1,461	1,938	3,098	3,941	7,041	9,434	60,11	78,605
Каша перлова розсипчаста з маслом	80/2	100/2,5	2,76	3,46	1,77	2,22	19,94	25,01	107,62	134,93
Оладки курячі запечені в яйці (подвійна терм. обробка)	70	90	11,36	15,07	5,08	6,38	5,26	6,86	114,06	147,69
Салат з свіжих томатів з солодким перцем з олією	60	80	0,7	0,94	2,07	2,1	3,59	4,83	34,2	39,79

Сік мультивітамінний	120	180	0,4	0,8	0	0	11,2	15,6	46,4	65
Хліб житній	30	30	0,1	0,1	0,2	0,2	15	15	68	68
Всього на обід:			16,781	22,308	12,218	14,84	62,031	76,73	430,39	534,015
вечеря										
Салат з вареного буряка з олією	30	40	0,6	0,7	1,1	1,4	3,3	4,4	25	33
Омлет натуральний, печений з розтопленим маслом	60/2	60/2,5	5,85	5,85	6,12	6,12	2,61	2,61	88,87	88,87
Какао на молоці	150	180	5,2	6,41	4,45	5,46	8,43	10,35	93,2	114,5
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Полуниця свіжа	60	80	0,34	0,34	0,15	0,15	2,84	2,84	16	16
Всього на вечерю:			14,09	15,4	14,22	15,53	29	30,1	294,07	323,37

четвер 2 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років
сніданок										
Банаш по-гуцульськи з твердим сиром маслом	80/2/10	100/2,5/15	3,6	4,6	5	6,1	11,8	15,0	107	134
Салат з ранньої капусти з олією	60	80	0,6	0,9	1,1	1,6	2,4	4,3	21	31
Тюфтелька м'ясна з свинини (подвійна терм.обробка)	65	80	11,7	15,6	5,9	7,4	11,6	15,2	146	189
Чай трав'яний	150	170	0	0	0	0	0	0	0	0
Ягоди свіжі (вишні)	60	80	0,40	0,50	0	0	5,4	6,7	36	44,64

Всього на сніданок:			16,3	21,6	12	15,1	31,2	41,2	398,9	498,64
11.00										
Сік апельсиновий	120	180	0,6	0,9	0	0	17,4	26,1	70,8	106,2
обід										
Суп-пюре з яйцем та курячою фрикаделькою (подвійна терм обробка)	150/10	200/15	5,49	7,41	3,48	4,55	13,8	18,47	108,6	144,6
Рулет рибний (подвійна терм. обробка)	55	80	8	11,9	3,6	4,8	3,1	4,6	76	109
Картопляне пюре з маслом вершковим	80/2	100/2,5	2	2,5	2,1	2,7	14,5	18,2	85	106
Салат з свіжих томатів з олією або сезонних овочів	60	80	0,26	0,26	2,54	2,54	1,11	1,11	27,95	27,95
Мус яблучний з фруктовим соусом	100	130	1,62	1,75	0,27	0,31	21,81	25,93	95,25	112,16
Хліб житній	30	30	1,0	1,0	0,2	0,2	15	15	68	68
Всього на обід:			18,37	24,69	12,12	15,1	69,23	83,31	460,8	567,71
вечеря										
Сирники рожеві з морквою	70	90	9,9	11,9	8,1	10	10,5	12,6	155	188
Соус сметанный (на молоці)	40	55	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
Салат моркв'яно-яблучний з олією	60	80	2,45	3,19	4,22	5,37	10,17	13,43	87,87	109,98
Фрукти свіжі	60	80	0,40	0,50	0	0	5,4	6,7	36	44,64
Сік фруктовий	120	180	0,6	0,9	0	0	17,4	26,1	70,8	106,2
Всього на вечерю:			13,33	16,64	14,76	44,68	25,34	32,77	287,49	366,97

П'ятниця 2 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років
сніданок										
Салат з ранньої капусти з зеленим горошком з олією	60	80	2,96	3,8	0,05	0,07	20,92	26,44	41,34	50,90
Суфле з вареного м'яса курки та рису з маслом(подвійна терм. обробка)	100/2	133/2,5	10,3	13,7	5,3	7	10,9	14,6	133	176
Соус томатно-сметанний (подвійна терм. обробка)	20	20	0,3	0,3	0,3	0,3	1,4	1,4	10	10
Компот з свіжих фруктів	120	160	0,54	0,72	0,06	0,08	12,23	16,3	48,54	64,72
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Фрукти свіжі	60	80	0,4	0,5	0	0	5,4	6,7	36	44,64
Всього на сніданок:			46,82	20,62	8,11	9,85	55,35	68,64	303,88	372,62
11.00										
Сік виноградний	120	180	0,6	0,9	0	0	17,4	26,1	70,8	106,2
обід										
Борщ полтавський з галушками, сметаною (подвійна терм. обробка)	150/6 27	200/8 36	2,6	3,43	3,64	4,68	16,3	21,63	106,33	139,77

Картопля тушкована з цибулею, маслом та томатом	100/2	120/2,5	2,46	2,81	3,49	4,04	19,69	22,38	118,56	135,45
Куряче філе запечене під твердим сиром (подвійна терм. обробка)	60/10	80/15	11,17	14,93	7,11	9,33	2,35	3,46	120,19	160,26
Салат з свіжих огірків з олією або сезонних овочів	60	80	0,16	0,16	1,52	1,52	0,66	0,66	16,29	16,29
Компот з сухофруктів (узвар)	100	130	0,165	0,22	0	0	8,815	12,09	33,875	46,43
Хліб житній	30	30	1	1	0,2	0,2	15	15	68	68
Всього на обід:			16,55	21,55	15,96	19,77	62,95	75,22	463,245	567,2
вечеря										
Салат зі свіжих томатів з солодким перцем з олією	60	80	0,7	0,94	2,07	2,1	3,59	4,83	34,2	39,79
Пудинг сирно-яблучний з маслом вершковим розтопленим	150/2	180/2,5	16,04	20,43	12	15	20,62	25,97	255,72	322
Соус із полуниці	10	10	0,06	0,06	0	0	1,65	1,65	6,76	6,76
Персики свіжі	100	100	0,9	0,9	0,1	0,1	10,4	10,4	43	43
Всього на вечерю:			17,7	21,88	14,17	17,2	36,26	42,85	339,68	411,55

Понеділок 3 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від	Від	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років

	3-4 років	4-6 (7)років								
сніданок										
Салат морковно-яблучний з олією	60	80	2,45	2,45	4,22	4,22	10,17	10,17	84,87	84,87
Макарони відварені з маслом вершковим	80/2	100/2,5	3	3,9	1,8	2,2	19,6	25,5	108	140
Суфле з яєць (подвійна терм. обробка)	50	50	4,6	4,6	5,1	5,1	4,2	4,2	80	80
Какао з молоком	120	150	4,5	5,4	3,8	4,6	7,2	8,7	80	96
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього на сніданок:			16,65	18,45	17,32	18,52	51,07	58,47	423,87	471,87
11.00										
Абрикоси свіжі	60	80	0,9	0,9	0,1	0,1	9,8	9,8	41	41
обід										
Салат з свіжих томатів з олією або сезонних овочів	60	80	0,53	0,7	1,07	1,59	2,64	3,51	21,32	29,9
Суп –пюре гороховий	150	200	5,64	7,51	1,85	2,34	15,15	20,0	99,60	130,88
Каша гречана з вершковим маслом	80/2	100/2,5	2,5	3,2	2,1	2,6	12,7	15,8	80	100
Котлета рублена з курячого філе (подвійна терм. обробка)	60	80	10,3	13,9	4	5,3	8,3	11,4	111	149
Компот із свіжих фруктів	120	160	0,54	0,72	0,06	0,08	12,23	16,3	48,54	64,72
Хліб житній	30	30	1,0	1,0	0,2	0,2	15	15	68	68
Всього на обід:			20,03	26,33	8,21	21,04	63,38	82,01	428,46	542,5
вечеря										

Шарлотка з рису та цвітної капусти з олією(подвійна терм. обробка),	120	150	5,31	6,52	6,68	7,77	27,64	34,04	190,96	230,95
Твердий сир	10	15	2,3	3,45	2,9	4,35	0	0	36	54
Рибна паличка з яйцем	50	70	9,2	13,5	4,3	6,2	4,7	7,0	94	139
Фрукти свіжі(персики)	60	80	0,45	0,45	0,0	0,0	5,2	5,2	21,5	21,5
Чай трав'яний	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Всього на вечерю:			17,26	23,92	13,93	18,37	37,54	46,24	342,46	445,45

Вівторок 3 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років
сніданок										
Салат з моркви та часнику з олією	60	80	0,6	0,7	2	2,5	3,1	4,1	35	42
Каша кукурудзяна з твердим сиром, маслом	80/10/2	100/15/2,5	4,23	5,3	4,63	5,79	16,68	21,03	126,73	159,26
Биточок курячий паровий (подвійна терм. обробка)	60	80	10,61	14,15	2,37	3	4,96	6,61	85,64	112,7
Полуниця свіжа	60	80	0,67	0,67	0	0	5,68	5,68	32	32
Компот з свіжих фруктів	120	160	4,0	5,4	3,4	4,6	6,5	8,8	72	96
Всього на сніданок:			20,11	26,22	12,7	16,19	36,92	46,22	351,37	441,96

11.00										
Сік персиковий	120	180	0,1	0,2	0	0	19,1	28,6	82	122
обід										
Суп-харчо з сметаною (подвійна терм. обробка)	150/5	200/5	2	2,4	2,4	3,3	13,5	16,9	83	107
Картопляне пюре з маслом вершковим	90/2	110/2,5	2	2,5	2,1	2,7	14,5	18,2	85	106
Рулет рибний печений (подвійна терм. обробка)	60	80	8	11,9	3,6	4,8	3,1	4,6	76	109
Капуста рання тушкована з маслом (подвійна терм. обробка)	60/2	80/2,5	1,99	2,21	3,56	5,32	10,21	14,84	76,25	99,26
Абрикоси свіжі	60	80	0,45	0,9	0,05	0,1	4,9	9,8	20,5	41
Компот з свіжих фруктів	150	180	0,3	0,5	0	0	16	19,1	61	72
Хліб житній	30	30	1	1	0,2	0,2	15	15	68	68
Всього на обід:			15,44	20,46	12,2	16,42	61,21	79,34	408,75	530,26
вечеря										
Овочі припущені в томатному соусі(подвійна терм. обробка)	60	80	1,3	1,7	3,4	4,6	4,2	7,2	52	69
Сирники з родзинками, розтопленим маслом	100/2	125/2,5	9,9	11,9	8,1	10	10,5	12,6	155	188
Соус сметанный (на молоці (подвійна терм. обробка)	25	30	1	1,6	2,4	4	4,7	6,7	45	69

Кисіль молочний	100	150	2,82	4,24	2,5	3,75	12,51	18,56	82,4	122,8
Всього на вечерю:			15,02	19,44	16,4	22,35	31,91	45,06	334,4	448,8

середа 3 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років		
сніданок										
Морква тушкована з чорносливом	60	80	0,9	1,2	2,1	2,6	8,3	10,9	52	67
Локшинник з свіжими фруктами, маслом	130/2	160/2,5	6,1	7,7	4,9	6,1	37	46,2	214	268
Соус з вишень свіжих	30	40	0,29	0,4	0	0	5,44	7,45	24,67	33,84
Какао з молоком	130	160	4,5	5,4	3,8	4,6	7,2	8,7	80	96
Всього на сніданок:			11,79	14,7	10,8	15,9	57,94	73,25	370,67	464,84
11.00										
Сік виноградний	120	180	0,6	0,9	0	0	17,4	26,1	70,8	106,2
обід										
Ікра з моркви і кабачків з олією	25	30	2,33	2,92	0,1	0,12	20,13	25,14	27,74	34,61
Куліш пшоняний з фрикадельками та сметаною (подвійна терм. обробка)	150/11/7	200/25/9	5,01	6,61	5,08	6,37	13,14	17,29	118,81	153,56
Голубці ліниві з м'ясом яловичини	160	190	7,9	9,8	4,4	5,4	8,9	11,1	107	133

[illegible]

четвер 3 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років		
									Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
сніданок										

Салат моркв'яно-яблучний з твердим сиром	94/10	126/15	2,5	3,2	4,2	5,4	10,2	13,4	85	110
Суфле з вареного курячого м'яса та рису (подвійна терм. обробка)	100	135	10,72	14,3	4,79	6,26	10,87	14,49	132,32	175,32
Соус з сметани та молока (подвійна терм. обробка)	40	50	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
Сік виноградний	120	180	0,6	0,9	0	0	17,4	26,1	70,8	106,2
Всього на сніданок:			17,3	19,95	11,43	15,63	43,14	60,73	147,42	460,51
11.00										
Полуниця свіжа	80	100	0,67	0,67	0,3	0,3	5,68	5,68	32	32
обід										
Капуста цвітна печена в сухарях	60	80	1,01	1,36	1,12	1,17	2,64	3,64	23,2	28,51
Суп картопляний з локшиною	150	200	1,7	2,3	1,3	2,3	16,7	17,5	71	94
Шніцель зі свинини (подвійна терм. обробка)	60	81	8,36	11,09	14,49	19,15	8,58	11,17	198,68	262,02
Каша ячна в'язка з маслом	82/2	103/2,5	1,76	2,17	1,68	2,09	11,87	14,59	69,92	86,18
Компот із свіжих фруктів(персики, виноград)	120	160	0,54	0,72	0,06	0,08	12,23	16,3	48,54	64,72
Хліб житній	30	30	1	1	0,2	0,2	15	15	68	68
Всього на обід:			14,37	18,64	37,5	24,99	67,02	78,2	479,34	603,43
вечеря										
свіжі томати	20	30	0,24	0,24	0,04	0,04	1,01	1,01	5,06	5,06
Каша кукурудзяна з маслом вершковим	80/2	100/2,5	2,46	3,09	1,8	2,26	21,38	26,82	112,64	141,22

Биточок з курячого м'яса паровий (подвійна терм. обробка)	60	80	10,61	14,15	2,37	3	4,96	6,61	85,64	112,7
Какао з молоком	120	160	4,0	5,4	3,4	4,6	6,5	8,8	72	96
Всього на вечерю:			17,31	22,88	7,61	9,9	33,85	43,24	275,34	354

П'ятниця 3 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років		
									Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
сніданок										
Кабачки припущені	60	80	0,4	0,6	1,8	2,6	2,3	3,2	26	37
Биточок з курятини паровий (подвійна терм. обробка)	45	60	9,28	12,37	1,34	1,79	0,05	0,07	51,4	68,54
Пюре з гороху з маслом вершковим	80/2	100/2,5	9,7	12,2	3,0	3,6	22,7	28,4	167	208
Сік фруктовий	120	180	0,5	0,5	0	0	14,5	14,5	59	59
Хліб житній з маслом вершковим	30/2	30/2,5	1	1,02	1,8	2,2	15	15	82	86
Всього на сніданок:			20,88	26,69	7.94	10,19	54,55	64,37	385,4	458,54
11.00										
Абрикоси свіжі	80	100	0,9	0,9	0,1	0,1	9,8	9,8	41	41
обід										
Борщ по-бахмацьки з сметаною (подвійна терм. обробка)	150/5	200/5	2,41	3,32	3,22	4,85	14,54	19,44	93,33	130,81
Мафіни з овочами та твердим сиром з	60/10	90/15	11,99	15,91	5,43	7,28	3,75	5,08	111,76	149,34

яловичини (подвійна терм. обробка)										
Каша кукурудзяна з маслом вершковим	90/2	110/2,5	2,46	3,09	1,8	2,26	21,38	26,82	112,64	141,22
Огірки свіжі кусочками без шкірки	40	40	0,16	0.16	0,02	0,02	0,66	0,66	2,8	2,8
Хліб житній	30	30	1	1	0,2	0,2	15	15	68	68
Компот з сухофруктів	130	150	0,17	0,22	0	0	8,82	12,09	33,88	46,43
Всього на обід:			18,19	23,7	10,67	14,61	64,15	79,09	422,41	538,6
вечеря										
Запіканка сирно-яблучна з розтопленим маслом, (подвійна терм. обробка)	120/2	150/2,5	18,66	22,99	11,57	14,37	16,29	17,99	246,93	297,01
Соус малиновий	30	40	0,36	0,49	0	0	6,86	9,08	29,18	38,76
Морква тушована з чорносливом	50	70	0,9	1,2	2,1	2,6	8,3	10,9	52	67
Чай трав'яний	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Всього на вечерю:			1,26	24,68	13,67	16,97	31,45	37,97	328,11	402,77

Понеділок 4 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років
сніданок										

Гарбуз печений з яблуками	50	70	0,5	0,6	3,1	4,2	4,6	6,5	48	65
Макарони відварені з твердим сиром, маслом вершковим	90/10 2	113/15 2,5	4,94	6,38	3,82	5	21,66	27,25	142,89	182,16
Омлет драчена (подвійна терм. обробка)	42	42	5,76	5,76	6,91	6,91	2,63	2,63	95,81	95,81
Какао з молоком	150	180	5,02	6,02	4,25	5,1	8,06	9,67	89,2	107,04
Всього на сніданок:			16,22	18,76	18,08	21,21	36,95	46,05	375,9	450,01
11.00										
Фрукти свіжі	60	80	0,39	0,52	0,1	0,14	4	5	17	23
обід										
Салат із свіжої капусти з зеленим горошком з олією	60	80	2,96	3,8	0,05	0,07	20,92	26,44	41,34	50,90
Борщ зелений (щавлевий) з сметаною (подвійна терм. обробка)	150/5	200/8	1,78	2,3	3,42	4,21	7,74	10,3	67,71	86,97
котлета натуральна з філе курки панірована в сухарях(подвійна терм. обробка)	60	80	10,8	14,46	3,58	4,82	8,23	11,24	110,74	147,55
Каша гречана в'язка з маслом вершковим	80/2	100/2,5	2,52	3,17	2,1	2,6	12,7	15,8	80	100
Компот з свіжих фруктів (яблука, виноград)	120	160	0,54	0,72	0,06	0,08	12,23	16,3	48,54	64,72
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього на обід:			20,7	26,55	11,61	14,18	71,72	89,98	419,33	521,14
вечеря										

Слива свіжа (без кісточок)	60	80	0,8	0,8	0	0	10,1	10,1	43	43
обід										
Салат з свіжих огірків та помідорів з олією	60	80	0,61	0,82	3,58	4,11	2,84	3,79	44,52	53,39
Суп рисовий з помідорами та сметаною (подвійна терм. обробка)	150/2	200/5	1,55	2,19	3,14	4,97	12,14	16,2	81,95	116,9
Гречаники м'ясні з курячим м'ясом (подвійна терм. обробка)	110	140	12,85	16,92	3,38	4,47	24,76	31,39	105,33	137,98
Соус сметанный (на молоці)	40	50	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
Сік виноградний	120	180	0,6	0,9	0	0	17,4	26,1	70,8	106,2
Хліб житній	30	30	1	1	0,2	0,2	15	15	68	68
Всього на обід:			17,59	23,38	12,74	17,72	76,81	99,22	415,22	551,46
вечеря										
Пудинг з цвітної капусти з маслом вершковим	60/2	80/2,5	2,56	3,49	2,69	3,49	4,84	6,77	51,91	69,86
Суфле яєчне (подвійна терм. обробка)	75	75	6,79	6,79	7,47	7,47	6	6	118,5	118,5
Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15	3,6	3,6	3,9	3,9	9,9	9,9	89	89
Какао з молоком	130	150	5,02	6,02	4,25	5,1	8,06	9,67	89,2	107,04
Абрикоси свіжі	60	80	0,9	0,9	0,1	0,1	9,8	9,8	41	41
Всього на вечерю:			17,97	19,9	18,31	20,06	38,6	42,14	389,61	425,4

Середа 4 тиждень

Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років
сніданок										
Салат з свіжих томатів з солодким перцем	60	80	0,7	0,94	2,07	2,1	3,59	4,83	34,2	39,79
Пудинг з курячого м'яса печений (подвійна терм. обробка)	40	60	10,9	14,53	4,42	5,73	3,06	4,08	97,57	128,61
Каша ячна в'язка з маслом вершковим	80/2	100/2,5	1,77	2,17	1,68	2,09	11,88	14,6	69,92	86,19
Кисіль молочний	100	150	2,82	4,24	2,5	3,75	12,51	18,56	82,4	122,8
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього на сніданок:			18,29	23,98	13,07	16,07	40,94	51,97	355,09	448,39
11.00										
Персики свіжі	60	80	0,9	0,9	0,1	0,1	9,8	9,8	41	41
обід										
Салат із свіжих огірків та помідор без шкірки з олією	60	80	0,61	0,82	3,58	4,11	2,84	3,79	44,52	53,39
Суп український з галушками	150/15	200/20	1,8	2,6	2,8	5,1	12,4	16,6	107	135
Зрази з курки з овочам в сметанному соусі з маслом (подвійна термічна обробка)	80/30 2	80/50 2,5	11,92	16,13	8,33	12,15	6,87	9,69	151,55	214,5
Сік персиковий	120	180	0,1	0,2	0	0	19,1	28,6	82	122
Всього на обід:			14,43	19,75	14,71	55,62	34,26	58,68	385,07	524,89

вечеря										
Салат моркв'яно-яблучний	60	80	2,45	3,19	4,22	5,37	10,17	13,43	84,87	109,98
Фіш боли в томатному соусі (подвійна терм. обробка	50/15	70/20	8,07	12,14	1,97	3,27	5,33	7,71	71,21	108,56
Хліб цільнозерновий з твердим сиром, маслом вершковим	30/10/2	30/15/2,5	3,6	3,6	3,9	3,9	9,9	9,9	89	89
Картопля запечена скибочками	90	100	2,52	3,09	2,16	2,81	12,64	15,48	80,49	100,06
Фрукти свіжі	60	80	0,40	0,5	0	0	5,4	6,7	36	44,64
Узвар	130	150	0,3	0,3	0	0	16	19,1	61	72
Всього на вечерю:			16,64	21,45	12,25	15,35	38,04	46,02	325,57	407,6

Четвер 4 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7)років
сніданок										
Морквяна запіканка з кисломолочним сиром(подвійна терм. обробка)	100	130	9,6	12,6	8,2	11,7	16,8	21,8	176	239
Соус малиновий	15	20	0,18	0,24	0,14	0,18	6,54	8,66	26,48	35,1
Суп гречаний з молоком	150	200	3,6	4,8	3,1	4,2	13,7	16,9	93	124

Компот з свіжих фруктів	80	100	0,24	0,32	0,24	0,32	12,23	16,3	48,54	64,72
Всього на сніданок:			13,62	17,96	11,68	16,4	49,27	63,66	344,02	462,82
11.00										
Полуниця свіжа	60	80	0,67	0,67	0,3	0,3	5,68	5,68	32	32
обід										
Салат з свіжої капусти з зеленим горошком з олією	45	60	2,96	3,8	0,05	0,07	20,92	26,44	41,34	50,9
Суп болгарський з сметаною, маслом (подвійна терм. обробка)	150/4/2	200/5/2,5	1,66	2,22	2,54	3,48	11,01	14,62	72,94	97,88
Пастуший пиріг з яловичиною	130	150	16,03	21,01	2,01	2,65	53,63	68,43	153,28	202,13
Соус сметанный (на молоці)	40	50	0,98	1,55	2,44	3,97	4,67	6,74	44,62	68,99
Перець солодкий підсмажений з олією	30	40	1,88	2,58	2	2,55	7,75	10,67	55,29	74,22
узвар	130	150	0,39	0,52	0	0	14	15	61	72
Всього на обід:			23,9	31,68	9,14	12,86	101,98	126,91	384,47	551,73
вечеря										
Салат з свіжих томатів з олією	60	80	0,70	0,94	2,07	2,1	3,59	4,83	34,2	39,79
Суфле з курки печене (подвійна терм. обробка)	50	70	7,83	11,69	2,87	4,26	1,34	2,04	62,45	93,06
Каша рисова в'язка з маслом	80/2	100/2,5	1,3	1,6	1,6	2	12,9	15,8	72	89
Яблуко печене	40	60	0,24	0,32	0,24	0,32	9,23	12,31	38,37	51,16
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Какао з молоком	120	160	4	5,4	3,4	4,6	6,5	8,8	72	96

Всього на вечерю:			16,17	22,05	12,58	15,38	43,46	53,68	350,02	440,01
-------------------	--	--	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------	--------

П'ятниця 4 тиждень										
Найменування страв та виробів	вихід		Хімічний склад							
			Білки, г		Жири, г		Вуглеводи, г		Енергетична цінність ккал	
	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років	Від 3-4 років	Від 5-6 (7) років
сніданок										
Овочі припущені в сметанному соусі	60/5	90/8	1,3	2,5	3,4	6,6	4,2	8,3	52	99
Полента з маслом(кукурудзяна каша запечена)	80/2	100/2,5	2,6	3,1	2,4	3,0	16,6	20,1	99	120
Оладки курячі (подвійна терм. обробка)	50	70	11,36	15,07	5,08	6,38	5,26	6,86	114,06	147,69
Кисіль натуральний	100	120	0,4	0,5	0	0	19,3	24,1	91	113
Всього на сніданок:			15,66	21,17	10,88	15,98	45,36	59,36	356,06	479,69
11.00										
Виноград свіжий	60	80	0,6	0,6	0,2	0,2	15,6	15,6	65	65
обід										
Буряк тушкований в сметанному соусі (подвійна терм. обробка)	60/5	80/8	1,1	1,5	2,1	2,7	6,8	9,1	48	63
Суп з сочевиці з грінками	150/30	200/30	5,4	7,2	2,3	3,4	12,9	17,2	99	135
Болоньєзе (зі свинини) (подвійна терм. обробка)	60	80	7	9,3	14,2	18,8	3,3	4,2	168	222

Каша рисова в'язка з маслом вершковим	80/2	100/2,5	1,3	1,6	1,6	2	12,9	15,8	72	89
Компот з свіжих фруктів	120	160	0,54	0,72	0,06	0,08	12,23	16,3	48,54	64,72
Всього на обід:			15,54	20,58	20,3	27,03	48,96	63,7	439,68	579,24
вечеря										
Яблука печені	50	70	0,24	0,32	0,24	0,32	9,23	12,31	38,37	51,16
Баклажани тушковані з помідорами, олією	60	80	3,03	3,85	1,16	1,5	22,87	28,83	53,79	67,61
Курачий рулет печений (подвійна терм. обробка)	60	80	11,84	15,69	5,35	6,74	5,32	6,96	118,63	153,69
Макарони варені з вершковим маслом та твердим сиром	80/2/10	100/2,5/15	3,3	4,2	1,8	2,2	21,7	27,3	118	148
Чай трав'яний	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Всього на вечерю:			18,41	24,06	8,55	10,76	59,12	75,4	328,79	471,62

Медична сестра старша
Кухар

(С.Піддубняк)
(Л.Ушинська)

