

ПОГОДЖЕНО

Начальник Сумського  
районного управління  
Головного управління  
Держзодснуживслужби в  
Сумській області

О.А.Скварча  
2023 рік



ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Сумський НВК №16  
імені Олексія Братушки  
«Загальноосвітня школа І-ІІІ ступені  
дошкільний навчальний заклад»  
Сумської міської ради

Олена ПОЗНЯК  
2023 рік



**Перспективне чотирьохтижневе меню  
одноразового харчування  
на зимовий період для учнів  
Комунальної установи Сумського  
навчально – виховного комплексу № 16 імені О.Братушки  
«Загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів – дошкільний навчальний заклад»  
Сумської міської ради**

**1 тиждень  
Сніданок**

	Енергетична цінність 6-11 років (1-4 класи)					Енергетична цінність 11-14 років (5-9 класи)					Енергетична цінність 14-18 років (10-11 класи)					А. н.
	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуг.гев, г	Калорії	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуг.гев, г	Калорії	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуг.гев, г	Калорії	
<b>Понеділок</b>		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810	
Омлет-Скрамбл	70	11,9	5,7	0,0	184,8	100	15,2	8,23	0,07	279,74	120	18,1	8,38	3,27	355,62	Г. М.
Булгур (розсипчастий)	120	3,7	7,8	32,3	162,0	150	3,7	8,8	37,9	185,0	150	3,7	9,8	51,9	185,0	Г.
Хліб ц/з	30	2,0	2,0	10,0	71,0	50	3,0	4,0	16,7	108,0	50	3,0	4,0	16,7	118,0	Г.
Салат з капусти та моркви № 1.1.	120/100	1,51	3,45	15,83	64,02	120/100	0,51	3,45	15,8	64,02	120/100	0,51	3,45	15,8	64,02	
Яблуко	114/100	0,67	0,42	5,48	6,46	114/100	0,67	0,42	5,48	6,46	114/100	0,67	0,42	5,48	6,46	Ф.
Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	180	0,20	0,70	18,7	80,80	180	0,20	0,70	18,7	80,80	180	0,20	0,70	28,7	80,80	Ф.
<b>Всього</b>		<b>19,98</b>	<b>20,07</b>	<b>82,31</b>	<b>569,08</b>		<b>23,28</b>	<b>25,6</b>	<b>94,65</b>	<b>724,02</b>		<b>26,18</b>	<b>26,75</b>	<b>111,88</b>	<b>809,9</b>	
<b>Вівторок</b>		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810	
Картопляне пюре з орегано	120	10,8	10,4	25,6	146,5	150	10,8	14,82	31,1	293,0	150	10,8	16,3	31,1	293,0	М.
Рибні Нагетси	70/60	3,3	2,2	14,5	153,8	100/90	6,15	3,08	18,72	162,56	130/120	9,0	3,2	21,8	170,7	Р.
Йогурт	125	4,00	3,00	10,80	86,00	125	4,00	3,00	10,80	86,00	125	4,00	3,00	10,80	86,00	М.
Салат з моркви, яблук та соусом «Вінігрет» т.к. № 1.12	120/100	1,48	3,15	18,26	99,33	120/100	1,48	3,15	18,26	99,33	120/100	1,60	3,94	25,33	124,17	
Апельсин	149/100	0,84	0,0	10,08	45,4	149/100	0,84	0,0	10,08	45,4	149/100	0,84	0,0	10,08	45,4	Ф.
<b>Всього</b>		<b>20,42</b>	<b>18,75</b>	<b>79,24</b>	<b>531,03</b>		<b>23,27</b>	<b>24,05</b>	<b>88,96</b>	<b>686,29</b>		<b>26,24</b>	<b>26,44</b>	<b>99,11</b>	<b>719,27</b>	



<i>Тиждень Середа</i>		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810
Хліб ц/з	30	2,0	2,0	10,0	71,0	50	3,0	4,0	16,7	118,0	50	3,0	4,0	16,7	118,0
Кудріш з курячим м'ясом	120/70	8,2	8,6	19,9	266,9	150/100	10,1	8,8	24,9	300,6	170/130	7,8	12,4	29,9	344,8
Ряжанка	125	4,00	3,00	21,00	86,00	125	4,00	3,00	20,00	86,00	125	4,00	3,00	20,00	86,00
Салат з капустою, морквою з соусом «Вінегрет»	100	5,3	7,2	3,0	104,2	100	6,4	9,0	3,94	120,39	100	7,14	7,4	3,94	165,61
Банан	167/100	1,2	0,08	19,54	93,2	167/100	1,2	0,08	19,54	93,2	167/100	3,2	0,08	19,54	93,2
<b>Всього</b>		<b>20,7</b>	<b>20,88</b>	<b>73,44</b>	<b>621,33</b>		<b>24,7</b>	<b>24,88</b>	<b>85,08</b>	<b>718,19</b>		<b>25,14</b>	<b>26,88</b>	<b>90,08</b>	<b>807,61</b>
<b>Четвер</b>		<b>18-21</b>	<b>17-21</b>	<b>73-88</b>	<b>525-630</b>		<b>21-25</b>	<b>21-25</b>	<b>81-98</b>	<b>600-720</b>		<b>23-27</b>	<b>23-27</b>	<b>93-112</b>	<b>675-810</b>
Овочева пасля з куркумою	120	6,2	8,2	31,3	226,1	150	8,2	10,6	35,4	258,1	150	8,2	10,6	35,4	258,1
Чахохбілі з куркою	90/70	9,2	7,48	5,3	116,2	120/100	10,3	6,7	6,9	130,4	150/120	10,8	7,7	7,9	189,4
Салат з капустою та олією № 1,4.	100	1,50	3,3	4,4	55,4	100	1,50	3,3	4,4	55,4	100	1,50	3,3	4,4	55,4
Хліб ц/з	30	2,0	2,0	10,0	71,0	50	3,0	4,0	16,7	118,0	50	3,0	4,0	16,7	118,0
Сік томатний	200	1,20	0,00	22,50	98,70	200	1,20	0,00	22,50	98,70	200	1,20	0,00	22,50	98,70
Груша	111/100	0,84	0,0	10,08	45,4	111/100	0,84	0,0	10,08	45,4	111/100	0,84	0,0	10,08	45,4
<b>Всього</b>		<b>20,94</b>	<b>20,98</b>	<b>83,58</b>	<b>612,8</b>		<b>25,04</b>	<b>24,6</b>	<b>95,98</b>	<b>706</b>		<b>25,54</b>	<b>25,6</b>	<b>96,98</b>	<b>765</b>
<b>П'ятниця</b>		<b>18-21</b>	<b>17-21</b>	<b>73-88</b>	<b>525-630</b>		<b>21-25</b>	<b>21-25</b>	<b>81-98</b>	<b>600-720</b>		<b>23-27</b>	<b>23-27</b>	<b>93-112</b>	<b>675-810</b>
Лінівні вареники	180/150	7,6	5,1	28,14	318,36	200/180	8,8	6,1	48,7	393,0	200/180	8,8	9,1	48,7	393,0
Сметана	15	0,45	3,00	0,45	30,90	15	0,45	3,00	0,45	30,90	15	0,45	3,00	0,45	30,90
Салат з яйцем, сиром та куркумою №1,17	100	5,3	7,2	24,2	104,2	100	6,4	9,0	29,94	120,39	100	7,14	7,4	29,94	165,61
Какао з молоком	180	6,1	5,4	19,9	109,9	180	6,1	5,4	9,6	109,9	180	6,1	5,4	9,6	109,9
Яблуко	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46
<b>Всього</b>		<b>20,12</b>	<b>21,12</b>	<b>79,17</b>	<b>569,82</b>		<b>22,42</b>	<b>23,92</b>	<b>95,17</b>	<b>660,65</b>		<b>23,16</b>	<b>25,32</b>	<b>95,17</b>	<b>705,87</b>

**II тиждень**  
**Сніданок**

	Енергетична цінність 6-11 років (1-4 класи)					Енергетична цінність 11-14 років (5-9 класи)					Енергетична цінність 14-18 років (10-11 класи)				
	Вихід,г	Білки,г	Жири,г	Вуглевод,г	Калорій	Вихід,г	Білки,г	Жири,г	Вуглевод,г	Калорій	Вихід,г	Білки,г	Жири,г	Вуглевод,г	Калорій
<b>Понеділок</b>		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810
Салат з перетертим яйцем та яблуком № 1.11	100	5.1	6.3	15.9	90.6	100	6.2	7.42	15.9	120.3	100	6.2	7.42	15.9	120.75
Мак енд чіз з твердим сиром	120/30	5.4	6.7	18.0	188.7	150/30	5.5	9.10	22.5	226.1	150/50	7.2	9.24	28.90	271.77
Нагетси курячі	70/60	9.1	7.7	17.7	186.3	100/90	11.22	8.07	20.80	219.24	130/120	10.1	9.3	26.0	274.0
Чай з мелісою	200	1.2	0.0	22.5	98.7	200	1.2	0.0	22.5	98.7	200	1.2	0.0	22.5	98.7
Яблуко	114/100	0.67	0.42	6.48	6.46	114/100	0.67	0.42	6.48	6.46	114/100	0.67	0.42	6.48	6.46
<b>Всього</b>		<b>21,47</b>	<b>21,12</b>	<b>80,58</b>	<b>570,76</b>		<b>24,79</b>	<b>25,01</b>	<b>88,18</b>	<b>670,8</b>		<b>25,37</b>	<b>26,38</b>	<b>99,78</b>	<b>771,68</b>
<b>Вівторок</b>		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810
Гречана каша (розсипчаста)	120	4,3	6,7	25,3	53,6	150	5,3	8,0	25,3	43,6	150	5,43	3,34	27,13	215,4
Курячий шніцель	70	12.1	7.9	11.3	148.5	100	14.3	9.85	16.19	212.9	120	14.4	13.8	19.4	254.5
Салат з вареним буряком, чорносливом №1.	100	1.3	1.2	10.6	62.1	100	1.3	0.7	10.6	62.1	100	1.77	2.21	14.15	82.83
Хліб цільнозерновий	30	2.0	2.0	10.0	71.0	50	3.0	3.0	16.7	118.0	50	3.0	4.0	16.7	118.0
Сік фруктовий	200	1.2	0.00	22.5	98.7	200	1.2	0.00	22.5	98.7	200	1.2	0.00	22.5	98.7
<b>Всього</b>		<b>20,9</b>	<b>17,8</b>	<b>79,7</b>	<b>533,9</b>		<b>25,1</b>	<b>21,55</b>	<b>91,29</b>	<b>635,3</b>		<b>25,8</b>	<b>23,35</b>	<b>99,88</b>	<b>769,43</b>



II тиждень Сніданок															
<i>Середа</i>															
		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810
Картоняне пюре	100/ 3	6,84	8,42	39,11	192,62	120/ 4	7,84	7,42	41,1	192,62	150/ 5	3,5	8,3	54,4	223,3
Рибні фрикадельки	70/ 60	8,91	4,46	1,07	158,66	100/ 90	11,36	9,20	4,6	178,99	130/ 120	16,2	9,93	4,13	192,3
Салат з морквою, яблуком та соусом "Вінегрет" № 1.15	100	0,6	2,7	7,3	95,7	100	0,74	3,41	8,7	106,2	100	0,74	3,61	8,7	106,2
Хліб цільнозерновий	30	2,0	2,0	10,0	71,0	50	3,0	3,0	13,7	98,0	50	3,0	4,0	13,7	118,0
Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	180	0,20	0,70	18,7	80,80	180	0,20	0,70	18,7	80,80	180	0,20	0,70	21,7	80,80
Груша	111/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4	111/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4	111/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4
<b>Всього</b>		<b>19,39</b>	<b>18,28</b>	<b>86,26</b>	<b>644,18</b>		<b>23,98</b>	<b>23,73</b>	<b>96,88</b>	<b>702,01</b>		<b>24,48</b>	<b>26,54</b>	<b>112,72</b>	<b>766,03</b>
<b>Четвер</b>															
		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810
Салат з запеченої груші та моркви № 1.	100	0,80	3,25	8,89	65,2	100	0,80	3,25	8,89	65,2	100	0,80	3,25	8,89	65,2
Львівський сирник з морквою та сметаною	120/ 100	13,50	14,3	55,90	383,2	180/ 150	16,50	16,3	57,90	423,2	200/ 180	19,50	18,3	78,90	483,2
Йогурт	125	4,00	3,00	10,00	96,00	125	4,00	3,00	10,00	86,00	125	4,00	3,00	10,00	86,00
Апельсин	149/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4	149/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4	149/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4
<b>Всього</b>		<b>19,4</b>	<b>20,55</b>	<b>84,87</b>	<b>589,8</b>		<b>22,14</b>	<b>22,55</b>	<b>86,88</b>	<b>619,8</b>		<b>25,14</b>	<b>24,55</b>	<b>107,87</b>	<b>679,8</b>
<b>П'ятниця</b>															
		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810
Омлет Скрамбл	70	8,4	5,7	25,0	214,8	100	10,2	8,23	31,07	279,7	120	10,1	8,38	38,27	355,6
Салат з капустою та олією № 1.4.	100	1,50	3,3	4,4	85,4	100	1,50	3,3	4,4	55,4	100	1,50	3,3	4,4	55,4
Какао з молоком	180	6,1	5,4	19,9	109,9	180	6,1	5,4	19,6	109,9	180	6,1	5,4	19,6	109,9

Хліб цільнозерновий	30	2,0	2,0	10,0	71,0	50	3,0	4,0	16,7	118,0	50	3,0	4,0	16,7	118,0
Каша пшенична (розсипчаста)	120	2,3	1,5	13,2	43,6	150	3,44	2,60	7,7	54,5	150	3,44	2,60	7,7	54,5
Яблуко	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46
<b>Всього</b>		<b>20,97</b>	<b>18,32</b>	<b>78,98</b>	<b>531,16</b>		<b>24,91</b>	<b>23,95</b>	<b>85,95</b>	<b>623,96</b>		<b>24,81</b>	<b>24,1</b>	<b>93,15</b>	<b>699,86</b>

**III тиждень  
Сніданок**

	Енергетична цінність 6-11 років (1-4 класи)					Енергетична цінність 11-14 років (5-9 класи)					Енергетична цінність 14-18 років (10-11 класи)				
	Вихід,г	Білки,г	Жири,г	Вуглев,г	Калорії	Вихід,г	Білки,г	Жири,г	Вуглев,г	Калорії	Вихід,г	Білки,г	Жири,г	Вуглев,г	Калорії
<b>Понеділок</b>		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810
Рис розсипчастий з овочами	120/100	3,7	2,9	30,2	173,6	150/120	4,6	3,6	47,7	204,5	150/120	4,6	3,6	37,7	204,5
Салат з капусти з олією № 1,4	75	1,90	8,20	9,43	117,14	75	1,90	8,20	9,43	117,14	75	1,90	8,20	9,43	117,14
Курячий шніцель	80/70	9,4	6,0	17,3	148,5	110/100	10,7	9,85	16,19	212,0	130/120	12,4	11,8	29,4	264,5
Ряжанка	125	4,00	3,00	10,00	86,00	125	4,00	3,00	10,00	86,00	125	4,00	3,00	10,00	86,00
Яблуко	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46
<b>Всього</b>		<b>19,67</b>	<b>20,52</b>	<b>73,41</b>	<b>531,7</b>		<b>21,87</b>	<b>25,07</b>	<b>89,8</b>	<b>640,05</b>		<b>23,57</b>	<b>27,02</b>	<b>93,01</b>	<b>678,6</b>
<b>Вівторок</b>		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810
Запіканка сирна з бананом та сметаною	135/125 120/25	4,94	5,06	32,4	302,7	145/135 150/25	6,9	5,15	42,5	332,7	155/145 180/25	6,9	6,7	56,4	372,3
Сметана	15	3,4	5,1	5,9	64,1	15	3,4	5,4	5,9	64,1	15	3,4	5,4	5,9	84,1



Салат з яйцем, сиром та куркумою №1.17	100	5,3	4,4	20,2	74,2	100	6,4	4,4	19,94	120,3	100	6,4	4,4	19,94	165,61
Кефір	180	6,64	4,56	7,08	91,16	180	6,64	7,56	7,08	91,56	180	6,64	7,56	7,08	91,56
Банан	167/ 100	1,2	0,08	19,54	93,2	167/ 100	1,2	0,08	19,54	93,2	167/ 100	3,2	0,08	19,54	93,2
<b>Всього</b>		<b>21,48</b>	<b>19,2</b>	<b>85,12</b>	<b>625,36</b>		<b>24,54</b>	<b>22,59</b>	<b>94,96</b>	<b>701,86</b>		<b>26,54</b>	<b>24,14</b>	<b>108,86</b>	<b>806,77</b>
<b>Середа</b>		<b>18-21</b>	<b>17-21</b>	<b>73-88</b>	<b>525-630</b>		<b>21-25</b>	<b>21-25</b>	<b>81-98</b>	<b>600-720</b>		<b>23-27</b>	<b>23-27</b>	<b>93-112</b>	<b>675-810</b>
Печення домашньому	150/70	11,5	12,9	17,3	228,6	180/ 100	15,3	15,5	20,7	274,3	200/ 120	16,6	17,2	33,0	304,8
Хліб ц/з	30	2,0	2,0	10,0	71,0	50	3,0	4,0	16,7	118,0	50	3,0	4,0	16,7	118,0
Салат з буряком чорносливом та сметаною №1.	100/10	4,48	3,15	16,26	99,33	100/ 10	4,48	3,15	16,26	99,33	100/ 10	5,05	3,94	20,33	124,17
Сік фруктовий	200	1,20	0,00	22,50	98,70	200	1,20	0,00	22,50	98,70	200	1,20	0,00	22,50	98,70
Груша	111/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4	111/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4	111/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4
<b>Всього</b>		<b>20,02</b>	<b>18,05</b>	<b>76,14</b>	<b>543,03</b>		<b>24,82</b>	<b>22,65</b>	<b>86,24</b>	<b>635,73</b>		<b>26,69</b>	<b>25,14</b>	<b>102,61</b>	<b>691,07</b>
<b>Четвер</b>		<b>18-21</b>	<b>17-21</b>	<b>73-88</b>	<b>525-630</b>		<b>21-25</b>	<b>21-25</b>	<b>81-98</b>	<b>600-720</b>		<b>23-27</b>	<b>23-27</b>	<b>93-112</b>	<b>675-810</b>
Салат з перетертим яйцем та яблуком №1.11	100	6,1	6,3	22,3	140,6	100	6,1	6,3	22,3	140,6	100	6,1	6,3	37,3	140,6
Макарони відварні з в/м	120/2	3,4	3,7	26,0	138,7	150/ 3	5,5	4,6	31,44	206,4	150/ 3	5,5	4,6	22,5	206,4
Рибні нагетси	90/70	3,81	6,00	1,95	112,66	120/ 100	5,1	6,92	1,95	112,6	140/ 120	6,8	6,92	1,95	112,6
Хліб ц/з	30	2	2	10	71	50	3	4	16,7	118	50	3,00	4,00	16,70	118
Йогурт	125	4,00	3,00	10,00	86,00	125	4,00	3,00	10,00	86,00	125	4,00	3,00	10,00	86,00
Апельсин	149/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4	149/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4	149/ 100	0,84	0,0	10,08	45,4
<b>Всього</b>		<b>20,15</b>	<b>21,00</b>	<b>80,33</b>	<b>594,36</b>		<b>24,54</b>	<b>24,82</b>	<b>92,47</b>	<b>709</b>		<b>26,24</b>	<b>24,82</b>	<b>98,53</b>	<b>709</b>

П'ятниця		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810
Каша пшенична (розсипчаста)	120/2	4,7	2,6	26,4	156,1	150/3	5,8	3,3	33,0	195,1	150/3	3,8	3,3	33,0	195,1
Пухкий омлет з орегано	50	12,24	11,16	19,04	236,18	100	13,6	13,39	20,45	259,4	120	15,3	16,7	25,56	324,27
Салат з морквою яблуком та соусом "Вінегрет" № 1.	100	1,3	1,7	10,6	62,1	100	1,3	1,7	10,6	62,1	100	2,77	2,21	14,15	82,83
Яблуко	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46
Хліб ц/з	30	2	2	10	71	50	3	4	16,7	118	50	3,00	4,00	16,70	118
Чай каркаде (без цукру)	200	0,00	0,00	0,55	1,39	200	0,00	0,00	0,55	1,39	200	0,00	0,0	0,55	1,39
<b>Всього</b>		<b>20,91</b>	<b>17,88</b>	<b>73,07</b>	<b>533,23</b>		<b>24,37</b>	<b>22,81</b>	<b>87,78</b>	<b>642,45</b>		<b>25,54</b>	<b>26,63</b>	<b>96,44</b>	<b>728,05</b>

*IV тиждень  
Сніданок*

	Енергетична цінність 6-11 років (1-4 класи)					Енергетична цінність 11-14 років (5-9 класи)					Енергетична цінність 14-18 років (10-11 класи)				
	Вихід,г	Білки,г	Жири,г	Вуглевод,г	Калорії	Вихід,г	Білки,г	Жири,г	Вуглевод,г	Калорії	Вихід,г	Білки,г	Жири,г	Вуглевод,г	Калорії
<b>Понеділок</b>		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810
Салат з капусти та моркви №1.1	100	0,6	2,7	14,3	74,25	100	0,74	3,61	19,71	74,25	100	0,74	3,61	19,71	74,25
Запечене філе куряче з орегано	80/70	14,9	12,7	18,0	194,8	120/100	18,3	14,6	20,1	251,8	130/120	19,8	16,23	23,07	319,74
Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	150	0,20	0,70	18,70	80,80	150	0,20	0,70	18,7	80,80	150	0,20	0,70	18,70	80,80
Булгур (розсипчастий)	100	3,70	3,80	28,80	172,0	120	4,70	4,80	31,9	195,0	150	4,70	4,80	42,9	215,00
Яблуко	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46	114/100	0,67	0,42	6,48	6,46
<b>Всього</b>		<b>20,07</b>	<b>20,32</b>	<b>86,28</b>	<b>528,31</b>		<b>24,61</b>	<b>24,13</b>	<b>96,89</b>	<b>608,31</b>		<b>26,11</b>	<b>25,76</b>	<b>110,86</b>	<b>696,25</b>



<b>Вівторок</b>		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810	
Запіканка з сиром та бананом	125/120	12,4	14,8 8	42,09	377,9	150/150	15,6	17,33	49,1	393,6	150/180	17,2	17,86	49,64	491,96	M
Хліб ц/з	30	2,0	2,0	12,0	71	50	3,0	4,0	15,7	118	50	3,00	4,00	16,70	118	
Салат з моркви з родзинками та сметаною № 1.	100	5,48	3,15	16,26	99,33	100	5,48	3,15	16,2 6	99,33	100	5,48	3,15	16,26	99,33	
Чай з мелісою (без цукру)	200	0,00	0,00	0,55	1,39	200	0,00	0,00	0,55	1,39	200	0,00	0,0	0,55	1,39	
Апельсин	149/100	0,84	0,0	10,8	45,4	149/100	0,84	0,0	10,8	45,4	149/100	0,84	0,0	10,8	45,4	
<b>Всього</b>		<b>20,72</b>	<b>20,03</b>	<b>81,7</b>	<b>595,02</b>		<b>24,92</b>	<b>24,48</b>	<b>92,41</b>	<b>657,72</b>		<b>26,52</b>	<b>25,01</b>	<b>93,95</b>	<b>756,08</b>	
<b>Середа</b>		<b>18-21</b>	<b>17-21</b>	<b>73-88</b>	<b>525-630</b>		<b>21-25</b>	<b>21-25</b>	<b>81-98</b>	<b>600-720</b>		<b>23-27</b>	<b>23-27</b>	<b>93-112</b>	<b>675-810</b>	
Каша гречана (розсипчаста)	100/3	5,40	13,1	30,20	151,6	120/4	8,5	14,1	29,2	197,9	150/4	9,6	15,80	40,3	215,40	
Курка по-італійські	80/70	9,1	2,5	28,1	243,4	110/100	10,9	4,5	25,5	275,4	130/120	11,2	4,14	41,77	343,99	
Салат з морквою, яблуком та соусом "Вінегрет" № 1.3	100	0,6	2,7	7,3	95,7	100	0,74	3,41	8,7	106,2	100	0,74	3,61	8,7	106,2	
Йогурт	125	4,00	3,00	10,00	86,00	125	4,00	3,00	10,0	86,00	125	4,00	3,00	10,00	86,00	M
Груша	111/100	0,84	0,0	10,08	45,4	111/100	0,84	0,0	10,0 8	45,4	111/100	0,84	0,0	10,08	45,4	
<b>Всього</b>		<b>19,94</b>	<b>21,3</b>	<b>85,68</b>	<b>622,1</b>		<b>24,98</b>	<b>25,01</b>	<b>83,48</b>	<b>710,9</b>		<b>26,38</b>	<b>26,55</b>	<b>110,85</b>	<b>796,99</b>	
<b>Четвер</b>		<b>18-21</b>	<b>17-21</b>	<b>73-88</b>	<b>525-630</b>		<b>21-25</b>	<b>21-25</b>	<b>81-98</b>	<b>600-720</b>		<b>23-27</b>	<b>23-27</b>	<b>93-112</b>	<b>675-810</b>	
Рибний закритий піріг зі спеціями	150/60	12,6	10,8	18,03	260,4	220/90	15,1	12,4	27,0	340,7	300/120	16,1	17,2	36,1	370,9	P.N J.L
Салат з канустою та олією №1.4	100	3,1	7,5	13,3	41,5	100	3,1	7,5	3,3	41,5	100	3,5	3,3	4,4	65,4	
Сік томатний	200	1,2	0,0	25,5	98,7	200	1,2	0,0	25,5	98,7	200	1,2	0,0	25,5	98,7	





**Примітка:** допускається заміна на кращий або рівноцінний варіант.

Ціна регулюється виходом блюд.

Додаток

до перспективного чотиритижневого меню  
комунальної установи Сумський навчально-виховний комплекс № 16  
імені Олексія Братушки «Загальноосвітня школа I-III ступенів – дошкільний  
навчальний заклад» Сумської міської ради

**Нормативні посилання та використана література:**

1. Збірник технологічних нормативів, рецептур, блюд і кулінарних виробів для шкільних загальноосвітніх навчальних закладів, Коровка Л.С., 2001 рік.
2. Довідник рецептурних блюд для загальноосвітніх навчальних закладів, Сорокіна Л.І., 2003 рік.
3. Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах, Євген Клопач, Львів, 2019 рік

Відповідальна особа: \_\_\_\_\_ медична сестра шкільного підрозділу Яценко Ю.В.