

**І тиждень  
Сніданок**

І тиждень, Сніданок	Енергетична цінність 6-11 років					Енергетична цінність 11-14 років					Енергетична цінність 14-18 років					Алерге ни	№ Т.К.
	Вихід, г	Вітк, г	Жири, г	Вугле, г	Калорії	Вихід, г	Вітк, г	Жири, г	Вугле, г	Калорії	Вихід, г	Вітк, г	Жири, г	Вугле, г	Калорії		
<b>Понеділок</b>		21-25	21-24	88 -103	630-735		25-29	25-29	98-114	720 -840		27-32	27-32	112-131	810-945		
Каша гречана	120/2	6,2	3,78	30,9	184	150/3	7,75	4,72	38,63	230	150/3	7,75	4,72	38,63	230	МП,Л,З	
Шніцель курячий	70	13,1	6,9	11,3	148,5	100	18,7	9,85	16,19	212,09	120	22,4	11,8	19,4	254,5	МП, Л, Г, Я	
Салат з томатів та цибулі маринованої	100	1,17	3,15	6,78	59	120	1,4	3,78	8,13	71	120	1,4	3,78	8,13	71	№1.3	
Йогурт	125	2	6,3	5,3	86	125	2	6,3	5,3	86	125	2	6,3	5,3	86	МП,Л	
Апельсин	100	0,9	0,2	11	50	100	0,9	0,2	11	50	100	0,9	0,2	11	50	Ф	
<b>Всього</b>		<b>23,37</b>	<b>20,33</b>	<b>65,28</b>	<b>527,5</b>		<b>30,75</b>	<b>24,85</b>	<b>79,25</b>	<b>649,09</b>		<b>34,45</b>	<b>26,8</b>	<b>82,46</b>	<b>691,5</b>		
<b>Вівторок</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>		
Картопляне пюре	120/2	2,84	9,42	29,11	202,62	150/3	3,69	12,25	37,84	263,41	150/4	3,69	12,25	37,84	263,41	МП,Л	
Лягетси рибні	70/60	11,46	3,02	10,48	117	100/90	17,18	4,52	15,71	176	130/ 120	22,92	6,04	20,96	234	Р,Г Я	
Салат зелений з огірків та томатів	100	0,88	3,22	2,2	42,93	120	1,06	3,86	2,64	51,52	120	1,06	3,86	2,64	51,52	№1.13	
Кліб ш/з	30	2,9	1,17	12,9	76,21	50	4,4	1,76	19,42	114,3	50	4,4	1,76	19,42	114,3	Г	
Лік фруктовий	200	1,4	0,6	20,5	98	200	1,4	0,6	20,5	98	200	1,4	0,6	20,5	98		
руша	100	0,4	0,3	11	42	100	0,4	0,3	11	42	100	0,4	0,3	11	42		
<b>Всього</b>		<b>20,74</b>	<b>25,6</b>	<b>105</b>	<b>617</b>		<b>27,5</b>	<b>28,4</b>	<b>99</b>	<b>787</b>		<b>26,23</b>	<b>34</b>	<b>103,8</b>	<b>804</b>		

Сніданок Середя	18-21	17-21	73-88	525-630	21-25	21-25	81-98	600-720	23-27	23-27	93-112	675-810		
Макарони з твердим сиром	120/15	13,69	3,32	78,52	405	150/15	4,16	98,15	506	150/15	4,16	98,15	506	МП,Л,Г 3П
Салат з моркви, сиру та сметаною	100/10/1 5	4,11	5,36	6,83	8	120/15/ 25	6,43	8,2	105,6	120/15/2 5	6,43	8,2	105,6	№ 1,6
Узвар	200	0,3	0,9	24,9	107,7	200	0,9	24,9	107,7	200	0,9	24,9	107,7	
Хліб ц/з	30	2,9	1,17	12,9	76,21	50	1,76	19,42	114,3	50	1,76	19,42	114,3	Г
<b>Всього</b>		<b>21</b>	<b>10,75</b>	<b>123,15</b>	<b>596,91</b>		<b>13,25</b>	<b>150,67</b>	<b>833,6</b>		<b>13,25</b>	<b>150,67</b>	<b>833,6</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>81-98</b>	<b>600-720</b>		<b>23-27</b>	<b>93-112</b>	<b>675-810</b>	
Котлета куряча	80/70	19,18	5,72	2,54	139	110/10 0	7,44	3,3	180,7	130/ 120	9,67	4,29	234,91	МП,Л
Каша пшенична	120/2	5,22	2,3	32,46	174	150/3	2,88	40,58	218	150/3	2,88	40,58	218	3П, МП, Л
Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112	200	5,34	10,12	112	200	5,34	10,12	112	Г
Салат з томатів та цибулі маринованої	100	1,17	3,15	6,78	59	120	3,78	8,13	71	120	3,78	8,13	71	№1,3
Яблуко	100	0,4	0,4	11,8	52,4	100	0,4	11,8	52,4	100	0,4	11,8	52,4	
<b>Всього</b>		<b>32,15</b>	<b>16,91</b>	<b>63,70</b>	<b>536,40</b>		<b>19,84</b>	<b>73,93</b>	<b>634,10</b>		<b>22,07</b>	<b>74,92</b>	<b>688,31</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>81-98</b>	<b>600-720</b>		<b>23-27</b>	<b>93-112</b>	<b>675-810</b>	
Рис розсипчастий	120/3	3,7	3	30,2	164,1	150/4	3,8	37,7	205,2	150/4	3,8	37,7	205,2	МП,Л, 3П
Омлет Скрамбл	100/1	10,82	10,26	8,35	170	120/1	12,31	10,02	204	120/1	12,31	10,02	204	Я,МП, Л
Салат з морквою, яблуком соусом «Вінегрет»	100	0,89	3,56	9,19	69	120	4,27	11,03	82,8	120	4,27	11,03	82,8	№ 1,16
Хліб ц/з	30	2,9	1,17	12,9	76,21	50	1,76	19,42	114,3	50	1,76	19,42	114,3	Г
Йогурт	125	2	6,3	5,3	86	125	6,3	5,3	86	125	6,3	5,3	86	МП,Л
Апельсин	100	0,9	0,2	11	50	100	0,2	11	50	100	0,2	11	50	
<b>Всього</b>		<b>21,21</b>	<b>24,49</b>	<b>76,94</b>	<b>615,31</b>		<b>28,64</b>	<b>94,47</b>	<b>742,3</b>		<b>28,64</b>	<b>94,47</b>	<b>742,3</b>	

**II тиждень  
Сніданок**

II тиждень Сніданок	Енергетична цінність 6-11 років						Енергетична цінність 11-14 років						Енергетична цінність 14-18 років						№ Т.К.
	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглець, г	Калорії	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглець, г	Калорії	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглець, г	Калорії				
Понеділок		18-21	17-21	73-88	525-630		21-25	21-25	81-98	600-720		23-27	23-27	93-112	675-810				
Булгур	120	3,7	3,8	22,3	132	150	4,7	4,8	27,9	165	150	4,7	4,8	27,9	165				
Котлета по-мільанськи	80/70	15,6	10,4	40,1	315,5	110/100	20,28	13,52	52,13	410,15	130/120	26,36	17,58	67,77	533,2			№1.13	
Салат зелений з огірків та томатів	100	0,88	3,22	2,2	42,93	120	1,06	3,86	2,64	51,52	120	1,06	3,86	2,64	51,52				
Сир твердий	15	7	8,8	0	108	15	7	8,8	0	108	15	7	8,8	0	108				
Хліб ц/з	30	2,9	1,17	12,9	76,21	50	4,4	1,76	19,42	114,3	50	4,4	1,76	19,42	114,3				
Чай	200	0,24	0,03	5,56	22	200	0,24	0,03	5,56	22	200	0,24	0,03	5,56	22				
Груша	100	0,4	0,3	11	42	100	0,4	0,3	11	42	100	0,4	0,3	11	42				
<b>Всього</b>		<b>23</b>	<b>21</b>	<b>85,15</b>	<b>574,29</b>		<b>25,75</b>	<b>23,52</b>	<b>83,6</b>	<b>669,56</b>		<b>30</b>	<b>25,68</b>	<b>110,89</b>	<b>705,21</b>				
Вівторок		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 з овочами	120	3,7	3	30,2	164,1	150	4,7	3,8	37,7	205,2	150	4,7	3,8	37,7	205,2				
Нагетси рибні	80/70	11,46	3,02	10,48	117	100/90	17,18	4,52	15,71	176	130/120	22,92	6,04	20,96	234			№ 1.1	
Салат з капустою, морквою із соусом «Вінегрет»	100	1,51	3,45	5,83	64,02	120	1,81	4,14	7	76,82	120	1,81	4,14	7	76,82				
Хліб ц/з	30	2,9	1,17	12,9	76,21	50	4,4	1,76	19,42	114,3	50	4,4	1,76	19,42	114,3				
Йогурт	125	2	6,3	5,3	86	125	2	6,3	5,3	86	125	2	6,3	5,3	86				
Апельсин	100	0,9	0,2	11	50	100	0,9	0,2	11	50	100	0,9	0,2	11	50				
<b>Всього</b>		<b>20,7</b>	<b>18,9</b>	<b>79,25</b>	<b>624,3</b>		<b>24,98</b>	<b>25,43</b>	<b>95,4</b>	<b>712,76</b>		<b>26,08</b>	<b>24,3</b>	<b>97,08</b>	<b>794,15</b>				

Гнидень,																
Сніданок																
Середя																
	18-21	17-21	73-88	525-630	21-25	21-25	81-98	600-720	23-27	23-27	93-112	675-810				
Відварена картопля з вершковим маслом	120	2,49	2,66	118	150	3,12	3,33	26,34	147	150	3,12	3,33	26,34	147	Л, МП	№ 10.20
Омлет Скрамбл	100/1	10,82	10,26	170	120/1	12,98	12,31	10,02	204	120/1	12,98	12,31	10,02	204	Я, МП, Л	
Салат з моркви твердого сиру з сметаною	100/15/2 5	4,11	5,36	88	120/15/ 25	4,93	6,43	8,2	105,6	120/15/2 5	4,93	6,43	8,2	105,6	МП, Л	№ 1.6
Узвар	200	0,3	0,9	107,7	200	0,3	0,9	24,9	107,7	200	0,3	0,9	24,9	107,7		
Яблуко	100	0,4	0,4	52,4	100	0,4	11,8	52,4		100	0,4	11,8	52,4			
<b>Всього</b>		<b>20,1</b>	<b>19,3</b>	<b>525,24</b>		<b>24,71</b>	<b>23,94</b>	<b>93,3</b>	<b>620,35</b>		<b>23,71</b>	<b>27</b>	<b>103,43</b>	<b>700,35</b>		
Четвер																
	18-21	17-21	73-88	525-630	21-25	21-25	81-98	600-720	23-27	23-27	93-112	675-810				
Шніцель курячий	70	13,1	6,9	148,5	100	18,7	9,85	16,19	212,09	120	22,4	11,8	19,4	254,5	МП, Л, Г, Я	
Каша пшенична	120/2	5,22	2,3	174	150/3	6,53	2,88	40,58	218	150/3	6,53	2,88	40,58	218	ЗП, МП, Л	
Салат з томатів та цибулі маринованої	100	1,17	3,15	59	120	1,4	3,78	8,13		120	1,4	3,78	8,13	71		№ 1.3
Хліб ц/з	30	2,9	1,17	76,21	50	4,4	1,76	19,42	114,3	50	4,4	1,76	19,42	114,3	Г	
Какао з молоком	200	6,18	5,34	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	МП, Л	
Яйце відварне	1 шт.	6,35	5,45	78,5	1 шт.	6,35	5,45	0,35	78,5	1 шт.	6,35	5,45	0,35	78,5	Я	
Банан	100	1,5	0,2	95	100	1,5	0,2	21,8	95	100	1,5	0,2	21,8	95		
<b>Всього</b>		<b>21,54</b>	<b>19,22</b>	<b>599,99</b>		<b>24,41</b>	<b>23,78</b>	<b>97,35</b>	<b>656,99</b>		<b>25,71</b>	<b>24,48</b>	<b>107,15</b>	<b>691,69</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				
Макарони з твердим сиром	120/15	13,69	3,32	405	150/15	17,12	4,16	98,15	506	150/15	17,12	4,16	98,15	506	МП, Л, Г, ЗП	
Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100	2,39	3,46	69	120	2,87	4,15	9,7	82,8	120	2,87	4,15	9,7	82,8		№ 1.23
Сік фруктовий	200	1,4	0,6	98	200	1,4	0,6	20,5	98	200	1,4	0,6	20,5	98		
Груша	100	0,4	0,3	42	100	0,4	0,3	11	42	100	0,4	0,3	11	42		
<b>Всього</b>		<b>19</b>	<b>19,82</b>	<b>586,86</b>		<b>24,21</b>	<b>24,65</b>	<b>98,2</b>	<b>697,46</b>		<b>27,47</b>	<b>25,71</b>	<b>110,19</b>	<b>800,88</b>		

**III тиждень  
Сніданок**

III тиждень, Сніданок	Енергетична цінність 6-11 років					Енергетична цінність 11-14 років					Енергетична цінність 14-18 років					Алерген и	№ Т.К.
	Вихід, г	Вітк, г	Жиру, г	Вуглев, г	Калорії	Вихід, г	Вітк, г	Жиру, г	Вуглев, г	Калорії	Вихід, г	Вітк, г	Жиру, г	Вуглев, г	Калорії		
Понеділок		21-25	21-24	88 -103	630-735		25-29	25-29	98-114	720 -840		27-32	27-32	112-131	810-945		
Пухкий омлет	100	11,72	10,39	6,55	168	120	14,06	12,47	7,86	201,6	120	14,06	12,47	7,86	201,6	Г.Л.Я МП	
Салат з томатів та цибулі маринованої	100	1,17	3,15	6,78	59	120	1,4	3,78	8,13	71	120	1,4	3,78	8,13	71	№1.3	
Молоко кип'ячене	200	0,4	0	23,6	98	200	0,4	0	23,6	98	200	0,4	0	23,6	98	МП,Л	
Хліб ц/з	30	2,9	1,17	12,9	76,21	50	4,4	1,76	19,42	114,3	50	4,4	1,76	19,42	114,3	Г	
Каша гречана	120/2	6,2	3,78	30,9	184	150/3	7,75	4,72	38,63	230	150/3	7,75	4,72	38,63	230	МП,Л,3 П	
Банан	100	1,5	0,2	21,8	95	100	1,5	0,2	21,8	95	100	1,5	0,2	21,8	95	Ф	
<b>Всього</b>		<b>23,89</b>	<b>18,69</b>	<b>102,53</b>	<b>680,21</b>		<b>29,51</b>	<b>22,93</b>	<b>119,44</b>	<b>809,9</b>		<b>29,51</b>	<b>22,93</b>	<b>119,44</b>	<b>809,9</b>		
<b>Вівторок</b>		<b>21-25</b>	<b>21-24</b>	<b>88 -103</b>	<b>630-735</b>		<b>25-29</b>	<b>25-29</b>	<b>98-114</b>	<b>720 -840</b>		<b>27-32</b>	<b>27-32</b>	<b>112-131</b>	<b>810-945</b>		
Макарони з твердим сиром	120/15	13,69	3,32	78,52	405	150/15	17,12	4,16	98,15	506	150/15	17,12	4,16	98,15	506	МП,Л,Г 3П	
Салат з моркви карі та соусом «Вінегрет»	100	1,08	2,15	20,26	79,33	120	1,4	2,58	24,31	95,2	120	1,4	2,58	24,31	95,2	№1.20	
Сир твердий	15	7	8,8	0	108	15	7	8,8	0	108	15	7	8,8	0	108	МП,Л	
Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	МП,Л	
Яблуко	100	0,4	0,4	11,8	52,4	100	0,4	0,4	11,8	52,4	100	0,4	0,4	11,8	52,4	Ф	
<b>Всього</b>		<b>28,35</b>	<b>20,01</b>	<b>120,7</b>	<b>756,73</b>		<b>32,1</b>	<b>21,28</b>	<b>144,38</b>	<b>873,6</b>		<b>32,1</b>	<b>21,28</b>	<b>144,38</b>	<b>873,6</b>		

<b>тиждень,</b>												
<b>Сніданок</b>												
<b>Середа</b>												
80/70	21-25	21-24	88-103	630-735	25-29	25-29	98-114	720-840	27-32	27-32	112-131	810-945
	18,9	14,7	10	184,8	24,57	19,11	13	240,24	31,94	24,84	16,9	312,31
	3,7	3,8	22,3	132	4,7	4,8	27,9	165	4,7	4,8	27,9	165
	110/100								150			3П
100	0,88	3,22	2,2	42,93	1,06	3,86	2,64	51,52	1,06	3,86	2,64	51,52
30	2,9	1,17	12,9	76,21	4,4	1,76	19,42	114,3	4,4	1,76	19,42	114,3
100	0,9	0,2	11	50	0,9	0,2	11	50	0,9	0,2	11	50
125	2	6,3	5,3	86	2	6,3	5,3	86	2	6,3	5,3	86
	29,28	29,39	63,7	571,94	37,63	36,03	79,26	707,06	45	41,76	83,16	779,13
<b>Четвер</b>												
120/2	21-25	21-24	88-103	630-735	25-29	25-29	98-114	720-840	27-32	27-32	112-131	810-945
	2,6	3,05	18,68	112	3,26	3,81	23,36	140	3,26	3,81	23,36	140
	1,17	3,15	6,78	59	1,4	3,78	8,13	71	1,4	3,78	8,13	71
	100/90								150/3			МП,Л
70/60	10,44	1,59	1,2	61	12,53	1,9	1,44	73,2	16,29	2,47	1,87	95,16
100	0,4	0,3	11	42	0,4	0,3	11	42	0,4	0,3	11	42
200	1,4	0,6	20,5	98	1,4	0,6	20,5	98	1,4	0,6	20,5	98
	22	22,7	91,9	657,3	28,2	25,3	96,7	728,4	34,11	28,6	131,5	818,1
<b>П'ятниця</b>												
120/23	21-25	21-24	88-103	630-735	25-29	25-29	98-114	720-840	27-32	27-32	112-131	810-945
	3,79	3,38	35,11	188	4,72	4,21	43,7	233	4,72	4,21	43,7	233
	1,57	2,33	16,53	87	1,88	2,8	19,84	104,4	1,88	2,8	19,84	104,4
	110/100								150/28			3П
125	2	6,3	5,3	86	2	6,3	5,3	86	2	6,3	5,3	86
30	2,9	1,17	12,9	76,21	4,4	1,76	19,42	114,3	4,4	1,76	19,42	114,3
80/70	12,6	12,62	17,54	199,5	12,6	12,62	7,54	199,5	14,06	15,1	9,94	247,43
100	1,5	0,2	21,8	95	1,5	0,2	21,8	95	1,5	0,2	21,8	95
	21,4	28,5	87,3	649,3	25,83	32,2	107,4	776,2	29,5	36	131,7	859
<b>Всього</b>												

**IV тиждень  
Сніданок**

IV тиждень, Сніданок	Енергетична цінність 6-11 років					Енергетична цінність 11-14 років					Енергетична цінність 14-18 років					Алерген	№ Т.К.
	Вихід, г	Білок, г	Жиру, г	Вугле, г	Калорії	Вихід, г	Білок, г	Жиру, г	Вугле, г	Калорії	Вихід, г	Білок, г	Жиру, г	Вугле, г	Калорії		
<b>Понеділок</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>		
Макарони з твердим сиром	120/15	13,69	3,32	78,52	405	150/15	17,12	4,16	98,15	506	150/15	17,12	4,16	98,15	506	МП,Л,Г ЗП	
Салат зелений з огірків та томатів	100	0,88	3,22	2,2	42,93	120	1,06	3,86	2,64	51,52	120	1,06	3,86	2,64	51,52		№1.13
Чай	200	0,24	0,03	5,56	22	200	0,24	0,03	5,56	22	200	0,24	0,03	5,56	22		
Яблуко	100	0,4	0,4	11,8	52,4	100	0,4	0,4	11,8	52,4	100	0,4	0,4	11,8	52,4		
<b>Всього</b>		<b>21,36</b>	<b>21,92</b>	<b>81</b>	<b>597,26</b>		<b>23,5</b>	<b>25,02</b>	<b>83,94</b>	<b>676,6</b>		<b>26,25</b>	<b>26,12</b>	<b>105,1</b>	<b>744,6</b>		
<b>Вівторок</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>		
Чахохбілі з куркою	80/70	17,71	4,37	6,71	136	110/100	25,32	6,24	9,59	195	130/120	30,46	7,52	11,54	234	Г	
Каша пшенична	120/2	5,22	2,3	32,46	174	150/3	6,53	2,88	40,58	218	150/3	6,53	2,88	40,58	218	ЗП, МП, Л	
Салат з томатів та цибулі маринованої	100	1,17	3,15	6,78	59	120	1,4	3,78	8,13	71	120	1,4	3,78	8,13	71		№1.3
Йогурт	125	2	6,3	5,3	86	125	2	6,3	5,3	86	125	2	6,3	5,3	86	МП,Л	
Хліб ц/з	30	2,9	1,17	12,9	76,21	50	4,4	1,76	19,42	114,3	50	4,4	1,76	19,42	114,3	Г	
Банан	100	1,5	0,2	21,8	95	100	1,5	0,2	21,8	95	100	1,5	0,2	21,8	95		
<b>Всього</b>		<b>20,18</b>	<b>21</b>	<b>81,74</b>	<b>601</b>		<b>24,89</b>	<b>23,26</b>	<b>96,4</b>	<b>693,33</b>		<b>26,95</b>	<b>25,58</b>	<b>109,64</b>	<b>776,44</b>		

