

Заступник начальника управління – начальник
відділу безпеності харчових продуктів та
ветеринарної медицини Черкаського міського
управління Головного управління
Держпродспожслужби в Черкаській області

Черкаський обласний державний адміністративний заклад
«Черкаська обласна ветеринарна лікарня»

Директор департаменту освіти та
гуманітарної політики Черкаської
міської ради

[illegible]

Дні тижня	Алергени	№ ТК	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
				Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	енергетичність
Перший тиждень																		
ПОНЕДІЛОК		1.27	Салат з капусти та моркви*/ Салат з солоних огірків з зеленою цибулею** (до 15 квітня)/ Редиска з олією***** (з квітня)	100	1,59/ 2,68	3,11/ 3,92	6,56/ 3,77	56/ 61,07	120	1,90/ 3,21	3,73/ 4,70	7,87/ 4,52	67,2/ 73,28	120	1,90/ 3,21	3,73/ 4,70	7,87/ 4,52	67,2/ 73,28
	Г. я, мп, л, зп/я	5.4	Пухкий омлет з орехано*/ яйце варене	50/ 1 шт	5,86/ 5,1	5,19/ 4,6	3,28 0,3	84/ 63	50/ 1 шт	5,86/ 5,1	5,19/ 4,6	3,28/ 0,3	84/ 63	50/ 1 шт	5,86/ 5,1	5,19/ 4,6	3,28/ 0,3	84/ 63
	мп, л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,0	15	3,4	4,2	0,7	52,0	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	зп, г зп, мп	290/ 46	Каша пшенична**/Каша гречана	120	5,88/ 6,12	3,96/ 5,04	32,88/ 31,56	192/ 199	150	7,4/ 7,7	5,0/ 6,3	41,1/ 39,4	241/ 249	150	7,4/ 7,7	5,0/ 6,3	41,1/ 39,4	241/ 249
		350/ 13.5	Чай з лимоном**/Чай з каркаде*	200/5 200	0,2/ 0,01	0/ 0,01	15,2/ 0,04	63/ 0,19	200/5 200	0,2/ 0,01	0/ 0,01	15,2/ 0,04	63/ 0,19	200/5 200	0,2/ 0,01	0/ 0,01	15,2/ 0,04	63/ 0,19
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,8	103	
		Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	
	Харчова цінність(орієнтовно):				19,91	17,9	69,42	550,65		22,77	19,18	86,82	617,18		22,77	19,18	86,82	617,18

В Г В Т О Р О К		1.39/ 1.26	Салат з буряка з ароматною олією* (до квітня)/ Салат з капусти з зеленим горошком*	75	1,25/ 2,57	1,22/ 4,56	40,35/ 5,06	55/ 70	100	1,67/ 3,43	1,62/ 6,08	13,80/ 6,74	73/ 93	100	1,67/ 3,43	1,62/ 6,08	13,8 0/6, 74	73/93
	л/мп,я	9.17/ 9.24	Печеня по- домашньому з куркою*/ Пастуший пиріг з курчачим м'ясом *	175	19,50/ 20,18	5,24/ 8,09	22,48/ 19,79	212/ 229	250	27,86/ 28,83	7,49/ 11,5 6	32,12/ 28,28	303/ 328	300	33,4 3/34, 60	8,98/ 13,8 8	38,5 4/33 ,94	364/ 393
	мл, л	13.1	Какао з молоком*	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,1	112
	г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,8	103
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність(орієнтовно):				30,7	18,8	64,88	514, 6		41,08	19,7 7	80,86	677, 8		45,2 9	21,6 8	86,9	718,3
С Е Р Е Д А	мп	18/ 19/ 34	Салат зі свіжих помідорів***** (з травня) /Салат із капусти з сиром ****/Салат овочевий (до 15 квітня)**	100	1,10/ 3,9	6,00/ 7,92	3,50/ 5,65	74,0 0/11 3,14	120	1,32/ 4,68	7,2/ 9,51	4,2/ 6,78	88,8/ 135, 77	120	1,32/ 4,68	7,2/ 9,51	4,2/ 6,78	88,8/ 135,7 7
	я, мп, л, зп, г/	9.1/ 9.3	Котлета по-міланськи з сиром */ Шніцель курячий*	88 (70 – нетто м'яса птиці)/ 70	22,35/ 18,90	6,57/ 3,35	17,67/ 10,05	223/ 147	125 (100 – нетто м'яса птиці)/ 100	24,12/ 23,01	9,45/ 4,78	25,39/ 14,36	320/ 210	150 (120-нетто м'яса птиці)/ 120	28,5 4/ 22,4 1	11,3 4/ 5,74	30,4 7/ 17,2 3	384/ 252
	млп,	10.2 4/ 4.5	Товчанка з бобовими*/ сочевиця зі спеціями*	120	4,67 /13,90	2,95/ 2,36	22,96/ 29,80	136/ 215	150	5,84 /17,39	3,69/ 2,96	28,69/ 37,26	170/ 269	150	5,84/ 17,3 9	3,69/ 2,96	28,6 9/37 .26	170/ 269
		13.1 1/13. 10	Узвар із суміші сухофруктів*/ напій з лимонів та апельсинів*	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,34/ 2,76	62/ 14	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,34/ 2,76	62/ 14	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,3 4/ 2,76	62/ 14

			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність(орієнтовно):				33,87	15,98	63,28	536,8		39,64	19,37	76,81	676,85		41,55	20,8	80,78	729,58
Ч	-/-	1.26/1.13	Салат з буряком та сухариками***** (до 15 квітня)/ Овочі солоні (до 15 квітня)/ Салат зелений з огірками і помідорами* (з травня)	75	2,81/0,76	4,02/3,76	16,30/2,70	112,63/47	100	3,75/1,01	5,36/6,01	21,73/4,32	150,17/74,4	100	3,75/1,01	5,36/6,01	21,73/4,32	150,17/74,4
Е	Р, Я, ЗП/Р, МП, ЗП, Л, Г	7.10/7.1	Рибні нагетси з соусом «Кетчуп»*/ Рибка запечена з морквою та цибулею під соусом «Бешамель»*	70 (60 – нетто риби)/15/60	11,46/10,45	3,02/2,92	10,48/1,86	117/75	105 (90 – нетто риби)/15/90	17,18/15,68	4,52/4,38	15,71/2,78	176/113	140 (120 – нетто риби)/15/120	22,92/20,90	6,04/5,84	20,96/3,71	234/150
Т	ЗП МП, Л	10.12/164	Рис розсипчастий з орегано* з твердим сиром / Макарони (фузілі) відварні із твердим сиром***	120/15120/15	2,98+3,4/5,2+3,4	2,64+4,2/3,76+4,2	30,23+0,7/27,04+0,7	160+52,05/164+52,05	150/15150/15	3,73+3,4/6,5+3,4	3,30+4,2/4,7+4,2	37,78+0,7/33,8+0,7	200+52,05/205+2,05	150/15150/15	3,73+3,4/6,5+3,4	3,30+4,2/4,7+4,2	37,78+0,7/7,33+0,8+0,7	200+52,05/205+2,05
В		13.11	Узвар із суміші сухофруктів	200	0,64	0	15,34	62	200	0,64	0	15,34	62	200	0,64	0	15,34	62
Е			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
Р	Харчова цінність(орієнтовно):				21,83	14,72	69,765	543,065		28,925	18,795	83,52	590,135		34,405	20,285	86,61	637,635
Я	-	1,74	Салат моркв'яний з родзинками	100	1,35	0,09	15,04	59	120	1,62	0,11	18,04	71	120	1,62	0,11	18,04	71

Т Н И Ц Я	МП,Л, я,ЗП, Г/Я, МП, Л,ЗП, Г	6.5/ 6.10	Запіканка сирна з бананом зі сметаною кип'яченою */ Сирники класичні* з сметаною кип'яченою	180/ 15 110/ 25	20,69/ 19,06	15,1 5/8,6 7	30,70/ 15,10	343/ 215	180/ 15 110/ 25	20,69/ 19,06	15,1 5/8,6 7	30,70/ 15,10	343/ 215	180/ 15 110/ 25	20,6 9/ 19,0 6	15,1 5/8,6 7	30,7 0/15 ,10	343/ 215
			Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність(орієнтовно):				24,38	15,9	67,36	535		25,47	15,9 2	78,16	547		25,4 7	15,9 2	78,1 6	547

Другий тиждень

П О Н Е Д І Л О К	ГЦ/	1.23/ 48	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку*/Салат з моркви з яблуками**	100	2,39/ 1,3	3,46/ 3,1	8,08/9 ,1	69/ 70	120	2,86/ 1,56	4,15/ 3,72	9,69/ 10,92	82,8/ 84	120	2,86/ 1,56	4,15/ 3,72	9,69 / 10,9 2	82,8/ 84
	Г, я, МП, Л, ЗП	5.4	Пухкий омлет з оре гано*/ яйце варене	50/ 1 шт	5,86/ 5,1	5,19/ 4,6	3,28/ 0,3	84/ 63	50/ 1 шт	5,86/ 5,1	5,19/ 4,6	3,28/ 0,3	84/ 63	50/ 1 шт	5,86/ 5,1	5,19/ 4,6	3,28 / 0,3	84/ 63
	ЗП,Г	290	Каша пшенична (розсипчаста)**/ Каша ячнева**	120	5,88/ 4,08	3,96/ 4,0	32,88/ 25,92	192/ 156, 8	150	7,4/ 5,1	5,0/ 5,0	41,1/ 32,4	241/ 196	150	7,4/ 5,1	5,0/ 5,0	41,1 / 32,4	241/ 196
	МЛ, Л	13.1	Какао з молоком*	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,1	112
	Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,8	103
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність(орієнтовно):				21,275	18,3 15	71,83	533		24,13	20,2 3	89,235	632, 2		24,1 3	20,2 3	89,2 15	632,2
В І В Т О Р	-/я	17/ 21	Салат зі свіжих помідорів** (з травня)/ Салат «Весна»**з рослинного олією(з травня) /Овочі солоні/Салат із капусти	75	0,80/ 1,7	4,50/ 3,5	2,70/ 2,1	55,0 0/47	100	1,10/ 2,2	6,00/ 4,7	3,50/ 2,8	74,0 0/63	100	1,10/ 2,2	6,00/ 4,7	3,50 / 2,8	74,00 /63

О К	ЗП, Г, Я/	9:54/ 9.11	Січеники з м'яса птиці* / Курка тушкована у соусі гуляш із кминном*	81 (70- нетто м'яса птиці) /70	11,31/ 17,10	7,14/ 2,44	5,69/ 3,23	132/ 103	116 (100- нетто м'яса птиці) /100	16,22/ 24,44	10,2 2/3,4 8	8,15/ 4,61	189/ 147	139 (120- нетто м'яса птиці) /120	19,4 4/ 29,3 3	12,2 5/ 4,18	9,76 / 5,53	227/ 176
	ЗП, Г ЗП, МП	290/ 290	Каша пшенична**/Каша гречана	120	5,88/ 6,12	3,96/ 5,04	32,88/ 31,56	192/ 199	150	7,4/ 7,7	5,0/ 6,3	41,1/ 39,4	241/ 249	150	7,4/ 7,7	5,0/ 6,3	41,1 / 39,4	241/ 249
	МП, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,0 5	15	3,4	4,2	0,7	52,0 5	15	3,4	4,2	0,7	52,05
		350/ 13.5	Чай з лимоном**/Чай	200/5 200	0,2/ 0,01	0/ 0,01	15,2/ 0,04	63/ 0,19	200/5 200	0,2/ 0,01	0/ 0,01	15,2/ 0,04	63/ 0,19	200/5 200	0,2/ 0,01	0/ 0,01	15,2 / 0,04	63/ 0,19
	Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,8	103
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
Харчова цінність(орієнтовно):					27,75	18,3 15	69,33	551, 245		37,04 5	23,1 15	88,37	709, 945		41,1	24,4 8	89,6 35	743,4 45
С Е Р Е Д А	Я/-/-	20/ 114/ 15	Салат з овочів***** (з травня)/Капуста тушкована**/ Салат з солоних огірків з зеленою цибулею** (до 15 квітня)	100	2,80/ 2,45	1,50/ 6	6,10/ 10,51	93,0 0/10 7,09	120	4,8/ 2,94	2,57/ 7,2	10,45/ 12,61	159, 42/ 128, 51	120	4,8/ 2,94	2,57/ 7,2	10,4 5/ 12,6 1	159,4 2/ 128,5 1
	Г, МП, Л,Я, ЗП/Г, МП, Л,Я, ЗП	9.6/ 9.3	Курячі нагетси* / Шніцель курячий*	88 (70 - нетто м'яса птиці)/ 70	20,44/ 18,90	4,70/ 3,35	15,87/ 10,05	190/ 147	125 (100 - нетто м'яса птиці)/ 100	29,04/ 27,01	6,68/ 4,78	22,55/ 14,36	270/ 210	150 (120 - нетто м'яса птиці)/ 120	34,8 5/ 32,4 1	8,02/ 5,74	27,0 6/ 17,2 3	324/ 252
	МП, Л/-	105/ 164	Картопляне пюре з маслом**/Макаро́ни (фузілі) з вершковим маслом**	120	2,72/ 5,2	4,32/ 3,76	19,6/ 27,04	129/ 164	150	3,4/ 6,5	5,4/ 0,47	24,5/ 33,8	161/ 205	150	3,4/ 6,5	5,4/ 4,7	24,5 / 33,8	161/ 205

			Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
	Г		Хліб цілиннозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,8	103
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
			Харчова цінність(орієнтовно):		31,24	12,83	86,51	609,84		43,05	16,92	109,40	802,96		48,66	18,07	113,09	850,96
Ч	я	1.33 / 1.11 /15	Салат із молодієї капусти, огірків та кропу*(з травня) / Салат з овочів та яєць*(з травня) /Салат з солоних огірків з зеленою цибулею** (до 15 квітня)	75	1,10/1,99	2,17/3,37	3,81/3,11	37/49	100	1,51/2,66	2,89/4,49	5,08/4,15	49/65	100	1,51/2,66	2,89/4,49	5,08/4,15	49/65
Е	Р/Р, Г,МП, ЗП,Л	7.5/7.22	Риба тушкована з овочами під томатним соусом*/ Риба відварна з лимонним соусом*	60/12 70 (60 – нетто риби) /21	10,29/10,74	3,15/2,29	2,01/3,01	76/75	90/18 105 (90 – нетто риби) /32	15,44/16,12	4,73/3,44	3,01/4,52	114/112	120/24 140 (120 – нетто риби) /42	20,58/21,49	6,30/4,59	4,01/6,02	152/149
Т	МЛП,	10.24/4.5	Товчанка з бобовими*/ сочевиця зі спеціями*	120	4,67/13,90	2,95/2,36	22,96/29,80	136/215	150	5,84/17,39	3,69/2,96	28,69/37,26	170/269	150	5,84/17,39	3,69/2,96	28,69/37,26	170/269
В	МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,1	15	4,0	4,1	0	90	15	4,0	4,1	0	90
Е		13.8/13.11	Комлот із фруктів або ягід (свіжих або заморожених) /Узвар із суміші сухофруктів	200	0,58/0,64	0,20/0	10,06/15,34	44/62	200	0,58/0,64	0,20/0	10,06/15,34	44/62	200	0,58/0,64	0,20/0	10,06/15,34	44/62
Р	Г		Хліб цілиннозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,8	103
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8

Харчова цінність(оріснтовно):					28,005	13,3 85	61,39	478, 7		37,96	16,4 8	78,035	653, 3	о	43,2 15	17,8 4	79,2 85	690,8
П'ЯТНИЦЯ	Л, МП, Г, ЗП	3.12	Гратен з капусти броколі та цвітної капусти*	100	3,05	3,78	7,11	71	120	3,66	4,53	8,53	85	120	3,66	4,53	8,53	85
	МП, Л, Я, Г/Я, МП, Л, Г	6.6/ 6.1	Львівський сирник з морквою та сметаною кип'яченою*/ Вареники лініві*	150/ 15	23,50/ 23,09	18,0 0/ 15,1 3	31,21/ 25,90	384/ 340	150/ 15	23,50/ 23,09	18,0 0/ 15,1 3	31,21/ 25,90	384/ 340	150/15	23,5 0/ 23,0 9	18,0 0/ 15,1 3	31,2 1/ 25,9 0	384/ 340
		13.1	Узвар із суміші сухофруктів	200	0,64	0	15,34	62	200	0,64	0	15,34	62	200	0,64	0	15,3	62
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність(оріснтовно):					27,945	20,8 05	60,425	536, 8		28,55 5	21,5 55	61,845	550, 8		28,5 55	21,5 55	61,8 45
Третій тиждень																		
ПОНЕДІЛОК		48/ 17/ 37	Салат із моркви з яблуками**/Салат зелений з огірків та томатів* (з травня)/Салат з капусти квашеної (до квітня)**	100	1,3/ 1,01	3,1/ 5,01	9,1/ 3,60	70/ 62	120	1,56/ 1,21	3,72/ 6,01	10,92/ 4,32	84/ 62	120	1,56/ 1,21	3,72/ 6,01	10,9 2/ 4,32	84/ 62
	Я, МЛ/Я	179	Драчена**/ Яйце відварне	50/ 1 шт.	5,8/ 5,1	7,5/ 4,6	3,0/ 0,3	103/ 63	50/ 1 шт.	5,8/ 5,1	7,5/ 4,6	3,0/ 0,3	103/ 63	50/ 1 шт.	5,8/ 5,1	7,5/ 4,6	3,0/ 0,3	103/ 63
	ЗП	290	Каша гречана (розсипчаста)** / Каша рисова**	120	6,12/ 2,88	5,04/ 3,72	31,56/ 30,96	199/ 169	150	7,7/ 3,7	6,3/ 4,6	39,4/ 38,7	249/ 212	150	7,7/ 3,7	6,3/ 4,6	39,4 / 38,7	249/ 212
	МЛ, Л	13.1	Какао з молоком*	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,12	112	200	6,18	5,34	10,1	112
	Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,8	103
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8

Харчова цінність (орісотново):					20,075	20,645	71,31	548,6		22,725	22,765	88,71	643,3		22,725	22,765	88,69	643,3
В І В Т О Р О К	К/Я/-	1.2/22/15/1.45	Асорті овочеве* (з травня)/Салат зі свіжих овочів** (з травня)/Салат з солоних огірків з зеленою цибулею**/Венігрет (до квітня)	100	2,19/1,98	5,99/3,53	6,44/11,75	85/84	120	2,62/2,37	7,18/4,23	7,7/14,1	102/100,8	120	2,62/2,37	7,18/4,23	7,7/14,1	102/100,8
	ЗП, Г/-	9.11/9.9	Курка тушкована в соусі гуляш з кмином* / Чахохбілі з куркою*	70/100 (70- нетто м'яса курки)	17,10/17,71	2,44/4,37	3,23/6,71	103/136	100/143 (100- нетто м'яса курки)	24,44/25,32	3,48/6,24	4,61/9,59	147/195	120/172 (120- нетто м'яса курки)	29,3/30,46	4,18/7,52	5,53/11,54	176/234
	МП, Л, Г, ЗП/МП, Л	164/10.26	Макарони (фузілі) з вершковим маслом**/ Картопля запечена з маслом вершковим *	120	5,2/2,76	3,76/4,96	27,04/23,71	164/149	150	6,5/3,46	4,7/6,19	33,8/29,64	205/187	150	6,5/3,46	4,7/6,19	33,8/29,64	205/187
	МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,1	15	4,0	4,1	0	90	15	4,0	4,1	0	90
		13.8/13.11	Компот з фруктів або ягід (свіжих або заморожених)/ Узвар із суміші сухофруктів*	200	0,58/0,64	0,20/0	10,06/15,34	44/62	200	0,58/0,64	0,20/0	10,06/15,34	44/62	200	0,58/0,64	0,20/0	10,06/15,34	44/62
	Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,8	103
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність (орісотново):					30,27	17,645	74,77	569,2		40,975	21,27	92,69	756,2		45,99	22,26	94,125
С Е Р Е	Л, МП/-	1.6/1.27	Салат з м'якого сиру та томатів/ Салат з капусти та огірків зі сметаною (кип'яченою)*	100	6,32/1,59	9,15/3,11	3,52/6,56	116/56	120	7,58/1,90	10,9/8,373	4,22/7,87	139,2/67,2	120	7,58/1,90	10,9/8,373	4,22/7,87	139,2/67,2

Д А	Р, МП, ЗП, Л, Г/ Р, Я	7,3/6 .07	Риба (минтай), запечений у бешамелі/ фрикадельки рибні	60	10,03/ 10,44	0,99/ 1,59	1,71/ 1,20	56/ 61	90	15,05/ 15,65	1,50/ 2,39	2,57/ 1,81	84/ 91	120	20,0 6/20, 87	1,97/ 3,19	3,42 / 2,41	112/ 121
	МП, Л/-	4,7/ 10,2 4	Горохове пюре з зеленого горошку* / Товчанка з бобовими*	120	26,88/ 4,67	3,14/ 2,95	30,39/ 22,96	204/ 136	150	33,36/ 5,84	3,93/ 3,69	37,99/ 28,69	255/ 170	150	33,3 6/5,8 4	3,93/ 3,69	37,9 9/28 ,69	255/ 170
			Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
	Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,8	103
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність(орієнтовно):				36,715	13,3 75	80,01	550,3		48,01	16,63	97,735	688,4		53,12 5	17,26 5	98,4 6	717,4
Ч Е Т В Е Р	-/К	1,33/ 1,2/ 28	Салат з молоді капусти, огірків та кропу*/Асорті овочеве*(з квітня)/Салат картопляний/Овочі солоні (до квітня)	75	1,13/ 1,64	2,17/ 4,49	3,81/ 4,83	37/ 64	100	1,51/ 2,19	2,89/ 5,99	5,08/ 6,44	49/ 85	100	1,51/ 2,19	2,89/ 5,99	5,08 / 6,44	49/ 85
	МП, Л, ЗП/ЗП,	9,21/ 9,20	Куліш з курячим м'ясом*/ Плов з курячим м'ясом*	175	21,55/ 19,75	7,36/ 15,2 7	29,54/ 28,46	270/ 240	250	30,79/ 28,22	10,5 3/17, 53	42,20/ 40,65	385/ 343	300	36,9 5/33, 86	12,6 3/19, 04	50,6 4/48 ,79	462/ 411
	МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,1	15	4,0	4,1	0	90	15	4,0	4,1	0	90
		13,1 1	Узвар із суміші сухофруктів	200	0,64	0	15,34	62	200	0,64	0	15,34	62	200	0,64	0	15,3 4	62
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність(орієнтовно):				27,035	19,3 05	58,78	461, 4		36,95 5	23,0 3	71,945	624, 8		42,8 55	24,8 35	80,2 35	697,3
П	МП	118	Пагу із овочів**	100/5	2,53	6,2	10,86	110, 66	120/5	3,04	7,44	13,04	132, 8	120/5	3,04	7,44	13,0 4	132,8

В І В Т О Р О К	-/-	1.5/ 1.27/ 1.33	Салат із свіжих томатів з редискою (з травня)/ Салат з капусти та моркви (до квітня)/ Салат з молодой капусти, огірків та кропу (з квітня)/ овочі солоні (до квітня)	75	0,89 / 1,19	2,36/ 2,33	3,34/ 4,92	37/ 42	100	1,19/ 1,90	3,15/ 3,73	4,45/ 7,87	49/ 67,2	100	1,19/ 1,90	3,15/ 3,73	4,45 / 7,87	49/ 67,2
	зп/-	9.20/ 9.17	Плов з курячим м'ясом */Печення домашньому з куркою*	175	19,7 5/19 ,5	15,27/1 5,24	28,46/ 22,48	240/ 278	250	28,22/ 27,9	17,5 3/17, 49	40,65/ 32,12	343/ 303	300	33,8 6/33, 4	19,0 4/18, 98	48,7 9/38 ,5	411/ 364
	мл, л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,1	15	4,0	4,1	0	90	15	4,0	4,1	0	90
		13.8/ 13.1 1	Компот з фруктів або ягід (свіжих або заморожених)/ Узвар із суміші сухофруктів*	200	0,58 / 0,64	0,20/ 0	10,06/ 15,34	44/ 62	200	0,58/ 0,64	0,20/ 0	10,06/ 15,34	44/ 62	200	0,58/ 0,64	0,20/ 0	10,0 6/15 ,34	44/62
	г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,8	103
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність(орієнтовно):				27,4 65	22,72	64,93	507, 2		38,22 5	26,2 1	85,515	668, 9		43,7 95	27,7 1	92,7 75	733,4
С Е Р Е Д А	-/-	114/ 5/ 1,3 5	Капуста тушена свіжа** (до травня)/ Помідори свіжі (з травня)/ Салат з буряком та сухариками***** (до 15 квітня)/ Салат з молодой капусти, огірків та томатів (з квітня)	100	2,45 / 2,81	6/4,02	10,51/ 16,30	107, 09/ 112, 63	120	2,94/ 3,75	7,2/ 5,36	12,61/ 21,73	128, 51/ 150, 17	120	2,94/ 3,75	7,2/ 5,36	12,6 1/ 21,7 3	128,5 1/ 150,1 7

	Р, МП, ЗП, Л, Г/Р, Я, ЗП, Г	7,13/ 7,10	Минтай, запечений у соусі «Бешамель» */Рибні нагетси*	60/70 (60 – нетто риби)	10,0 3/11 ,46	0,99/ 3,02	1,71/ 10,48	95/117	90/ 105 (90 – нетто риби)	15,05/ 17,18	1,50/ 4,52	2,57/ 15,71	104/ 176	120/ 140 (120 – нетто риби)	20,0 6/22, 92	1,97/ 6,04	3,42 / 20,9 6	132/ 234
	МП,Л/ Л, МП	4,7/ 10,2 1	Горохове пюре з зеленого горошка*/ Відварена картопля з вершковим маслом з кропом	120	26,6 8/2, 60	3,14/ 3,05	30,39/ 18,68	204/ 112	150	33,36/ 3,26	3,93/ 3,81	37,99/ 23,36	255/ 140	150	33,3 6/3,2 6	3,93/ 3,81	37,9 9/23 ,36	255/ 140
	МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,1	15	4,0	4,1	0	90	15	4,0	4,1	0	90
			Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність(орієнтовно):				34,5 75	14,97	74,155	558, 96		44,93	17,9 2	86,405	699, 84		50,3 05	18,9 15	89,4 55	742,8 4
Ч Е Т В Е Р	Л, МП, Г, ЗП	3,12	Гратен з капусти броколі та цвітної капусти*	100	3,05	3,78	7,11	71	120	3,66	4,53	8,53	85	120	3,66	4,53	8,53	85
	МП,Л, Я, ЗП, Г/Я, МП, Л, ЗП, Г	6,5/ 6,10	Запіканка сирна з бананом зі сметаною кип'яченою */ Сирники класичні*	180/ 15 110/ 25	20,6 9/19 ,06	15,15/8 ,67	30,70/ 15,10	343/ 215	180/ 15 110/ 25	20,69/ 19,06	15,1 5/8,6 7	30,70/ 15,10	343/ 215	180/ 15 110/ 25	20,6 9/19, 06	15,1 5/8,6 7	30,7 0/15 ,10	343/ 215
		13,8	Узвар із суміші сухофруктів	200	0,64	0	15,34	62	200	0,64	0	15,34	62	200	0,64	0	15,3	62
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність(орієнтовно):				24,5 2	19,39	54,77	517		25,13	20,1 4	63,99	531, 8		25,1 3	20,1 4	63,9 9	531,8
П' Я Т	ГЦ/ МП, Л	1,23/ 48	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку*/Салат з моркви з яблуками**	100	2,39 / 1,3	3,46/ 3,1	8,08/ 9,1	69/ 70	120	2,86/ 1,56	4,15/ 3,72	9,69/ 10,92	82,8/ 84	120	2,86/ 1,56	4,15/ 3,72	9,69 / 10,9 2	82,8/ 84

Н И Ц Я	я, мп, л, зп, г/	9.1/ 9.3	Котлеті по-міланськи з сиром* / Шніцель курячий*	88 (70 – нетто м'яса птиці)/ 70	22,3 5/18 ,90	6,57/ 3,35	17,67/ 10,05	223/ 147	125 (100 – нетто м'яса птиці)/ 100	24,12/ 23,01	9,45/ 4,78	25,39/ 14,36	320/ 210	150 (120-нетто м'яса птиці)/ 120	28,5 4/22, 41	11,3 4/5,7 4	30,4 7/17 ,23	384/ 252
	зп, г, л, мп/	10.1 6/10. 54	Кускус (розсипчастий)*/ Булгур*	120	7,55 /5,2 0	2,03/ 3,08	42,60/ 36,48	235/ 202	150	9,44/ 6,51	2,54/ 3,85	53,3/ 45,6	294/ 252	150	9,44/ 6,51	2,54/ 3,85	53,3 / 45,6	294/ 252
		350	Чай з лимоном**	200/5	0,2	0	15,2	63	200/5	0,2	0	15,2	63	200/5	0,2	0	15,2	63
	Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	50	3,05	0,6	20,85	103	50	3,05	0,6	20,8 5	103
			Фрукти сезонні в асортименті	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8	100	0,96	0,46	9,42	41,8
	Харчова цінність (орієнтовно):				31,8 35	11,615	99,12	639, 6		37,96	15,3 05	125,1	829, 2		39,8 7	16,7 3	129, 075	882,2

* Євген Клопотенко «Збірник рецептур страв для харчування дітей в закладах освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та закладах соціального захисту», Київ, 2024. – 882 с.

**Збірник рецептур страв (технологічних карт) для харчування школярів, «Техніка», 1990

***Євген Клопотенко Технологічні карти страв та виробів для харчування дітей віком від 6 до 18 років у закладах освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та дитячих закладах сфери соціального захисту, 2021 р.

****Снігур М.І., Корешкова З.Т. Харчування дітей.- К.: Рад.шк., 1988. – 702с.

*****Євген Клопотенко «Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах». Львів Літопис, 2019

***** Збірник рецептур кулінарної продукції і напоїв (технологічних карт) для харчування дітей у дошкільних навчальних закладах» за загальною редакцією доктора технічних наук, професора М.І. Пересічного. Видавничий дім «АртЕко», Київ 2015.