ПОГОДЖЕНО
Заступник начальника
відділу державного нагляду
за дотриманням санітарного
законодавства Бучанського РУ ГУ
ДПСС в Київській області

Таїсія ДЕМЧЕНКО
24.11.2023

ЗАТВЕРДЖЕНО
Директор Комунального
закладу «Софіївсько-Борщагівський
заклад дошкільної освіти «Дивосвіт»
Борщагівської сільської
ради Бучанського району
Київської області»

Катерина ДЕНИСЮК

ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ

КОМУНАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ «СОФІЇВСЬКО-БОРЩАГІВСЬКИЙ ЗАКЛАД ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ «ДИВОСВІТ» БОРЩАГІВСЬКОЇ СІЛЬСЬКОЇ РАДИ БУЧАНСЬКОГО РАЙОНУ КИЇВСЬКОЇ ОБЛАСТІ»

НА ЗИМОВИЙ ПЕРІОД 2023р-2024р.

Меню складено відповідно до датку 1,2 постанови КМУ від 24.03.2021р. №305 «Про затвердження норм та Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку»

Понеділок 1 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Ікра кабачкова	60	80	2,33	2,92	0,1	0,12	20,13	25,14	55,48	69,22
Макарони відварні з твердим сиром	90/10	113/15	4,94	6,38	3,82	5	21,66	27,25	142,89	182,16
Яйце варене	40	40	5,2	5,2	4,24	4,24	0,45	0,45	61	61
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти свіжі (яблуко)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
Всього за сніданок:			15,12	17,33	10,35	11,57	58,68	71,36	370,17	439,78
ОБІД										
Овочі по сезону (томати солоні)	60	80	0,37	0,54	0,07	0,1	1,56	2,25	8	11
Суп гречаний	150	200	1,49	2,04	1,16	1,64	10,17	13,81	56,22	76,94
Каша пшенична розсипчаста з цибулею	90	113	3,74	4,72	2,39	2,99	23,47	29,6	131,78	165,98
Котлета з м'яса свинини	40	60	7,6	12,84	12,3	17,59	3,1	4,29	140,8	201,69
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із ягід свіжозаморожених	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Фрукти по сезону (груша)	60	80	0,24	0,32	0,18	0,24	6,06	8,08	25,2	33,6
Всього за обід:			15,62	22,67	18,58	25,07	66,22	85,81	479,45	609,66
ПОЛУДЕНЬ										
Оладки з фруктовим соусом	30/30	50/40	1,73	2,8	2,1	3,5	17,53	27,6	96,64	153,86
Молоко кип'ячене	165	180	4,5	5,04	4	4,5	7,6	8,46	83	93,6
Всього за полуденок:			6,23	7,84	6,1	8	25,13	36,06	179,64	247,46
ВЕЧЕРЯ										
Салат із вареного буряка	60	80	0,96	1,28	1,82	2,26	5,7	7,6	42	55
Каша кукурудзяна розсипчаста	90	113	2,46	3,09	1,8	2,26	21,38	26,82	112,64	141,22
Биток рублений із курятини паровий	58	77	10,61	14,15	2,37	3	4,96	6,61	85,64	112,7
Компот із свіжих яблук	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Всього за вечерю:			14,11	18,63	6,07	7,63	44	58,91	286,73	358,37
Всього за день:			51,08	66,47	41,1	52,27	194,03	252,14	1315,99	1655,27

Вівторок 1 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Салат морквяно-яблучний	60	80	2,45	3,19	4,22	5,37	10,17	13,43	84,87	109,98
Каша молочна пшоняна	180	220	6,24	7,71	5,95	7,77	21,61	26,52	163,78	205,43
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти по сезону (мандарин)	60	80	0,5	0,6	0,2	0,2	5,2	7	24	32
Всього за сніданок:			11,3	13,61	12,5	15,47	47,18	57,15	357,65	440,41
ОБІД										
Салат вітамінний	60	80	0,59	0,71	2,09	2,12	3,73	4,54	34,45	38,01
Борщ з квасолею і картоплею зі сметаною	150/4	180/5	2,3	3,1	3,1	4	10,6	14,1	76	102
Печеня по-домашньому	110/45	150/60	9	17,95	9,12	17,52	12,15	24,09	153,69	233,69
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із свіжих плодів	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Фрукти по сезону (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Всього за обід:			14,97	25,17	16,85	26,23	61,42	87,95	434,99	565,35
ПОЛУДЕНЬ										
Гратен "Зебра" із солодким соусом	122/15	155/20	15,06	19,14	10,82	13,95	15,87	19,84	222,25	283,03
Всього за полуденок:			15,06	19,14	10,82	13,95	15,87	19,84	222,25	283,03
ВЕЧЕРЯ										
Овочі по сезону/огірок солоний	60	80	0,49	0,66	0,11	0,14	1,37	1,82	9	11
Каша ячна в'язка	82	103	1,76	2,17	1,68	2,09	11,87	14,59	69,92	86,185
Паличка куряча	45	60	10,64	14,12	3,91	5	5,63	7,38	102,7	134,35
Какао	150	180	3,96	5,34	3,35	4,51	6,35	8,55	70,32	94,74
Сухофрукти (курага, фініки)	20	25	0,92	1	0,11	0,13	13,44	16,8	58	73
Всього за вечерю:			16,85	22,29	9,05	11,74	25,22	32,34	251,94	399,275
Всього за день:			58,18	80,21	49,22	67,39	149,69	197,28	1266,83	1688,065

Середа 1 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Морква припущена з родзинками	58/3	85/4	0,81	1,18	0,78	1,17	7,91	11,38	37,81	54,81
Каша рисова з гарбузом	153	203	4086	6,5	4,69	5,81	31,52	41,74	187,76	245,37
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Сир твердий	10	15	2,25	3,38	2,85	4,28	0,47	0,7	35	52
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти по сезону (груша)	60	80	0,24	0,32	0,18	0,24	6,06	8,08	25,2	33,6
Всього за сніданок:			4091,41	13,49	10,63	13,63	56,16	72,1	370,77	478,78
ОБІД										
Салат з капусти та кукурудзи	60	80	1,77	1,91	3,04	4,04	4,48	5,91	66,14	79,3
Суп гороховий з грінками	150/20	200/20	5,78	7	4,24	4,85	23,58	28,12	156,04	184,72
Каша перлова в'язка	82	103	1,69	2,07	1,65	2,05	12,2	14,9	71	87
Курка по-італійськи	45	60	9,65	12,86	3,34	4,29	3,25	4,26	83,23	109,14
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із суміші сухофруктів	150	180	0,23	0,34	0	0	10,5	15,74	39,05	58,57
Фрукти по сезону (апельсин)	60	80	0,36	0,54	0,08	0,12	3,8	5,7	16	24
Всього за обід:			21,58	26,82	14,75	17,75	67,71	84,53	502,46	613,73
ПОЛУДЕНЬ										
Ватрушка з сиром	70/50	100/50	12,3	16,15	9,18	13,78	39,71	48,09	195,32	241,41
Компот із свіжих яблук	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Всього за полуденок:			12,38	16,26	9,26	13,89	51,67	65,97	241,77	290,86
ВЕЧЕРЯ										
Овочі по сезону/томати солоні	60	80	0,37	0,54	0,07	0,1	1,56	2,25	8	11
Булгур	80	100	3,1	3,7	3,2	3,8	18,6	22,3	110	132
Суфле рибне	45/40	68/60	7,83	11,69	2,87	4,26	1,34	2,04	62,45	93,06
Сік	120	180	0,48	0,72	0	0	12,36	18,54	50,4	75,6
Всього за вечерю:			11,78	16,65	6,14	8,16	33,86	45,13	230,85	311,66
Всього за день:			4137,15	73,22	40,78	53,43	209,4	267,73	1345,85	1695,03

Четвер 1 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Салат морквяно-яблучний	60/53	80/53	2,45	3,19	4,22	5,37	10,17	13,43	84,87	109,98
Каша молочна манна	180	220	5,64	7,32	5,56	8,79	19	25,3	147,67	208,5
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти свіжі (яблуко, мандарин)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
Всього за сніданок:			10,74	13,34	11,97	16,37	45,61	57,25	343,34	445,88
ОБІД										
Салат із зеленого горошку з цибулею	60	80	3,8	4,33	1,64	1,66	11,36	12,93	71,99	80,11
Борщ український зі сметаною	180/4	250/5	1,78	2,43	2,36	3,45	12,09	15,81	71,18	101,83
Плов з м'ясом курки	110/40	140/60	10,6	14,1	4,74	6,2	17,8	22,3	158	202
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із ягід свіжозаморожених	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Фрукти по сезону (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Всього за обід:			19,26	24,27	11,28	13,9	76,19	96,26	472,02	575,59
ПОЛУДЕНЬ										
Ліниві вареники з фруктовим соусом	65/42	82/57	10,6	13,46	5,2	6,56	27	35,17	196,25	252,23
Всього за полуденок:			10,6	13,46	5,2	6,56	27	35,17	196,25	252,23
ВЕЧЕРЯ										
Салат вітамінний	60	80	0,59	0,71	2,09	2,12	3,73	4,54	34,45	38,01
Пюре з бобових з цибулею	100	125	10,34	12,93	3,2	3,88	24,4	30,51	167,2	207,87
Чахохбілі з куркою	32/45	43/60	10,11	13,5	3,35	4,3	5,17	7,141	91,79	121,9
Какао	150	180	2,6	3,14	2,23	2,69	4,22	5,09	46,6	56,3
Всього за вечерю:			23,64	30,28	10,87	12,99	37,52	47,281	340,04	424,08
Всього за день:			64,24	81,35	39,32	49,82	186,32	235,961	1351,65	1697,78

П'ятниця 1 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Салат морквяно-яблучний	60/53	80/53	2,45	3,19	4,22	5,37	10,17	13,43	84,87	109,98
Каша "Янтарна" (зі пшона з яблуками)	100	125	4,28	5,33	4,56	5,69	20,89	25,91	141,25	175,57
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Сир твердий	10	15	2,25	3,38	2,85	4,28	0,47	0,7	35	52
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Всього за сніданок:			11,09	14,01	13,76	17,47	41,73	50,24	346,12	430,55
ОБІД										
Овочі по сезону /огірок солоний	60	80	0,49	0,66	0,11	0,14	1,37	1,82	9	11
Суп рибний	150/40	250/60	6,34	10,88	2,32	3,65	6,11	10,37	71,14	118,48
Зрази картопляні з курячим м'ясом "Човники"	120/40	155/20	11,78	15,41	5,76	7,13	18,83	23,43	174	217
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із свіжих плодів	150	200	0,15	0,2	0	0	20,9	27,9	84,8	113
Фрукти по сезону (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Всього за обід:			21,76	30,45	10,65	13,4	70,19	90,86	463,34	601,68
ПОЛУДЕНЬ										
Яблуко печене	53	70	0,24	0,32	0,24	0,32	9,23	12,31	38,37	51,16
Йогурт	100	125	2,2	3,75	2,2	3,13	14,5	18,12	88	73,75
Всього за полуденок:			2,44	4,07	2,44	3,45	23,73	30,43	126,37	124,91
ВЕЧЕРЯ										
Салат з капусти та кукурудзи	60	80	1,77	1,91	3,04	4,04	4,48	5,91	66,14	79,3
Каша пшенична розсипчаста з цибулею	90	113	3,74	4,72	2,39	2,99	23,47	29,6	131,78	165,98
Суфле яєчне	75	75	6,79	6,79	7,47	7,47	6	6	118,5	118,5
Сік	120	180	0,48	0,72	0	0	12,36	18,54	50,4	75,6
Всього за вечерю:			12,78	14,14	12,9	14,5	46,31	60,05	366,82	439,38
Всього за день:			48,07	62,67	39,75	48,82	181,96	231,58	1302,65	1596,52

Понеділок 2 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Салат з білокачанної капусти	60	80	0,8	1,1	2	2,6	2,9	3,9	31	41
Каша ячна розсипчаста	90	108	2,97	3,57	1,83	2,27	20	24,07	108,8	131,55
Омлет	60	60	5,85	0,85	6,12	6,12	2,61	2,61	88,87	88,87
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Сир твердий	10	15	2,25	3,38	2,85	4,28	0,47	0,7	35	52
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Сухофрукти (курага, фініки)	20	25	0,92	1	0,11	0,13	13,44	16,8	58	73
Всього за сніданок:			14,9	12,01	15,04	17,53	49,62	58,28	406,67	479,42
ОБІД										
Салат із вареного буряка	60	80	0,96	1,28	1,82	2,26	5,7	7,6	42	55
Суп вермішельний	200	250	1,51	2,46	1,67	2,51	10,67	17,35	64,7	103,16
Рагу з курятини	80/45	100/60	11,18	14,91	5,13	6,68	15,06	20,09	151,57	200,68
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із ягід свіжозаморожених	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Фрукти по сезону (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Всього за обід:			16,73	22,06	11,16	14,04	66,37	90,26	429,12	550,49
ПОЛУДЕНЬ										
Яблуко фаршироване сиром кисломолочним	94/45	124/74	10,44	13,7	6,05	7,9	11,4	14,85	141,66	185,17
Всього за полуденок:			10,44	13,7	6,05	7,9	11,4	14,85	141,66	185,17
ВЕЧЕРЯ										
Овочі по сезону/томати солоні	60	80	0,37	0,54	0,07	0,1	1,56	2,25	8	11
Каша гречана в'язка	90	113	2,79	3,49	2,2	2,7	13,9	17,4	87	109
Суфле м'ясне з овочами	30/45	40/60	7,37	9,85	14,66	19,4	1,12	1,49	165,44	219,33
Компот із свіжих плодів	150	200	0,15	0,2	0	0	20,9	27,9	84,8	113
Всього за вечерю:			10,68	14,08	16,93	22,2	37,48	49,04	345,24	452,33
Всього за день:			52,75	61,85	49,18	61,67	164,87	212,43	1322,69	1667,41

Вівторок 2 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Морква припущена з родзинками	58/4	85/4	0,81	1,18	0,78	1,17	7,91	11,38	37,81	54,81
Каша молочна рисова	180	220	4,76	5,99	4,97	6,6	20,46	25,22	144,79	183,29
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Сир твердий	10	15	2,25	3,38	2,85	4,28	0,47	0,7	35	52
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти по сезону (груша)	60	80	0,24	0,32	0,18	0,24	6,06	8,08	25,2	33,6
Всього за сніданок:			10,17	12,98	10,91	14,42	45,1	55,58	327,8	416,7
ОБІД										
Овочі по сезону (огірок солоний)	60	80	0,49	0,66	0,11	0,14	1,37	1,82	9	11
Борщ по-бахмацьки	150/5	200/5	2,41	3,32	3,22	4,85	14,54	19,44	93,9	130,81
Каша перлова в'язка	82	103	1,69	2,07	1,65	2,05	12,2	14,9	71	87
Болоньєзе	65	87	6,95	9,27	14,24	18,82	3,25	4,18	168,17	198
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із свіжих плодів	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Фрукти по сезону (апельсин)	60	80	0,49	0,72	0,05	0,08	5,62	8,32	23,33	34,4
Всього за обід:			14,21	18,25	21,75	28,45	58,84	76,44	482,85	581,66
ПОЛУДЕНОК										
Запіканка сирна з крупою манною	100	125	15,7	19,49	9,34	12,11	12,97	16,09	196,5	248,52
Йогурт	100	125	2,2	3,75	2,2	3,13	14,5	18,12	88	73,75
Всього за полуденок:			17,9	23,24	11,54	15,24	27,47	34,21	284,5	322,27
ВЕЧЕРЯ										
Салат з капусти та кукурудзи	60	80	1,77	1,91	3,04	4,04	4,48	5,91	66,14	79,3
Каша ячна в'язка	82	103	1,76	2,17	1,68	2,09	11,87	14,59	69,92	86,185
Котлета рублена з курятини	58	77	10,8	14,46	3,58	4,62	8,23	11,24	110,74	147,55
Компот із суміші сухофруктів	150	180	0,23	0,34	0	0	10,5	15,74	39,05	58,57
Всього за вечерю:			14,56	18,88	8,3	10,75	35,08	47,48	285,85	371,605
Всього за день:			56,84	73,35	52,5	68,86	166,49	213,71	1381	1692,235

Середа 2 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Салат морквяно-яблучний	60	80	2,45	3,19	4,22	5,37	10,17	13,43	84,87	109,98
Каша "Янтарна" (зі пшона з яблуками)	100	125	4,28	5,33	4,56	5,69	20,89	25,91	141,25	175,57
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Какао	150	180	2,6	3,14	2,23	2,69	4,22	5,09	46,6	56,3
Фрукти по сезону (мандарин)	60	80	0,5	0,6	0,2	0,2	5,2	7	24	32
Всього за сніданок:			11,94	14,37	13,34	16,08	50,68	61,63	381,72	466,85
ОБІД										
Салат вітамінний	60	80	0,59	0,71	2,09	2,12	3,73	4,54	34,45	38,01
Суп селянський з перловою крупою та сметаною	150/5	200/7	1,51	2,02	3,41	4,38	8,94	11,92	71,26	93,52
Макарони відварні	80	106	3	3,9	1,8	2,2	19,6	25,5	98	134
Тюфтелька куряча з овочами	66/24	88/24	11,55	15,58	5,29	6,61	11,55	15,06	121,49	184,03
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із ягід свіжозаморожених	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Всього за обід:			18,83	24,42	15,07	17,82	65,68	84,8	442,65	570,01
ПОЛУДЕНОК										
Вертута з яблуком	40/32	60/32	2,6	4,1	3	4,6	21,8	32,9	122	183,2
Чай (травяний)	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Всього за полуденок:			2,6	4,1	3	4,6	21,8	32,9	122	183,2
ВЕЧЕРЯ										
Ікра кабачкова	60	80	0,96	1,28	4,2	5,6	5,7	7,6	58	78
Каша пшенична розсипчаста	82	103	3,58	4,51	0,39	0,,49	22,3	28,13	108,88	117,4
Хлібець рибний	48	72	7,95	11,89	3,32	4,21	3,5	5,21	75,78	106,42
Сік	120	180	0,48	0,72	0	0	12,36	18,54	50,4	75,6
Сухофрукти (курага, фініки)	20	25	0,92	1	0,11	0,13	13,44	16,8	58	73
Всього за вечерю:			12,97	18,4	7,91	7,91	43,86	59,48	293,06	450,42
Всього за день:			46,34	61,29	39,32	46,41	182,02	238,81	1239,43	1670,48

Четвер 2 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Горошок овочевий відварний	60	80	3,51	4,08	0,87	0,89	9,67	11,26	57,71	66,11
Банош по-гуцульськи з сиром твердим	80/10	100/15	3,64	5,02	4,98	6,69	11,8	14,99	106,83	140,81
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Компот із свіжих плодів	150	200	0,15	0,2	0	0	20,9	27,9	84,8	113
Фрукти по сезону (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Всього за сніданок:			10,31	12,61	8,04	9,79	65,65	81,79	387,74	484,12
ОБІД										
Овочі по сезону (огірок солоний)	60	80	0,49	0,66	0,11	0,14	1,37	1,82	9	11
Суп гороховий	150	200	5,64	7,51	1,85	2,34	15,15	20	99,6	130,88
Картопля тушкована з цибулею та томатом	100	113	2,46	2,81	3,49	4,04	19,69	22,38	119	135
Котлета натуральна з філе курки панірована в сухарях	48	65	10,65	14,13	3,95	5,06	4,08	5,3	96,56	126,03
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із суміші сухофруктів	150	180	0,23	0,34	0	0	10,5	15,74	39,05	58,57
Всього за обід:			21,57	27,55	11,8	13,98	60,69	75,14	434,21	532,48
ПОЛУДЕНОК										
Пудинг сирно-яблучний	110/100	140/100	16,04	20,43	12	15	20,62	25,97	176	238
Какао	150	180	2,6	3,14	2,23	2,69	4,22	5,09	46,6	56,3
Всього за полуденок:			18,64	23,57	14,23	17,69	24,84	31,06	222,6	294,3
ВЕЧЕРЯ										
Салат з капусти та кукурудзи	60	80	1,77	1,91	3,04	4,04	4,48	5,91	66,14	79,3
Каша ячна розсипчаста	90	108	2,97	3,57	1,83	2,27	20	24,07	108,8	131,55
Гуляш курячий	45	60	9,9	13,22	3,38	4,34	3,98	5,43	87,38	115,59
Компот із ягід свіжозаморожених	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Всього за вечерю:			14,72	18,81	8,33	10,76	40,42	53,29	308,77	375,89
Всього за день:			65,24	82,54	42,4	52,22	191,6	241,28	1353,32	1686,79

П'ятниця 2 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Морква припущена з родзинками	58/3	85/4	0,81	1,18	0,78	1,17	7,91	11,38	37,81	54,81
Каша рисова з гарбузом на молоці	152	203	4,86	6,5	4,69	5,81	31,52	41,74	187,76	245,37
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти по сезону (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Всього за сніданок:			8,68	10,99	7,66	9,19	62,71	80,76	363,97	464,38
ОБІД										
Салат з білокачанної капусти	60	80	0,8	1,1	2	2,6	2,9	3,9	31	41
Суп рибний	15/40	250/60	6,34	10,88	2,32	3,65	6,11	10,37	71,14	118,48
Плов з м'ясом курки	110/45	140/60	10,6	14,1	4,74	6,2	17,8	22,3	158	202
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із свіжих плодів	150	200	0,15	0,2	0	0	20,9	27,9	84,8	113
Фрукти по сезону (апельсин)	60	80	0,49	0,72	0,05	0,08	5,62	8,32	23,33	34,4
Всього за обід:			20,48	29,1	11,51	14,93	63,23	82,69	439,27	579,88
ПОЛУДЕНОК										
Пиріжки з родзинками	55/10	65/16	3,1	3,77	2,9	3,64	23,2	25,35	112	145
Кисіль молочний	150	180	0,41	0,51	0	0	19,25	24,14	90,59	113,35
Всього за полуденок:			3,51	4,28	2,9	3,64	42,45	49,49	202,59	258,35
ВЕЧЕРЯ										
Салат із вареного буряка	60	80	0,96	1,28	1,82	2,26	5,7	7,6	42	55
Кус-кус	80	100	2,4	3,9	2,1	3,2	14,8	21,9	98,9	145,6
Суфле яєчне	75	75	6,79	6,79	7,47	7,47	6	6	118,5	118,5
Сік	120	180	0,48	0,72	0	0	12,36	18,54	50,4	75,6
Сухофрукти (курага, фініки)	20	25	0,92	1	0,11	0,13	13,44	16,8	58	73
Всього за вечерю:			10,63	12,69	11,39	12,93	38,86	54,04	309,8	394,7
Всього за день:			43,3	57,06	33,46	40,69	207,25	266,98	1315,63	1697,31

Понеділок 3 тиждень

Найменування страви	Вихід страви	Вихід страви	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Горошок овочевий відварний	60	80	3,51	4,08	0,87	0,89	9,67	11,26	57,71	66,11
Каша пшоняна в'язка	80	100	2,2	2,9	3,5	4,3	12	16	94	114
Омлет	60	60	5,85	5,85	6,12	6,12	2,61	2,61	88,87	88,87
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Сир твердий	10	15	2,25	3,38	2,85	4,28	0,47	0,7	35	52
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти по сезону (мандарин)	60	80	0,5	0,6	0,2	0,2	5,2	7	24	32
Всього за сніданок:			15,92	18,32	15,47	17,72	34,95	40,77	360,58	445,98
ОБІД										
Овочі по сезону (томати солоні)	60	80	0,37	0,54	0,07	0,1	1,56	2,25	8	11
Суп з цвітної капусти зі сметаною	150/9	200/12	1,5	2	3,5	4,5	7,1	9,6	65	85
Нагетси курячі	56	75	11,96	15,99	4,16	5,36	12,1	16,5	136,47	181,95
Макаронні вироби відварні з маслом	82	106	3	3,9	1,8	2,2	19,6	25,5	108	140
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із суміші сухофруктів	150	180	0,23	0,34	0	0	10,5	15,74	39,05	58,57
Фрукти свіжі (яблуко, виноград)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
Всього за обід:			19,7	25,59	11,99	14,64	67	87,81	453,32	581,92
ПОЛУДЕНЬ										
Оладки з фруктовим соусом	30/30	50/40	1,73	2,8	2,1	3,5	17,53	27,6	96,64	153,86
Какао	150	180	2,6	3,14	2,23	2,69	4,22	5,09	46,6	56,3
Всього за полуденок:			4,33	5,94	4,33	6,19	21,75	32,69	143,24	210,16
ВЕЧЕРЯ										
Ікра кабачкова	60	80	0,96	1,28	4,2	5,6	5,7	7,6	58	78
Каша гречана розсипчаста	90	113	2,76	3,46	1,77	2,22	19,94	25,01	107,62	134,93
Биток рублений з курятини паровий	58	77	10,61	14,15	2,37	3	4,96	6,61	85,64	112,7
Компот із свіжих фруктів	150	180	0,36	0,48	0,12	0,16	15,35	20,46	61,74	82,32
Курага	20	25	0,92	1	0,11	0,13	13,44	16,8	58	53
Всього за вечерю:			14,69	19,37	8,46	10,98	45,95	59,68	313	460,95
Всього за день:			54,64	69,22	40,25	49,53	169,65	220,95	1270,14	1699,01

Вівторок 3 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Морква припущена з родзнками	58/4	85/4	0,81	1,18	0,78	1,17	7,91	11,38	37,81	54,81
Каша молочна манна	180	220	5,64	7,32	5,56	8,79	19	25,3	147,67	208,5
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти по сезону (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Всього за сніданок:			9,46	11,81	8,53	12,17	50,19	64,32	323,88	427,51
ОБІД										
Салат вітамінний	60	80	0,59	0,71	2,09	2,12	3,73	4,54	34,45	38,01
Борщ полтавський з галушками	150/6	200/8	2,6	3,43	3,64	4,68	16,3	21,63	106,33	139,77
Зрази картопляні з курячим м'ясом "Човники"	120	155	11,78	15,41	5,76	7,13	18,83	23,43	174	217
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із ягід свіжозаморожених	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Фрукти по сезону (яблуко, апельсин)	60	80	0,49	0,72	0,05	0,08	5,62	8,32	23,22	34,4
Всього за обід:			17,64	22,48	14,02	16,52	66,34	85,7	455,45	549,63
ПОЛУДЕНЬ										
Львівський сирник із фруктовим соусом	90/30	110/40	16,73	22,1	10,44	13,85	20,4	25,64	137,14	239,82
Йогурт	100	125	2,2	3,75	2,2	3,13	14,5	18,12	88	73,75
Всього за полуденок:			18,93	25,85	12,64	16,98	34,9	43,76	225,14	313,57
ВЕЧЕРЯ										
Овочі по сезону (огірок солоний)	60	80	0,49	0,66	0,11	0,14	1,37	1,82	9	11
Каша ячна розсипчаста	90	108	2,97	3,57	1,83	2,27	20	24,07	108,7	131,55
Курка з яблуками в сметані	60/30	80/30	9,61	12,82	3,68	5,08	2,69	3,75	83,59	113,63
Компот із свіжих плодів	150	200	0,15	0,2	0	0	20,9	27,9	84,8	113
Всього за вечерю:			13,22	17,25	5,62	7,49	44,96	57,54	286,09	369,18
Всього за день:			59,25	77,39	40,81	53,16	196,39	251,32	1290,56	1659,89

Середа 3 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Салат морквяно-яблучний	60/53	80/53	2,45	3,19	4,22	5,37	10,17	13,43	84,87	109,98
Каша боярська (із пшона з родзинками)	100/2	114/2	5,62	6,5	4,9	5,83	24,3	27,63	162,66	187,69
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Сир твердий	10	15	2,25	3,38	2,85	4,28	0,47	0,7	35	52
Чай (трав'яний)	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти по сезону (груша)	60	80	0,24	0,32	0,18	0,24	6,06	8,08	25,2	33,6
Всього за сніданок:			12,67	15,5	14,28	17,85	51,2	60,04	392,73	476,27
ОБІД										
Салат із вареного буряка	60	80	0,96	1,28	1,82	2,26	5,7	7,6	42	55
Суп болгарський зі сметаною	150/4	200/5	1,66	2,22	2,54	3,48	11,01	14,62	72,94	97,88
Каша перлова в'язка	82	103	1,69	2,07	1,65	5,05	12,2	14,9	71	87
Котлета з м'яса свинини	40	60	7,6	12,84	12,3	17,59	3,1	4,29	140,8	201,69
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із сушених яблук	150	180	0,16	0,56	0	0	8,81	31,2	33,87	46,43
Фрукти по сезону (апельсин)	60	80	0,49	0,72	0,05	0,08	5,62	8,32	23,33	34,4
Всього за обід:			14,66	21,79	20,76	30,86	56,34	90,83	454,94	593,4
ПОЛУДЕНЬ										
Ватрушка з сиром	70/50	100/50	12,3	16,15	9,18	13,78	39,71	48,09	195,32	241,41
Всього за полуденок:			12,3	16,15	9,18	13,78	39,71	48,09	195,32	241,41
ВЕЧЕРЯ										
Салат з капути та кукурудзи	60	80	1,77	1,91	3,04	4,04	4,48	5,91	66,14	79,3
Картопляне пюре	91	114	2,01	2,51	2,123	2,65	14,53	18,16	84,5	105,63
Хлібець рибний	48	72	7,95	11,89	3,32	4,21	3,5	5,21	75,78	106,42
Сік	120	180	0,48	0,72	0	0	12,36	18,54	50,4	75,6
Всього за вечерю:			12,21	17,03	8,483	10,9	34,87	47,82	276,82	366,95
Всього за день:			51,84	70,47	52,703	73,39	182,12	246,78	1319,81	1678,03

Четвер 3 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Горошок овочевий відварний	60	80	3,51	4,08	0,87	0,89	9,67	11,26	57,71	66,11
Банош по-гуцульськи з сиром твердим	80/4	100/7	3,64	5,02	4,98	6,69	11,8	14,99	106,83	140,81
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Компот із суміші сухофруктів	150	180	0,23	0,34	0	0	10,5	15,74	39,05	58,57
Фрукти по сезону (бана)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Всього за сніданок:			10,39	12,75	8,04	9,79	55,25	69,63	341,99	429,69
ОБІД										
Овочі по сезону (томати солоні)	60	80	0,37	0,54	0,07	0,1	1,56	2,25	8	11
Суп овочевий зі сметаною	150/4	200/5	2,3	1,7	3	3,8	7,7	10,3	61	80
Пюре з бобових з цибулею	100	125	10,34	12,93	3,2	3,88	24,4	30,51	167,2	207,87
Гуляш курячий	32,18	43,24	9,9	13,22	3,38	4,34	3,98	5,43	87,38	115,59
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із ягід свіжозаморожених	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Фрукти по сезону (яблуко, апельсин)	60	80	0,49	0,72	0,05	0,08	5,62	8,32	23,22	34,4
Всього за обід:			25,58	31,32	12,18	14,71	65,12	84,59	464,25	569,31
ПОЛУДЕНЬ										
Ліниві вареники з фруктовим соусом	65/42	82/57	10,6	13,46	5,2	6,56	27	35,17	196,25	252,23
Всього за полуденок:			10,6	13,46	5,2	6,56	27	35,17	196,25	252,23
ВЕЧЕРЯ										
Салат вітамінний	60	80	0,59	0,71	2,09	2,12	3,73	4,54	34,45	38,01
Гречка по-купецьки	80/45	100/60	13,47	16,96	17,42	20,21	24,92	32,03	184,77	266,6
Компот із свіжих яблук	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Сухофрукти (курага, фініки)	20	25	0,92	1	0,11	0,13	13,44	16,8	58	73
Всього за вечерю:			15,06	18,78	19,7	22,57	54,05	71,25	323,67	427,06
Всього за день:			61,63	76,31	45,12	53,63	201,42	260,64	1326,16	1678,29

П'ятниця 3 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Морква припущена з родзинками	58/3	85/4	0,81	1,18	0,78	1,17	7,91	11,38	37,81	54,81
Каша рисова з гарбузом	152	203	4,86	6,5	4,69	5,81	31,52	41,74	187,76	245,37
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Сир твердий	10	15	2,25	3,38	2,85	4,28	0,47	0,7	35	52
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти по сезону (мандарин)	60	80	0,5	0,6	0,2	0,2	5,2	7	24	32
Всього за сніданок:			10,53	13,77	10,65	13,59	55,3	71,02	369,57	477,18
ОБІД										
Салат з капусти та кукурудзи	60	80	1,77	1,91	3,04	4,04	4,48	5,91	66,14	79,3
Суп рибний	150/6	250/60	6,34	10,88	2,32	3,65	6,11	10,37	71,14	118,48
Каша пшенична розсипчаста	90	113	3,74	4,72	2,39	2,99	23,47	29,6	131,78	137,35
Котлета з філе курки панірована в сухарях	48	65	10,65	14,13	3,95	5,06	4,08	5,3	96,56	126,03
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із суміші сухофруктів	150	180	0,23	0,34	0	0	10,5	15,74	39,05	58,57
Всього за обід:			24,83	34,08	14,1	18,14	58,54	76,82	475,67	590,73
ПОЛУДЕНЬ										
Яблуко печене	53	70	0,24	0,32	0,24	0,32	9,23	12,31	38,37	51,16
Кисіль молочний	150	180	4,2	5,1	3,8	4,5	18,8	22,5	124	148
Всього за полуденок:			4,44	5,42	4,04	4,82	28,03	34,81	162,37	199,16
ВЕЧЕРЯ										
Салат із вареного буряка	60	80	0,96	1,28	1,82	2,26	5,7	7,6	42	55
Каша кукурудзяна розсипчаста	90	113	2,46	3,09	1,8	2,26	21,38	26,82	112,64	141,22
Суфле яєчне	75	75	6,79	6,79	7,47	7,47	6	6	118,5	118,5
Сік	120	180	0,48	0,72	0	0	12,36	18,54	50,4	75,6
Всього за вечерю:			10,69	11,88	11,09	11,99	45,44	58,96	323,54	390,32
Всього за день:			50,49	65,15	39,88	48,54	187,31	241,61	1331,15	1657,39

Понеділок 4 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Ікра кабачкова	60	80	2,33	2,92	0,1	0,12	20,13	25,14	55,48	69,22
Каша гречана в'язка	90	113	2,79	3,49	2,2	2,7	13,9	17,4	87	109
Яйце варене	40	40	5,2	5,2	4,24	4,24	0,45	0,45	61	61
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Сир твердий	10	15	2,25	3,38	2,85	4,28	0,47	0,7	35	52
Какао	150	180	3,96	5,34	3,35	4,51	6,35	8,55	70,32	94,74
Всього за сніданок:			18,64	22,44	14,87	17,98	51,5	62,44	393,8	478,96
ОБІД										
Салат з білокачанної капусти	60	80	0,8	1,1	2	2,6	2,9	3,9	31	41
Суп вермішельний	200	250	1,51	2,46	1,67	2,51	10,67	17,35	64,7	103,16
Каша ячна розсипчаста	90	108	2,97	3,57	1,83	2,27	20	24,07	108,8	131,55
Гуляш курячий	45	60	9,9	13,22	3,38	4,34	3,98	5,43	87,38	115,59
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із свіжих фруктів	150	180	0,36	0,48	0,12	0,16	15,35	20,46	61,74	82,32
Фрукти свіжі (яблуко, мандарин)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
Всього за обід:			18,18	23,65	11,46	14,36	69,04	89,43	450,42	579,02
ПОЛУДЕНЬ										
Вертута з яблуом	40/30	60/32	2,6	4,1	3	4,6	21,8	32,9	122	183,2
Чай (травяний)	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Всього за полуденок:			2,6	4,1	3	4,6	21,8	32,9	122	183,2
ВЕЧЕРЯ										
Салат із вареного буряка	60	80	0,96	1,28	1,82	2,26	5,7	7,6	42	55
Каша перлова в'язка	82	103	1,69	2,07	1,65	2,05	12,2	14,9	71	87
Котлета з м'яса свинини	45	60	12,84	17,1	17,59	22,77	4,29	5,7	144,5	201,69
Компот із свіжих плодів	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Всього за вечерю:			15,57	20,56	21,14	27,19	34,15	46,08	303,95	393,14
Всього за день:			54,99	70,75	50,47	64,13	176,49	230,85	1270,17	1634,32

Вівторок 4 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Салат морквяно-яблучний	60/53	80/53	2,45	3,19	4,22	5,37	10,17	13,43	84,87	109,98
Суп молочний вермсішельний	168	186	5,45	5,99	4,92	5,79	22,59	25,37	154,93	176,02
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти по сезону (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Всього за сніданок:			10,91	12,49	11,33	13,37	56,04	66,44	378,2	450,2
ОБІД										
Салат із зеленого горошку з цибулею	60	80	3,8	4,33	1,64	1,66	11,36	12,93	71,99	80,11
Суп болгарський зі сметаною	150/4	200/5	1,66	2,22	2,54	3,48	11,01	14,62	72,94	97,88
Пастуший пиріг з курячим м'ясом	100/40	150/60	9,61	17,3	4,17	7,5	11,85	21,32	125,93	226,68
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із ягід свіжозаморожених	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Фрукти по сезону (апельсин)	60	80	0,49	0,72	0,05	0,08	5,62	8,32	23,33	34,4
Всього за обід:			17,74	26,78	10,88	15,23	61,7	84,97	411,64	559,52
ПОЛУДЕНЬ										
Гратен "Зебра" із солодким соусом	122/15	155/20	15,06	19,14	10,82	13,95	15,87	19,84	222,25	283,03
Всього за полуденок:			15,06	19,14	10,82	13,95	15,87	19,84	222,25	283,03
ВЕЧЕРЯ										
Овочі по сезону/томати солоні	60	80	0,37	0,54	0,07	0,1	1,56	2,25	8	11
Булгур	90	100	2,4	3,1	2,5	3,2	14,2	18,6	74	110
Суфле м'ясне з овочами	30/40	40/60	7,37	9,85	14,66	19,4	1,12	1,49	165,44	219,33
Компот із свіжих плодів	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Всього за вечерю:			10,22	13,6	17,31	22,81	28,84	40,22	293,89	389,78
Всього за день:			53,93	72,01	50,34	65,36	162,45	211,47	1305,98	1682,53

Середа 4 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Морква припущена з родзинками	58/3	85/4	0,81	1,18	0,78	1,17	7,91	11,38	37,81	54,81
Каша молочна манна	180	220	5,64	7,32	5,56	8,79	19	25,3	147,67	208,5
Сир твердий	10	15	2,25	3,38	2,85	4,28	0,47	0,7	35	52
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти по сезону (мандарин)	60	80	0,5	0,6	0,2	0,2	5,2	7	24	32
Всього за сніданок:			11,31	14,59	11,52	16,57	42,78	54,58	329,48	440,31
ОБІД										
Овочі по сезону (томати солоні)	60	80	1,37	0,54	0,07	0,1	1,56	2,25	8	11
Суп з цвітної капусти зі сметаною	150/9	200/12	1,5	2	3,5	4,5	7,1	9,6	65	85
Каша рисова розсипчаста	82	103	2,01	2,53	1,75	2,16	20,4	25,6	107	135
Тюфтелька куряча з овочами	66/24	88/32	11,55	15,58	5,29	6,61	11,55	15,06	141,49	164,4
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із ягід свіжозаморожених	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Фрукти свіжі (яблуко)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
Всього за обід:			19,15	23,58	13,15	15,96	68,71	88,61	464,74	550,25
ПОЛУДЕНЬ										
Ватрушка з сиром	70/50	100/50	12,3	16,15	9,18	13,78	39,71	48,09	195,32	241,41
Всього за полуденок:			12,3	16,15	9,18	13,78	39,71	48,09	195,32	241,41
ВЕЧЕРЯ										
Ікра кабачкова	60	80	2,33	2,92	0,1	0,12	20,13	25,14	55,48	69,22
Каша кукурудзяна розсипчаста	80	113	2,46	3,09	1,8	2,26	21,38	26,82	112,64	141,22
Котлета рибна любительська	59	88	10,2	14,73	1,77	2,6	21,84	28,25	81,21	116,36
Сік	120	180	0,48	0,72	0	0	12,36	18,54	50,4	75,6
Всього за вечерю:			15,47	21,46	3,67	4,98	75,71	98,75	299,73	402,4
Всього за день:			58,23	75,78	37,52	51,29	226,91	290,03	1289,27	1634,37

Четвер 4 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Салат морквяно-яблучний	60/53	80/53	2,45	3,19	4,22	5,37	10,17	13,43	84,87	109,98
Каша молочна пшенична	150	200	5,22	6,98	4,97	6,63	14,93	19,66	126,01	168,55
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Чай	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукти свіжі (яблуко)	60	80	0,54	0,72	0,06	0,08	6,24	8,32	25,8	34,4
Всього за сніданок:			10,32	13	11,38	14,21	41,54	51,61	321,68	405,93
ОБІД										
Салат вітамінний	60	80	0,59	0,71	2,09	2,12	3,73	4,54	34,45	38,01
Борщ з картоплею зі сметаною	150/4	200/5	1,26	1,87	2,59	4,97	10,19	13,93	66,68	104,61
Картопля тушкована з цибулею та томатом	100	113	2,46	2,81	3,49	4,04	19,69	22,38	119	135
Рулет курячий, фарширований яйцем вареним	60	80	11,84	15,69	5,35	6,74	5,32	6,96	118,63	135,5
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із свіжих плодів	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Фрукти по сезону (мандарин)	60	80	0,5	0,6	0,2	0,2	5,2	7	24	32
Всього за обід:			18,83	23,89	16,2	20,58	65,99	82,59	480,21	565,57
ПОЛУДЕНЬ										
Запіканка сирна з крупою манною та солодким соусом	100/15	125/20	15,7	19,49	9,34	12,11	12,97	16,09	196,5	215,3
Всього за полуденок:			15,7	19,49	9,34	12,11	12,97	16,09	196,5	215,3
ВЕЧЕРЯ										
Салат із вареного буряка	60	80	0,96	1,28	1,82	2,26	5,7	7,6	42	55
Горохове пюре з цибулею	100	125	10,34	12,93	3,2	3,88	24,4	30,5	167,2	207,87
Котлета куряча з філе курки панірована в сухарях	48	65	10,65	14,13	3,95	5,06	4,08	5,3	96,56	126,03
Компот із ягід свіжозаморожених	150	180	0,08	0,11	0,08	0,11	11,96	17,88	46,45	49,45
Сухофрукти (курага, фініки)	20	25	0,92	1	0,11	0,13	13,44	16,8	58	73
Всього за вечерю:			22,03	28,45	9,05	11,31	46,14	61,28	352,21	511,35
Всього за день:			66,88	84,83	45,97	58,21	166,64	211,57	1350,6	1698,15

П'ятниця 4 тиждень

Найменування страви	Вихід страви від 3 до 4 років	Вихід страви від 4 до 6(7) років	Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
			від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років	від 3 до 4 років	від 4 до 6(7) років
СНІДАНОК										
Овочі по сезону/огірок солоний	60	80	0,49	0,66	0,11	0,14	1,37	1,82	9	11
Каша пшоняна в'язка	80	100	2,4	2,9	3,7	4,3	12	16	94	117
Суфле яєчне	75	75	6,79	6,79	7,47	7,47	6	6	118,5	118,5
Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/3	2,11	2,11	2,13	2,13	10,2	10,2	85	93
Компот із свіжих фруктів	150	180	0,36	0,48	0,12	0,16	15,35	20,46	61,74	82,32
Фрукти по сезону (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,08	17,44	53,4	71,2
Всього за сніданок:			13,05	14,14	13,59	14,28	58	71,92	421,64	493,02
ОБІД										
Салат із варених овочів	38	51	0,72	0,97	2,08	2,61	4,22	5,7	37,68	49,08
Суп-пюре гороховий	150	200	5,64	7,51	1,85	2,34	15,15	20	99,6	130,88
Булгур	80	100	2,5	3,1	2,6	3,2	16	18,6	93	110
Котлета по міланськи з сиром	45/7	60/9	12,84	17,1	17,59	22,7	4,29	5,7	242,3	201,69
Хліб цільнозерновий	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із суміші сухофруктів	150	180	0,23	0,34	0	0	10,5	15,74	39,05	58,57
Всього за обід:			24,03	31,12	26,52	33,25	60,06	75,64	582,63	621,22
ПОЛУДЕНЬ										
Яблуко печене	53	70	0,24	0,32	0,24	0,32	9,23	12,31	38,37	51,16
Йогурт	100	125	2,2	3,75	2,2	3,13	14,5	18,12	88	73,75
Всього за полуденок:			2,44	4,07	2,44	3,45	23,73	30,43	126,37	124,91
ВЕЧЕРЯ										
Салат з капусти та кукурудзи	60	80	1,77	1,91	3,04	4,04	4,48	5,91	66,14	79,3
Каша ячна в'язка	82	103	1,76	2,17	1,68	2,09	11,87	14,59	69,92	86,185
Тюфтелька рибна в сметанно-томатному соусі	60/30	90/45	8,66	13,05	6,23	8,85	9,47	14,55	128,63	190,15
Сік	120	180	0,48	0,72	0	0	12,36	18,54	50,4	75,6
Всього за вечерю:			12,67	17,85	10,95	14,98	38,18	53,59	315,09	431,235
Всього за день:			52,19	67,18	53,5	65,96	179,97	231,58	1445,73	1670,385