

Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					Алергени
	Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112	
1-й тиждень		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	7
Понеділок																
Салат з капусти моркви та зеленого горошка	100	69	2,39	3,46	8,08											
Суп гороховий	250	178,00	7,24	5,66	24,45											
Макарони відварені	120	165,60	4,32	3,72	30,48											
Січеники зі свинини	70	179,00	10,72	15,04	0,52											
Хліб	30	71,0	2,0	2,0	10,0											
Сік фруктовий	200	75,6	0,7	0,0	18,5											
Апельсин	100	40,00	0,90	0,20	9,50											
Всього		778,20	28,29	30,08	101,57											
Вівторок																
Помідор свіжий	100	11,50	0,40	0,10	1,65											
Борщ зі сметаною	10	114,00	2,30	5,20	14,00											
Гречана каша з чебрецем	120	184,00	6,20	3,78	30,90											
Бодоньєзе	88/77	124,00	15,01	4,22	6,76											
Хліб	30	71,0	2,0	2,0	10,0											
Компот з яблук	200	52,00	0,58	0,26	12,06											
Банан	100	89,0	1,5	0,1	21,8											
Всього		645,50	27,99	15,66	97,17											
Середа																
Салат з капусти огірків та кропу	100	49,00	1,51	2,89	5,08											
Юшка з рисовою крупою та томатом	250	133	3,08	2,3	25,15											
Булгур	120	176,00	5,01	5,12	29,76											
Курка в соусі "Туляш"	70/70	103,00	17,10	2,44	3,23											
Сир твердий	15	44,16	3,57	4,09	0,03											
Хліб	30	71,0	2,0	2,0	10,0											
Узвар	200	107,7	0,3	0,9	24,9											
Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80											
Всього		736,23	33,00	20,13	109,94											
Четвер																
Огірок свіжий	100	7	0,4	0,1	2,3											
Юшка гречана	250	113,00	2,75	3,09	18,73											
Картопляне пюре	120	112,00	2,60	3,05	18,68											
Риба з овочами під томат соусом	60/60	76,00	10,29	3,15	2,01											
Хліб	30	71,00	2,00	2,00	10,00											
Сир твердий	15	44,16	3,57	4,09	0,03											
Компот з яблук	200	52,00	0,58	0,26	12,06											
Слива	100	46,00	0,70	0,30	11,50											
Всього		475,16	22,19	15,74	63,81											
П'ятниця																
Салат з моркви з сиром та сметаною	100	88	4,11	5,36	6,83											
Овочева юшка з булгуром	250	118,00	2,19	4,15	17,81											
Свинина відварна	74	181,00	11,27	15,29	0,00											
Рис з орегано	120	160,000	2,98	2,64	30,23											
Хліб	30	71,00	2,00	2,00	10,00											
Напій шипшини	200	113,60	5,60	0,00	24,00											
Груша	100	42,00	0,40	0,30	10,90											
Всього		773,60	28,55	29,74	99,77											

Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					Алергени
	Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112	
2-й тиждень		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	7
Понеділок																
Салат з свіжих томатів та перцю	100	220,00	9,49	9,04	24,59											
Юшка гречана	250	113,00	2,75	3,09	18,73											
Сир твердий	15	44,16	3,57	4,09	0,03											
Глов з булгура та свинини	120\70	392,00	14,77	23,44	29,12											
Хліб	30	71,0	2,0	2,0	10,0											
Узвар	200	107,7	0,3	0,9	24,9											
Банан	100	89,00	1,50	0,10	21,80											
Всього		1036,83	19,64	42,65	129,16											
Вівторок																
Огірок свіжий	100	7	0,4	0,1	2,3											
Юшка з рисовою крупою та	250	133	3,08	2,3	25,15											
Чахохбілі з курки	100\70	151,52	18,24	5,36	6,32											
Макарони відварені	120	165,60	4,32	3,72	30,48											
Сир твердий	15	44,16	3,57	4,09	0,03											
Хліб	30	71,0	2,0	2,0	10,0											
Компот з яблук	200	52,00	0,58	0,26	12,06											
Апельсин	100	40,00	0,90	0,20	9,50											
Всього		624,28	32,19	17,83	86,34											
Середа																
Салат з капусти та моркви	100	56,00	1,59	3,11	6,56											
Борщ зі сметаною	250\25	114,00	2,30	5,20	14,00											
Картопля	120	160,000	2,98	2,64	30,23											
Риба запечена у кукурузній	60\60	82,00	12,13	2,29	1,88											
Хліб	30	71,0	2,0	2,0	10,0											
Сік фруктовий	200	75,6	0,7	0,0	18,5											
Груша	100	42,00	0,40	0,30	10,90											
Всього		600,60	22,12	15,54	92,11											
Четвер																
Огірок свіжий	100	7	0,4	0,1	2,3											
Овочева юшка з булгуром	250	118,00	2,19	4,15	17,81											
Гречана каша з чебрецем	120	184,00	6,20	3,78	30,90											
Сир твердий	15	44,16	3,57	4,09	0,03											
Болоньезе	88\77	124,00	15,01	4,22	6,76											
Хліб	30	71,0	2,0	2,0	10,0											
Компот з яблук	200	52,00	0,58	0,26	12,06											
Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80											
Всього		652,56	30,35	19,00	91,66											
П'ятниця																
Помідор свіжий	100	11,50	0,40	0,10	1,65											
Суп гороховий	250	178,00	7,24	5,66	24,45											
Фрикадельки м"ясні	120\74	240,00	12,50	17,77	8,40											
Макарони відварені	120	165,60	4,32	3,72	30,48											
Хліб	30	71,0	2,0	2,0	10,0											
Напій шипшини	200	113,60	5,60	0,00	24,00											
Слива	100	46,00	0,70	0,30	11,50											
Всього		825,70	32,76	29,55	110,48											

[illegible]

Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					Алергени
	Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112	
4-й тиждень		Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	2	3	4	5	6	7
Понеділок																
Помідор свіжий	100	11,50	0,40	0,10	1,65											
Суп гороховий	250	178,00	7,24	5,66	24,45											
Свинина відварена	74	181,00	11,27	15,29	0,00											
Сир твердий	15	44,16	3,57	4,09	0,03											
Гречана каша з чебрецем	120	184,00	6,20	3,78	30,90											
Хліб	30	71,000	2,0	2,0	10,0											
Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00											
Груша	100	42,00	0,40	0,30	10,90											
Всього		669.66	30.68	30.92	67.03											
Вівторок																
Салат з моркви з сиром та сметаною	100	88	4,11	5,36	6,83											
Юшка з рисовою крупою та	250	133	3,08	2,3	25,15											
Макарони відварені	120	165,60	4,32	3,72	30,48											
Курка в соусі "Туляш"	70/70	103,00	17,10	2,44	3,23											
Хліб	30	71,000	2,0	2,0	10,0											
Компот з яблук	200	52,00	0,58	0,26	12,06											
Апельсин	100	40,00	0,90	0,20	9,50											
Всього		652,60	27,98	16,28	97,25											
Середа																
Огірок свіжий	100	7	0,4	0,1	2,3											
Юшка гречана	250	113,00	2,75	3,09	18,73											
Картопляне пюре	120	112,00	2,60	3,05	18,68											
Сир твердий	15	44,16	3,57	4,09	0,03											
Рибна палочка	70\60	76,00	10,29	3,15	2,01											
Хліб	30	71,000	2,0	2,0	10,0											
Узвар	200	107,7	0,3	0,9	24,9											
Банан	100	89,0	1,5	0,1	21,8											
Всього		619,83	23,44	16,47	98,44											
Четвер																
Салат з капусти та моркви	100	56,00	1,59	3,11	6,56											
Борщ зі сметаною	10	114,00	2,30	5,20	14,00											
Булгур	160	176,00	5,01	5,12	29,76											
Фрикадельки м'ясні	120/74	240,00	12,50	17,77	8,40											
Хліб	30	71,000	2,0	2,0	10,0											
Компот з яблук	200	52,00	0,58	0,26	12,06											
Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80											
Всього		761,40	24,38	33,86	92,58											
П'ятниця																
Салат з капусти огірків та кропу	100	49,00	1,51	2,89	5,08											
Овочева юшка з булгуром	250	118,00	2,19	4,15	17,81											
Болоньєзе	88/77	124,00	15,01	4,22	6,76											
Гречана каша з чебрецем	120	184,00	6,20	3,78	30,90											
Хліб	30	71,000	2,0	2,0	10,0											
Сік фруктовий	200	75,6	0,7	0,0	18,5											
Слива	100	46,00	0,70	0,30	11,50											
Всього		667.60	28.33	17.34	100.59											