

2 тиждень

Понеділок

Найменування продукту	Маса нетто			Хімічний склад											
				Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
Сніданок															
Суп вермішелевий	150	150	180	1,21	1,21	1,77	1,79	1,79	2,21	8,85	8,85	13,06	56,8	56,8	80,43
Чай	150	150	180	0,05	0,05	0,05	0,01	0,01	0,01			0,18			2,04
Сир твердий	5	5	6	1,16	1,16	2,32	1,48	1,48	2,95	0	0	0	18,2	18,2	36,4
Хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,1	71,1	71,1
Всього за сніданок:				4,52	4,52	6,24	5,68	5,68	7,57	18,75	18,75	23,14	146,1	146,1	189,97

Обід

Борщ буряковий	150	150	200	1,38	1,38	1,82	2,02	2,02	2,75	9,98	9,98	13,27	61,57	61,57	82,54
Биточок рублений з курятини паровий	58	58	77	10,61	10,61	14,15	2,37	2,37	3	4,96	4,96	6,61	85,64	85,64	112,7
Каша пшенична в'язка з маслом	90	90	113	2,44	2,44	3,05	1,71	1,71	2,14	15,12	15,12	18,9	86,92	86,92	108,65
Огірок солений	50	50	70	0,75	0,75	0,82	0,05	0,05	0,09	5	5	10	21	21	30
Огірок свіжий	30	30	40	0,24	0,24	0,32	0,03	0,03	0,04	0,99	0,99	1,32	4,2	4,2	5,6
Компот із сухофруктів	150	150	180	0,23	0,23	0,23	0,00	0,00	0,00	5,51	5,51	10,50	20,10	20,10	39,05
Хліб пшенично-житній цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,1	71,1	71,1
Всього за обід:				17,75	17,75	22,49	8,58	8,58	10,42	51,46	51,46	70,5	350,53	350,53	449,64

Найменування продукту	Маса нетто			Хімічний склад											
				Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
Вечеря															
Пудинг сирно-яблучний	134	134	170	16,04	16,04	20,43	12	12	15	14,13	14,13	25,97	231,08	231,08	322,01
Фруктовий соус (абрикосовий)	11	11	17	0,10	0,10	0,16	0	0	0	1,4	1,4	3,16	6,78	6,78	14,19
Йогурт	125	125	180	5,78	5,78	9	3,7	3,7	5,76	4,05	4,05	6,3	78,7	78,7	122,4
Всього за вечерю:				21,92	21,92	29,59	15,7	15,7	20,76	19,58	19,58	35,43	316,56	316,56	458,6
Всього за день:				44,19	44,19	58,32	29,96	29,96	38,75	89,79	89,79	129,07	813,19	813,19	1098,21

Вівторок															
Сніданок															
Каша вівсяна в'язка з маслом	82	82	103	2,22	2,22	2,73	2,67	2,67	3,34	10,53	10,53	13,16	73,82	73,82	92,28
Тюфтеля куряча з овочами	50	50	70	6,93	6,93	11,40	7,07	7,07	12,01	8,48	8,49	11,4	124,8	124,8	198,79
Сік фруктовий	130	130	160	0,48	0,48	0,72	0	0	0	12,36	18,54	18,54	50,4	50,4	75,6
Хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,1	71,1	71,1
Всього за сніданок:				11,73	11,73	16,95	12,14	12,14	17,75	41,27	47,46	53	320,12	320,12	437,77

Найменування продукту	Маса нетто			Хімічний склад											
				Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
Обід															
Суп болгарський з сметаною	150	150	200	1,66	1,66	2,22	2,54	2,54	3,48	11,01	11,01	14,62	72,94	72,94	97,88
Хлібець рибний	48	48	72	7,95	7,95	11,89	3,32	3,32	4,21	3,5	3,5	5,21	72,78	75,78	106,42
Пюре горохове	100	100	125	10,34	10,34	12,93	3,2	3,2	3,88	24,4	24,4	30,51	167,2	167,2	207,87
Ікра буряково-моркв'яна	60	60	70	0,97	0,97	1,14	1,53	1,53	1,78	7,27	7,27	8,29	43,59	43,59	50,18
Компот із свіжих фруктів	120	120	160	0,24	0,24	0,32	0,24	0,24	0,32	6,24	12,23	16,3	27	49,74	66,32
Хліб пшенично-житній цільнозерновий	30	30	30	2,10	2,10	2,10	2,40	2,40	2,40	9,90	9,90	9,90	71,10	71,10	71,10
Всього за обід:				23,26	23,26	30,6	13,23	13,23	16,07	62,32	68,31	84,83	454,61	480,35	599,77

Найменування продукту	Маса нетто			Хімічний склад											
				Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
Вечеря															
Оладки курячі	70	70	93	11,36	11,36	15,07	5,08	5,08	6,37	5,26	5,26	6,86	114,06	114,06	147,69
Омлет	60	60	60	5,85	5,85	5,85	6,12	6,12	6,12	2,61	2,61	2,61	88,87	88,87	88,87
Огірок солений	50	50	70	0,75	0,75	0,82	0,05	0,05	0,09	5	5	10	21	21	30
Огірок свіжий	30	30	40	0,24	0,24	0,32	0,03	0,03	0,04	0,99	0,99	1,32	4,2	4,2	5,6
Чай	150	150	180	0,05	0,05	0,05	0,01	0,01	0,01			0,18			2,04
Всього за вечерю:				18,25	18,25	22,11	11,29	11,29	12,63	13,86	13,86	20,97	228,13	228,13	274,2
Всього за день:				53,24	53,24	69,66	36,66	36,66	46,45	117,45	129,63	158,8	1002,86	1028,6	1311,74

Середа															
Найменування продукту	Маса нетто			Хімічний склад											
				Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
Сніданок															
Рибна паличка з яйцем	46	46	69	9,2	9,2	13,52	4,63	4,63	6,24	4,77	4,77	6,74	97,56	97,56	137,31
Картопля тушкована з цибулею та томатом	90	90	113	2,46	2,46	2,81	3,49	3,49	4,04	19,69	19,69	22,38	118,56	118,56	135,45
Кисіль вишневий	150	150	180	0,41	0,41	0,51	0	0	0	11,77	11,77	24,14	90,59	90,59	113,35
Хліб пшенично - житній цільнозерновий	30	30	30	2,10	2,10	2,10	2,40	2,40	2,40	9,90	9,90	9,90	71,10	71,10	71,10
Всього за сніданок:				14,17	14,17	18,94	10,52	10,52	12,68	46,13	46,13	63,16	377,81	377,81	457,21

Обід															
Суп із сочевиці з м'ясною фрикаделькою	150	150	200	8,15	8,15	11,45	2,71	2,71	4,04	13,01	13,01	17,41	114,53	114,53	159,08
Шніцель із свинини	60	60	80	8,36	8,36	11,09	14,49	14,49	19,15	8,58	8,58	11,17	198,68	169,68	262,02
Каша гречана в'язка з маслом	82	82	103	4,22	4,22	5,27	2,55	2,55	3,19	21,11	21,11	26,38	24,98	24,98	56,23
Пюре морквяне	55	55	75	2,78	2,78	3,54	0,06	0,06	0,08	23,02	24,02	30,19	47,37	51,16	66,95
Компот із сухофруктів	150	150	180	0,23	0,23	0,23	0	0	0	5,51	5,51	10,50	20,10	20,10	39,05
Хліб пшенично - житній цільнозерновий	30	30	30	2,10	2,10	2,10	2,40	2,40	2,40	9,90	9,90	9,90	71,10	71,10	71,10

Всього за обід:				25,84	25,84	33,68	22,21	22,21	28,86	81,13	82,13	105,55	476,76	451,55	654,43	

Найменування продукту	Маса нетто			Хімічний склад											
				Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
Вечеря															
Яйце варене	1	1	1	2,54	2,54	5,08	2,3	2,3	4,6	0,14	0,14	0,28	31,4	31,4	62,8
Суфле з вареного курячого м'яса та рису	100	100	133	10,72	10,72	14,3	4,79	4,79	6,26	10,87	10,87	14,49	132,32	132,32	175,32
Капуста тушкована	70	70	100	1,26	1,26	2,00	2,26	2,26	4,86	4,59	6,49	13,49	41,28	48,55	90,22
Сік фруктовий	130	130	160	0,48	0,48	0,72	0	0	0	12,36	18,54	18,54	50,4	50,4	75,6
Фрукти свіжі	60	60	80	0,22	0,22	0,32	0,22	0,22	0,32	5,62	5,62	8,32	24,3	24,3	36
Всього за вечерю:				15,22	15,22	22,42	9,57	9,57	16,04	33,58	41,66	55,12	147,38	286,97	439,94
Всього за день:				55,23	55,23	75,04	42,3	42,3	57,58	160,84	169,92	223,83	1001,95	1116,33	1551,58

Четвер															
Найменування продукту	Маса нетто			Хімічний склад											
				Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
Сніданок															
Печення домашньому з курячим м'ясом	90	90	130	8,2	8,2	11,9	9,85	9,85	14,09	11,78	11,78	16,91	169,93	169,93	243,95
Салат із свіжої капусти	60	60	80	0,73	0,73	1,30	3,66	3,66	4,86	3,08	4,11	7,3	35,2	42,03	74,72
Салат із квашеної капусти	60	60	80	0,54	0,54	1,1	3,15	3,15	4,18	5,02	5,02	5,26	54,2	54,2	61,88
Чай	150	150	180	0	0	0	0	0	0	0	9,98	12,97	0	37,9	49,27

Всього за вечерю:				21,19	22,19	26,48	14,18	14,18	17,965	21,49	31,47	40,725	306,05	343,95	337,59
Всього за день:				53,32	54,32	68,66	48,51	48,51	62,045	110,32	137,3	171,795	1071,83	1177,2	1407,43

П'ятниця															
Найменування продукту	Маса нетто			Хімічний склад											
				Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
Сніданок															
Суфле з яйця	75	75	75	6,79	6,79	6,79	7,47	7,47	7,47	6	6	6	118,5	118,5	118,5
Картопляне пюре з маслом	70	70	90	1,64	1,64	2,11	1,56	1,56	3	10,22	10,22	13,14	63,35	63,35	90,28
Салат з капусти та зеленого горошку	60	60	80	3,94	3,94	5,06	0,06	0,06	0,09	27,89	27,89	35,25	55,12	55,12	62,64
Салат зеленого горошку та цибулі	77	77	88	3,8	3,8	4,33	1,64	1,64	1,66	11,36	11,36	12,93	71,99	71,99	80,11
Чай	150	150	180	0	0	0	0	0	0	0	9,98	12,97	0	37,9	49,27
Хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,1	71,1	71,1
Всього за сніданок:				18,27	18,27	20,39	13,13	13,13	14,62	65,37	75,35	90,19	380,06	417,96	471,9

Обід															
Розсольник з сметаною	150	150	200	2,51	2,51	3,05	3,02	3,02	4,21	10,65	10,65	14,22	76,83	76,83	104,49
Нагетси курячі	56	56	75	11,96	11,96	15,99	4,1+6	4,16	5,35	12,1	12,1	16,5	136,47	136,47	181,95
Макарони з маслом	70	70	90	2,11	2,11	3,16	2,03	2,03	2,5	13,98	13,98	20,97	83,93	83,98	120,94

Пюре з бурякове	55	55	75,00	2,90	2,90	3,7	0,06	0,06	0,08	23,98	24,98	21,47	52,17	55,96	73,35
Компот із сухофруктів	150	150	180	0,23	0,23	0,23	0	0	0	5,51	5,51	10,50	20,10	20,10	39,05
Хліб пшенично - житній цільнозерновий	30	30	30	2,10	2,10	2,10	2,40	2,40	2,40	9,90	9,90	9,90	71,10	71,10	71,10
Всього за обід:				21,81	21,81	28,23	7,51	11,67	14,54	76,12	77,12	93,56	440,6	444,44	590,88

Найменування продукту	Маса нетто			Хімічний склад											
				Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7)років
Вечеря															
Каша молочна рисова з маслом	150	150	180	3,98	3,98	5,99	4,14	4,14	4,97	13,72	17,05	20,46	108,02	120,65	144,79
Какао	150	150	180	5,02	5,02	6,02	4,24	4,24	5,1	8,06	8,06	9,67	89,2	89,2	107,04
Фрукти свіжі	90	90	130	0,31	0,31	0,45	0,31	0,31	1,86	8,25	8,25	11,88	35,73	35,73	51,42
Всього за вечерю:				9,31	9,31	12,46	8,69	8,69	11,93	30,03	33,36	42,01	232,95	245,58	303,25
Всього за день:				49,39	49,39	61,08	29,33	33,49	41,09	171,52	185,83	225,76	1053,61	1107,98	1366,03

Всього за тиждень:				255,37	256,37	332,76	186,76	190,92	245,915	649,92	712,47	909,255	4943,44	5243,3	6734,99
---------------------------	--	--	--	--------	--------	--------	--------	--------	---------	--------	--------	---------	---------	--------	---------



