

ПОГОДЖЕНО

Начальник Полтавського районного управління
Головного управління Держпродспоживслужби
у Полтавській області



В.В. Парашенко

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о. директора Зіньківського опорного
ліцею імені М.К.Зерова
Зіньківської міської ради



С.М.Боровик

ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ СЕЗОННЕ МЕНЮ
для організації одноразового харчування
у філії «Бірківська гімназія Зіньківського опорного ліцею імені М.К.Зерова
Зіньківської міської ради»
на весняний період 2024 року

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність 6-11р				Енергетична цінність для дітей 11-14 р.				Енергетична цінність для дітей 14-18 р.							
		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	
			Енерго-цінність,	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и,г		Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Вуглево ди,г		Енерго-цінність,	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
		Понеділок															
№1.28		Салат з капустою та морквою	100	64,02	1,51	3	6	100	64,02	1,51	3	6	100	64,02	1,51	3	6
№3.05	Я	Фрітата	50	87,0	6,0	6,0	0,4	50	87,0	6,0	6,0	0,4	50	87,0	6,0	6,0	0,4
№08.26	Г.МП.Л	Каша пшенична	120	143,30	4,80	2,40	25,20	150	179,10	6,00	3,00	31,50	150	179,10	6,00	3,00	31,50
	МП.Л	Йогурт (МП,Л)	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00
	Г.МП.Л	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
№12.01		Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80
		Всього	475	395,3	13,81	11,05	73,23	525	478,1	16,01	13,65	86,23	525	478,1	16,01	13,65	76,23
		Вівторок															
№1.20	Г.Ц	Салат з капусти,моркви та зеленого	100	67,98	1,98	3,65	6,21	100	67,98	1,98	3,65	6,21	100	67,98	1,98	3,65	6,21
№6.04	Р.	Фрикадельки рибні	60	48,7	8,9	1,5	1,1	90	73,0	13,4	2,2	1,6	90	73,0	13,4	2,2	1,6
№ 1.1	Г.МП.Л	Макарони відварені	120	168	4,4	3,96	28,4	150	210	5,6	5	46,2	150	210	5,6	5	46,2
№11.04		Кисіль ягідний	200	84,20	0,30	0,00	19,9	200	84,20	0,30	0,00	19,9	200	84,20	0,30	0,00	19,9
	Г.	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
	МП.Л	Сир твердий(МП,Л)	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0
№12.01		Яблуко свіже	50	26,20	0,20	0,20	5,90	50	26,20	0,20	0,20	5,90	50	26,20	0,20	0,20	5,90
		Всього	575	520,08	21,28	15,71	71,51	655	633,38	27,98	19,45	96,51	655	633	27,98	19,45	96,51
		Середа															
№2	Г.	Капуста тушкована	50	41	1,3	1,8	4,8	50	41	1,3	1,8	4,8	50	41	1,3	1,8	4,8
	МП.Л	Сир твердий(МП,Л)	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0
№4.04	Я.Г.МП.	Куриця нагетси	85	186,3	15,1	7,7	17,7	100	219,24	17,22	9,07	20,8	100	219,24	17,22	9,07	20,8
№10.05	Г	Соус Кетчуп	25	13,2	0,3	0	3	25	13,2	0,3	0	3	25	13,2	0,3	0	3
№08.28	МП.Л	Гречана каша з чебрецем	120	132,70	4,10	3,10	24,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10
№11.11		Чай каркаде без цукру	200	10	0,6	0	1	200	10	0,6	0	1	200	10	0,6	0	1
№12.01		Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,20	21,80
		Всього	595	489,60	25,30	17,40	62,40	640	555,64	28,52	19,57	71,50	640	556	28,52	19,37	81,50
		Четвер															
№1.28		Салат з капусти з ароматною олією	100	70,31	1,48	5,08	3,8	100	70,31	1,48	5,08	3,8	100	70,31	1,48	5,08	3,8
№08.13	МП.Л	Картопляне пюре з орегано	120	171,3	2,9	8,4	21,1	150	214,1	3,6	10,5	26,4	150	214,1	3,6	10,5	26,4
№07.20	МП.Л.Г.	Вареники лінійні(сир кис.70)	100	80,80	0,20	0,70	18,70	150	80,80	0,20	0,70	18,70	150	80,80	0,20	0,70	18,70
№10.12	МП.Л	Соус до лінійних вареників	25	56,10	0,70	5,00	1,90	25	56,10	0,70	5,00	1,90	25	56,10	0,70	5,00	1,90
		Сік фруктовий пастерезований	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50
		Всього	475	477,17	6,43	19,14	68,02	505	520,01	12,20	21,28	73,3	505	520,01	7,18	21,28	73,3
		П'ятниця															
№4.03	МП.Л	Огірок квашений	50	6,5	0,4	0,1	1,2	50	6,5	0,4	0,1	1,2	50	6,5	0,4	0,1	1,2
№11.05	МП.Л	Куліш з курячим м'ясом	180	270,10	15,60	12,20	26,70	250	375,10	21,70	16,90	37,00	250	375,10	21,70	16,90	37,00
	МП.Л	Какао на молоці	150	84,36	4,58	4,13	7,39	150	84,36	4,58	4,13	7,39	150	84,36	4,58	4,13	7,39
	Г.	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
№12.01		Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80
		Всього	510	527,0	24,1	18,6	67,1	600	679,0	31,2	25,3	84,1	600	679,0	31,2	25,3	61,4

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування стран	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.						
		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		
			Енерго-цінність,	Білки, г	Жири, г	Вуглевод н,г		Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Вуглевод ли,г		Енерго-цінність,	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
		3-й тиждень																
		Понеділок																
		Огірок квашений	50	6,5	0,4	0,1	1,2	50	6,5	0,4	0,1	1,2	50	6,5	0,4	0,1	1,2	
		Макарони відварені	120	168	4,4	3,96	28,4	150	210	5,6	5	46,2	150	210	5,6	3,60	37,70	
№1.1	МП,Л	Фрітата	50	87,0	6,0	6,0	0,4	50	87,0	6,0	6,0	0,4	50	87,0	6,0	6,0	0,4	
№3.01	Я,Л,Г	Какао на молоці без цукру(молоко)	200(190)	112,50	6,10	5,50	9,90	200	112,50	6,10	5,50	9,90	200	112,50	6,10	5,50	9,90	
№11.05	МП,Л	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70	
	Г.	Хліб цільнозерновий(Г)	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	11,80	
№12.01		Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	11,80	
		Всього	550	453	14,4	11,76	71,7	600	542	16,60	14,8	96,2	600	542	16,6	13,4	77,7	
		Вівторок																
		Салат з капустию та морквою	100	64,02	1,51	3	6	100	64,02	1,51	3	6	100	64,02	1,51	3	6	
№1.24		Фрикадельки рибні	60	48,7	8,9	1,5	1,1	90	73,0	13,4	2,2	1,6	90	73,0	13,4	2,2	1,6	
№6.01	Г,Я,Р	Рис з кминном	120	163,60	3,70	2,90	30,20	150	204,50	4,60	3,60	37,70	150	204,50	4,60	3,60	37,70	
№08.03	Г,МП,Л	Кисіль ягідний(ягоди)	200(48)	84,20	0,30	0,00	19,9	200	84,20	0,30	0,00	19,9	200	84,20	0,30	0,00	19,9	
№11.04		Сир твердий	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	
	МП,Л	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70	
	Г.	Хліб цільнозерновий(Г)	50	26,20	0,20	0,20	5,90	50	26,20	0,20	0,20	5,90	50	26,20	0,20	0,20	5,90	
№12.01		Яблуко свіже	50	26,20	0,20	0,20	5,90	50	26,20	0,20	0,20	5,90	50	26,20	0,20	0,20	5,90	
		Всього	535	447,70	20,11	14,45	72,93	655	559,90	26,51	17,85	87,63	655	559,90	26,51	17,85	87,63	
		Середа																
		Салат з капусти з ароматною олією	100	70,31	1,48	5,08	3,8	100	70,31	1,48	5,08	3,8	100	70,31	1,48	5,08	3,8	
№1.28		Запечене філе курки з орегано	75	134,8	21,9	4,7	0	75	134,8	21,9	4,7	0	75	134,8	21,9	4,7	0	
№4.10	Г,Я	Каша пшенична	120	143,30	4,80	2,40	25,20	150	179,10	6,00	3,00	31,50	150	179,10	6,00	3,00	31,50	
№08.26	Г,МП,Л	Йогурт	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00	
	МП,Л	Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	
№12.01		Всього	520	486,81	32,58	15,58	50,8	550	522,61	33,78	16,18	57,1	550	522,61	33,78	16,18	57,1	
		Четвер																
		Калуста тушкована	50	41	1,3	1,8	4,8	50	41	1,3	1,8	4,8	50	41	1,3	1,8	4,8	
№2		Гречана каша з чебрецем	120	132,70	4,10	3,10	24,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10	
№08.01	МП,Л	Вареники ливий(сир кисл.)	100	80,80	0,20	0,70	18,70	150	80,80	0,20	0,70	18,70	150	80,80	0,20	0,70	18,70	
	МП,Л,Я,Г	Соус до ливийних вареників	25	56,10	0,70	5,00	1,90	25	56,10	0,70	5,00	1,90	25	56,10	0,70	5,00	1,90	
№10.12	МП,Л	Чай каркаде без цукру	125	10,00	0,60	3,00	1,00	125	10,00	0,60	3,00	1,00	125	10,00	0,60	3,00	1,00	
№11.11		Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70	
№12.01	Г.	Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	
		Всього	650	352,60	7,50	6,30	67,6	750	432,70	9,60	9,10	60,5	750	432,70	9,6	9,1	60,5	
		П'ятниця																
		Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100	67,98	1,98	3,65	6,21	100	67,98	1,98	3,65	6,21	100	67,98	1,98	3,65	6,21	
№08.13	МП,Л	Картопляне пюре з орегано	120	171,3	2,9	8,4	21,1	150	214,1	3,6	10,5	26,4	150	214,1	3,6	10,5	26,4	
	МП,Л	Сир твердий	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	
№4.09	Я,Г,МП,Л	Курячі нагетси	85	186,3	15,1	7,7	17,7	100	219,24	17,22	9,07	20,8	100	219,24	17,22	9,07	20,8	
№10.05	Г.	Соус "Кетчуп"	25	13,2	0,3	0	3	25	13,2	0,3	0	3	25	13,2	0,3	0	3	
	Г.	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70	
		Сік фруктовий пастеризований	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	
		Всього	575	662,4	26,9	26,11	80,53	640	785,22	30,8	31,62	95,61	640	785,22	30,8	31,62	95,61	

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					
		4-тиждень	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
				Енерго- цінність,	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність,	Білки, г	Жири, г	Вуглево- ди, г		Енерго- цінність,	Білки, г	Жири, г	Вуглевод- и, г
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Понеділок																	
№ 1.24		Салат з капусти з ароматною олією □	100	70,31	1,48	5,08	3,8	100	70,31	1,48	5,08	3,8	100	70,31	1,48	5,08	3,8
	Я	Яйце відварене	1шт	61	5,2	4,2	0,4	1шт	61	5,2	4,2	0,4	1шт	61	5,2	4,2	0,4
№08.03	МПЛ	Рис з кмином	120	163,60	3,70	2,90	30,20	150	204,50	4,60	3,60	37,70	150	204,50	4,60	3,60	37,70
	МПЛ	Сир твердий	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0
		Сік фруктовий пастерезований	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50
		Всього	335	447,4	15,1	16,6	56,9	515	488,3	16,0	17,3	64,4	515	488,3	16,0	17,3	64,4
			465														
Вівторок																	
№1.1		Капуста тушкована	50	41	1,3	1,8	4,8	50	41	1,3	1,8	4,8	50	41	1,3	1,8	4,8
№6.06	Я,Р,Г	Фрикадельки рибні	60	48,7	8,9	1,5	1,1	90	73,0	13,4	2,2	1,6	90	73,0	13,4	2,2	1,6
	МПЛ	Сир твердий	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0
№08.25	М,П,Л,Г	Макарони відварені	120	168	4,4	3,96	28,4	150	210	5,6	5	46,2	150	210	5,6	5	27,9
№11.11		Чай каркаде без цукру	125	10,00	0,60	3,00	1,00	125	10,00	0,60	3,00	1,00	125	10,00	0,60	3,00	1,00
№12.01		Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	11,80
	Г	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
		Всього	500	487,70	22,20	16,86	67,10	580	601,00	28,90	20,60	92,10	580	601	28,90	20,60	63,80
Середа																	
№1.1		Морквяна ікра	50	45	0,9	2,6	4,5	50	45	0,9	2,6	4,5	50	45	0,9	2,6	4,5
№4.03	МПЛ	Кулші з курячим м'ясом	180														
№4.09	Г	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	20,80
	МПЛ	Йогурт(МПЛ)	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00
№12.01		Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80
		Всього	485	524,50	22,90	20,20	63,00	575	676,50	30,00	26,90	80,00	575	677	30,00	26,90	77,20
Четвер																	
		Огірок квашений	50	6,5	0,4	0,1	1,2	50	6,5	0,4	0,1	1,2	50	6,5	0,4	0,1	1,2
№08.12	МПЛ	Відварена картопля з вершковим маслом	120	151,40	2,20	7,50	18,80	150	189,30	2,70	9,40	23,50	150	189,30	2,70	9,40	23,50
№07.13	МПЛ,Г	Львівський сирник з морською та сметаною	100 /15	228,73	12,85	12,51	15,92	150 /15	327,65	19,05	17,26	23,65	150 /15	327,65	19,05	17,26	23,65
		(сир кисло,овочі) смет для подачі	(60/30)15	84,36	4,58	4,13	7,39	150	84,36	4,58	4,13	7,39	150	84,36	4,58	4,13	7,39
	Г	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
№12.01		Яблуко свіже	50	26,20	0,20	0,20	5,90	50	26,20	0,20	0,20	5,90	50	26,20	0,20	0,20	5,90
№11.03		Узвар без цукру	150	80,80	0,20	0,70	18,70	150	80,80	0,20	0,70	18,70	150	80,80	0,20	0,70	18,70
		Всього	560	648,99	22,43	27,14	77,91	600	832,81	30,13	35,79	97,04	600	833	30,13	35,79	97,04
П'ятниця																	
№1.20	Г,Ц	Салат з капусти,моркви та зеленого горошку	100	67,98	1,98	3,65	6,21	100	67,98	1,98	3,65	6,21	100	67,98	1,98	3,65	6,21
№1.1	Г,МПЛ	Макарони відварені	120	168	4,4	3,96	28,4	150	210	5,6	5	46,2	150	210	5,6	5	46,2
№4.09	Г	Курячі нагетси	85	186,3	15,1	7,7	17,7	100	219,24	17,22	9,07	20,8	100	219,24	17,22	9,07	
№10.05	Г,Я	Соус "Кетчуп"□	25	13,2	0,3	0	0	25	13,2	0,3	0	0	25	13,2	0,3	0	3
№11.05	МПЛ	Какао на молоці	150	84,36	4,58	4,13	7,39	150	84,36	4,58	4,13	7,39	150	84,36	4,58	4,13	7,39
№12.01		Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	11,80
		Всього	580	614,84	27,86	19,64	84,5	625	689,78	31,18	22,05	105,4	625	689,78	31,18	22,05	74,6

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність 6-11р					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.						
		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		
		Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Вуглево-ди,г	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Вуглево-ди,г	Енерго-цінність	Білки, г	Жири, г	Вуглево-ди, г					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
		2-тиждень																
		Понеділок																
№1.28		Огірок квашений	50	6,5	0,4	0,1	1,2	50	6,5	0,4	0,1	1,2	50	6,5	0,4	0,1	1,2	
№08.27	МП.Л	Каша пшенична	120	143,30	4,80	2,40	25,20	150	179,10	6,00	3,00	31,50	150	179,10	6,00	3,00	31,50	
№ 453	Я.	Йогурт	1штг	61	5,2	4,2	0,4	1штг	61	5,2	4,2	0,4	1штг	61	5,2	4,2	0,4	
№11.05	МП.Л	Какао на молоці	200	112,50	6,10	5,50	9,90	200	112,50	6,10	5,50	9,90	200	112,50	6,10	5,50	9,90	
№12.01		Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	
		Всього	550	418,1	18	12,44	58,5	600	453,9	19,20	13,04	64,8	600	453,9	19,2	13,04	56,4	
		Вівторок																
№1.1		Морквяна ікра	50	45	0,9	2,6	4,5	50	45	0,9	2,6	4,5	50	45	0,9	2,6	4,5	
№08.26	МП.Л	Рис з кмином	120	163,60	3,70	2,90	30,20	150	204,50	4,60	3,60	37,70	150	204,50	4,60	3,60	37,70	
№6.03	Р.Я	Фрикадельки риби	60	48,7	8,9	1,5	1,1	90	73,0	13,4	2,2	1,6	90	73,0	13,4	2,2	1,6	
	МП.Л	Сир твердий(МП.Л)	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	
№11.03		Узвар без цукру	150	80,80	0,20	0,70	18,70	150	80,80	0,20	0,70	18,70	150	80,80	0,20	0,70	18,70	
	Г.	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70	
№12.01		Яблуко свіже	50	26,20	0,20	0,20	5,90	50	26,20	0,20	0,20	5,90	50	26,20	0,20	0,20	5,90	
		Всього	475	481,20	20,10	15,10	66,00	555	601,50	25,80	17,70	85,10	555	602	25,80	17,70	85,10	
		Середа																
№ 1.28		Салат з капусти з аром олією	100	70,31	1,48	5,08	3,8	100	70,31	1,48	5,08	3,8	100	70,31	1,48	5,08	3,8	
№4.09	Г.Л.Я.М.П.	Курячі нагетси							85									
№ 10.05	Г.	Соус "Кетчуп"		25	13,2	0,3	0	3	25	13,2	0,3	0	3	25	13,2	0,3	0	3
№	Л	Макарони відварені	120	168	4,4	3,96	28,4	150	210	5,6	5	46,2	150	210	5,6	5	46,2	
	МП.Л	Йогурт	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00	
	Г	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70	
№12.01		Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	
		Всього	455	459,20	20,65	17,21	57,88	525	568,02	26,42	21,89	68,67	525	568	26,42	21,42	68,67	
		Четвер																
№1.1		Морквяна ікра	50	45	0,9	2,6	4,5	50	45	0,9	2,6	4,5	50	45	0,9	2,6	4,5	
№08.26	МП.Л	Гречана каша з чебрецем	120	132,70	4,10	3,10	24,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10	
№07.20	МП.Л.Я.Г	Вареники літні(сир кис 70)	100	80,80	0,20	0,70	18,70	150	80,80	0,20	0,70	18,70	150	80,80	0,20	0,70	18,70	
№ 10.12	МП.Л	Соус до літніх вареників	25	56,10	0,70	5,00	1,90	25	56,10	0,70	5,00	1,90	25	56,10	0,70	5,00	1,90	
		Сік фруктовий пастеризований	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	
		Всього	550	522	9	5	76,4	650	492	11,1	7,8	92,4	650	492	8,2	12,2	75,8	
		П'ятниця																
№1.24		Салат з капустою та морквою	100	64,02	1,51	3	6	100	64,02	1,51	3	6	100	64,02	1,51	3	6	
№08.13	МП.Л	Картопляне пюре з орегано	120	171,3	2,9	8,4	21,1	150	214,1	3,6	10,5	26,4	150	214,1	3,6	10,5	26,4	
№4.17		Чахохбілі з куркою	100	126,29	15,20	4,48	5,30	150	189,40	22,80	6,70	7,90	150	189,40	22,80	6,70	7,90	
№11.05	МП.Л	Сир твердий(МП.Л)	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	15	54	3,5	4,4	0	
	Г.	Хліб цільнозерновий(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70	
№12.01		Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	
		Всього	465	517,6	26,6	22,9	64,1	565	670,5	35,9	29,3	78,6	565	670,5	35,9	29,3	68,6	