

ПОГОДЖЕНО

Листом Головного Управління
Держпродспоживслужби в
Харківській області
вих. № _____ від _____ 2021

ЗАТВЕРДЖЕНО

Завідувач комунального закладу
«Дошкільний навчальний заклад
(ясла-садок) № 136 Харківської
міської ради»

_____ 2021 року
«__» _____

**Примірне
чотиритижневе меню**

**комунального закладу «Дошкільний навчальний заклад
(ясла-садок) № 136 Харківської міської ради»
(для дітей дошкільних навчальних закладів (груп) загального типу)
(при триразовому харчуванні п'ятиденний термін перебування)
згідно з п.1.12,1.13 «Інструкції з організації харчування дітей
у дошкільних навчальних закладах», затвердженої спільним наказом
Міністерства освіти і науки України та Міністерства охорони здоров'я
України від 17.04.2006 № 298/227 «Про затвердження Інструкції
з організації харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»
та постанови КМУ № 305 від 24.05.2021**

на зимовий період

**ПОНЕДІЛОК
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша ячна в'язка з вершковим маслом	80	100	Крупа ячна	17/22	17/22
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Ячня з хлібом і зеленою цибулею	56	58	Яйце	1/1	40/40
				Хліб пшеничний	10/10	10/10
				Цибуля зелена	10/13,4	6/8
	Гарбуз тушкований або Морква тушкована	47	63	Гарбуз	77/103	54/72
		50	66	Морква 12 міс 01-02 міс	67,5/90 72/96	54/72
				Олія	1,5/2	1,5/2
	Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Сир твердий	10	15	Сир твердий	10/15	10/15
Фрукти свіжі	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
Чай з цукром	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-7,5	-7,5	
Обід	Суп гречаний з вершковим маслом	200	250	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Картопля 12 міс 01-02 міс	54,3/71,5 58,5/77	38/50
				Крупа гречана	8/10	8/10
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Голубці з м'ясом птиці	115	147	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Капуста	37,5/45	30/36
				Рис	14/18	14/18
				Олія	5/5,5	5/5,5
				Томат паста	2/2	2/2
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Сметана	15/25	15/25
	Цибуля	9,6/14,3	8/12			
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-10	-10	
Вечеря	Піджарка із м'яса птиці з макаронами відвареними	29	37	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
		80	100	Локшина	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	2,5/2,5	2,5/2,5
	Вінегрет	94	118	Картопля 12 міс 01-02 міс	60/71,5 64,7/77	42/50
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/12,5 10,7/13,4	8/10
				Буряк 12 міс 01-02 міс	20/2,5 21,4/39,4	16/22
				Огірок солоний	-18	-14
				Капуста квашена	-23	-16
				Горошок зелений морожений	22/-	22/-
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	1,5/2	1,5/2
	Свіжі фрукти	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
	Какао	150	200	Какао	5/6	5/6
				Молоко	150/200	150/200
Цукор				-7,5	-7,5	

ВІВТОРОК І ТИЖДЕНЬ

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша пшоняна молочна з маслом вершковим	200	250	Молоко	150/200	150/200
				Крупа пшоняна	16/20	16/20
				Цукор	-/3	-/3
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Ікра з моркви	54	72	Морква 12 міс 01-02 міс	66,3/87,5 70,7/93,4	53/70
				Цибуля	8,4/15	7/10
				Томатна паста	1/1,5	1/1,5
				Олія	4/4,5	4/4,5
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Свіжі фрукти або морожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	
Обід	Борщ	200	250	Капуста	30/42,5	24/34
				Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Буряк 12 міс 01-02 міс	15/14,7 16/18,7	12/14
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/10,7	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	2/2	2/2
				Цукор	-/1	-/1
				Томат-паста	2/2	2/2
	Плов із м'ясом птиці	125	160	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Рис	28/35	28/35
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/10,7	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	3/3,5	3/3,5
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Кисіль із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
				Цукор	-/9	-/9
Вечеря	Ковбаски рибні українські	50	72	Олія	1,5/2	1,5/2
				Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Яйце	1\10/1\10	4/4
	Сухарі панірувальні	8/10	8/10			
	Картопляне пюре	80	97	Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат з капусти та моркви	52	68	Капуста	57,5/75	46/60
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/10,7	6/8
				Олія	1/1	1/1
	Млинці	80	100	Борошно	50/60	50/60
				Цукор	-/7,5	-/7,5
Яйце				1\10/1\10	4/4	
Молоко				130/176	130/176	
Олія				1,5/1,5	1,5/1,5	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	

**СЕРЕДА
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто			
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років						
Сніданок	Лінові вареники з вершковим маслом	133	170	Сир кисломолочний	100/125	100/125			
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5			
				Яйце	1\10/1\10	4/4			
				Крупа манна	9/12	9/12			
				Цукор	-/2,5	-/2,5			
	Буряк тушкований з яблуком	103	137	Буряк 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80			
				Яблуко	68,2/91	60/80			
				Олія	4/4,5	4/4,5			
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30			
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3				
			Цукор	-/5	-/5				
Обід	Суп вівсяний	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21			
				Олія	2/2	2/2			
				Крупа вівсяна	16/20	16/20			
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/10,7	6/8			
				Цибуля	7,2/9,6	6/8			
	Свинина тушкована з капостою	74	99	М'ясо свинина	45/60	45/60			
				Цибуля	7,2/9,6	6/8			
				Олія рослинна	2,5/2,5	2,5/2,5			
				Капуста	42,5/55	34/44			
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30			
				Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25
							Цукор	-/10	-/10
Вечеря	Нагетси курячі з тушкованою картоплею	56/66	73/84	М'ясо куряче філе	45/60	45/60			
				Сухарі	10/15	10/15			
				Борошно	10/15	10/15			
				Яйце	1\4/1\4	10/10			
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79			
				Цибуля	4,8/8,4	4/7			
				Морква 12 міс 01-02 міс	5/8,8 5,4/9,4	4/7			
				Олія рослина	2,5/2,5	2,5/2,5			
	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5						
	Огірок квашений порційний Морква терта	- 52	66 -	Огірок квашений	-/65	-/66			
				Морква 12 міс 01-02 міс	65/- 69,4/-	52/-			
	Пиріг із свіжими фруктами	83	105	Борошно	45/55	45/55			
				Яйце	1\8/1\8	5/5			
				Молоко	15/20	15/20			
				Цукор	-/7,5	-/7,5			
Фрукти свіжі або заморожені				68,2/91 60/80	60/80				
Дріжджі				2/3	2/3				
Олія				1,5/2	1,5/2				
Молоко кип'ячене	135	180	Молоко	135/180	135/180				

**ЧЕТВЕР
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Омлет із вівсяними пластівцями запечений	115	149	Молоко	50/70	50/70
				Яйце	1/1	40/40
				Геркулес	10/15	10/15
				Цукор	-/3	-/3
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Овочі тушковані	48	64	Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Капуста	57,5/75	46/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Сир твердий	10	15	Сир твердий	10/15	10/15
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	
Обід	Щі зі свіжої капусти	200	250	Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Капуста	45/55	36/44
				Томатна паста	1/2	1\2
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Олія	2/2	2/2
	Курчата в сметані	42/15	56/15	Курка	74/99	45/60
				Сметана	15/25	15/25
				Олія	3/3,5	3/3,5
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
	Каша гречана розсипчаста	80	100	Крупа гречана	38/47	38/47
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Яблуко запечене з цукром	48	64	Яблуко	68,2/91	60/80
				Цукор	-/10	-/10
Сік	120	180	Сік	100/120	100/120	
Вечеря	Січеники з риби	52	76	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Яйце	1/10/1/10	4/4
				Борошно	10/15	10/15
				Олія	2/2	2/2
	Ризотто з овочами	120	160	Рис	17/22	17/22
				Морква 12 міс 01-02 міс	21,3/32,5 22,7/34,7	17/26
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Зелений горошок морожений	27\30	27/30
	Какао	150	200	Какао	5/6	5/6
Цукор				-/7,5	-/7,5	
Молоко				150/200	150/200	

**П'ЯТНИЦЯ
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Манник із сиром	146	181	Сир кисломолочний	88/110	88/110
				Крупа манна	10/12	10/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Молоко	18/23	18/23
				Цукор	-3,5	-3,5
				Олія	1/1	1/1
	Котлети морквяні	108	144	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Яйце	1\10\1\10	4/4
				Крупа манна	7/10	7/10
				Борошно	8/10	8/10
				Олія	3/3,5	3/3,50
				Сухарі панірувальні	5/5	5/5
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	45/59	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91	60/80	
			Цукор	-/4	-/4	
Обід	Суп Болгарський	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Крупа пшенична	10/10	10/10
	Картопляна запіканка з м'ясом яловичини	91	112	М'ясо яловичини м'якоть	45/60	45/60
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Борошно	10/12	10/12
				Яйце	1\10\1\10	4/4
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Пиріжок з капустою	84	106	Масло вершкове	1/1,5	1/1,5
				Борошно	45/55	45/55
				Молоко	15/20	15/20
				Яйце	1\10\1\10	4/4
				Олія	1/1	1/1
				Масло вершкове	1/1	1/1
				Цукор	-/3	-/3
				Капуста	37,5/50	30/40
				Морква 12 міс 01-02 міс	4/6,2 5,4/6,6	4/5
Цибуля				4,8/6	4/5	
Узвар	150	180	Дріжджі	1/1	1/1	
			Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/7	-/7	
Вечеря	Біфштекс з м'яса птиці	53	69	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Хліб	8/10	8/10
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Яйце	1\10\1\10	4/4
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Макарони відварені з маслом вершковим	80	100	Макарони	27/34	27/34
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат з відвареного буряка та цибулі	50	65	Буряк 12 міс 01-02 міс	51,3/68,8 54,7/73,4	41/55
				Цибуля	13,2/15,5	11/13
				Олія	2/2	2/2
	Яблуко печене з цукром	48	64	Яблуко	68,2/91	60/80
				Цукор	-/7,5	-/7,5
	Кефір або йогурт	100	125	Кефір або йогурт	100/125	100/125
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30

**ПОНЕДІЛОК
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша «Асорті» з маслом вершковим	80	100	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Рис	7/9	7/9
				Крупа перлова	6/8	6/8
				Крупа гречана	18/22	18/22
	Омлет з овочами	56	69	Яйце	1/1	40/40
				Молоко	10/20	10/20
				Борошно	2/3	2/3
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/10,7	6/8
	Салат з моркви та яблука	108	144	Морква 12 міс 01-02 міс	60/80 64/85,4	48/64
				Яблуко	68,2/91	60/80
	Сир твердий	10	15	Сир твердий	10/15	10/15
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Обід	Картопляний крем суп з гренками	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	114,3/142,9 123,2/153,9	80/100
				Гренки	10/10	10/10
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія рослина	1,5/1,5	1,5/1,5
	М'ясні кульки з м'яса птиці сметанному соусі з рисовою кашею в'язкою	58/15	76/15	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
		80	100	Хліб	8/10	8/10
				Борошно	5/5	5/5
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Сметана	15/25	15/25
				Олія рослинна	1,5/2	1,5/2
				Рис	17/25	17/25
	Салат з зеленого горошку та цибулі	36	45	Зелений горошок морожений	32\40	32/40
				Олія	2/2	2/2
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Котлети по домашньому з м'яса птиці	51	69	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Яйце	1\8/1\8	5/5
				Олія рослина	2/2	2/2
				Сухарі	8/15	8/15
				Цибуля	6/6	5/5
	Каша ячна розсипчаста	80	100	Крупа ячнева	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат капусти	54	70	Капуста	55/70	44/56
				Морква 12 міс 1-02 міс	10\15 10,7/16	8/12
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Свіжі фрукти	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
	Какао	150	200	Какао	0,2/0,3	0,2/0,3
				Молоко	150/200	150/200
Цукор				-/7,5	-/7,5	

**ВІВТОРОК
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Молочний суп з макаронними виробами з вершковим маслом	200	250	Макаронні вироби	26/33	26/33
				Цукор	-/3	-/3
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Молоко	150/200	150/200
	Морква тушкована	55	74	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Яблуко печене з цукром	48	64	Яблуко	68,2/91	60/80
Цукор				-/4,5	-/4,5	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Обід	Суп перловий	200	250	Олія	2/2	2/2
				Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Крупа перлова	8/10	8/10
	Чахохбілі з куркою та картопляним пюре	65/80	85/97	Курка	74/98	45/60
				Цибуля	14,3/24	12/20
				Томат паста	3/5	3/5
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Капуста тушкована з чорносливом	30	35	Олія	1/1,5	1/1,5
				Капуста	35/40	28/32
Цибуля				4,8/4,8	4/4	
Чорнослив				5/7	5/7	
Хліб житній	30	30	Олія	2/2	2/2	
Узвар	150	180	Хліб	30/30	30/30	
			Сухофрукти	15/18	15/18	
Вечеря	Тюфтельки рибні	52	79	Цукор	-/7,5	-/7,5
				Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Молоко	7/13	7/13
				Хліб	5/10	5/10
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Буряк тушкований	46	61	Яйце	1\10/1\10	4/4
				Олія	2/2	2/2
				Буряк	61,4/80	46/60
	Хліб	30	30	Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Олія	1,5/2	1,5/2
	Шарлотка з яблуком	83	105	Хліб	30/30	30/30
				Яблуко	68,2/91	60/80
				Борошно	45/55	45/55
				Яйце	1\8/1\8	5/5
Масло вершкове				2/2,5	2,2,5	
Олія				0,5/0,5	0,5/0,5	
Кефір або йогурт	100	125	Цукор	-/7,5	-/7,5	
			Кефір або йогурт	100/125	100/125	

**СЕРЕДА
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто	
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років				
Сніданок	Сирники	165	206	Сир кисломолочний	100/125	100/125	
				Цукор	-/3	-/3	
				Крупа манна	13/16	13/16	
				Олія	3/3,5	3/3,5	
				Яйце	0,2/0,2	8/8	
	Морква тушкована	55	72	Морква 12 міс 01-02 міс	65/85 69,4/90,7	52/68	
				Цибуля	9,6/15	8/12	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
	Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти	68,2/91	60/80	
				Цукор	-/4,5	-/4,5	
Обід	Борщ український	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21	
				Буряк 12 міс 01-02 міс	18,8/25 20/26,8	15/20	
				Цибуля	9,6/14,3	8/12	
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12	
				Капуста	26,3/30	21/24	
				Сметана	5/5	5/5	
				Олія	2/2	2/2	
				Каша пшенична розсипчаста з маслом вершковим	80	100	Крупа пшенична
	Фрикадельки з м'яса птиці в соусі	52/10	67/10	М'ясо птиці філе	45/60	45/60	
				Хліб	10/10	10/10	
				Яйце	0,1/0,1	4/4	
				Цибуля	9,6/14,3	8/12	
				Борошно	4/7	4/7	
				Олія	3/3,5	3/3,5	
				Сметана	10/20	10/20	
	Кисіль із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6	
				Цукор	-/10	-/10	
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
	Вечеря	Тефтеля з м'яса яловичини та рису	80	108	М'ясо яловичини	45/60	45/60
					Рис	10/15	10/15
					Олія рослинна	2/2	2/2
Борошно					5/5	5/5	
Цибуля					7,2/9,6	6/8	
Яйце					0,2/0,2	8/8	
Картопля відварена з маслом вершковим		63	76	Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
Оладки з капусти		94	124	Капуста	67,5/90	54/72	
				Яйце	0,5/0,5	20/20	
				Крупа манна	7/10	7/10	
				Олія	2/2,5	2/2,5	
				Молоко	14/20	14/20	
Хліб пшеничний з сиром твердим		30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30	
				Сир твердий	10/15	10/15	
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3		
			Цукор	-/7,5	-/7,5		

**ЧЕТВЕР
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Молочна гречана каша	200	250	Крупа гречана	16/20	16/20
				Молоко	150/200	150/200
				Масло вершкове.	2/2,5	2/2,5
				Цукор	-/6	-/6
	Морква припущена з родзинками	53	70	Родзинки	3/4	3/4
				Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Цукор	-/1,5	-/1,5
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Яйце відварене	40	40	Яйце	1/1	40/40
	Сік	120	180	Сік	120/180	120/180
Фрукти свіжі	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
Обід	Суп картопляний	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	114,3/142,9 123,2/153,9	80/100
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Олія рослина	1,5/2	1,5/2
	Биточки з курячого м'яса	44	60	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Борошно	4/6	4/6
				Олія рослина	3,5/3,5	3,5/3,5
	Макарони відварені з вершковим маслом	80	100	Макарони	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат з огірка квашеного та цибулі	-	49	Огірок квашений	-/60	-/40
				Буряк	32/-	32/-
	Салат з буряка відвареного та цибулі	36	-	Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	1/1	1/1
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Риба в тесті	45	66	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Борошно	10/15	10/15
				Молоко	10/20	10/20
				Дріжджі	1/1	1/1
				Яйце	0,1/0,1	4/4
	Капуста тушкована	48	64	Капуста	55/70	44/56
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Олія	2/2	2/2
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Запіканка пшоняна	120	160	Пшоно	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Яйце	0,1/0,1	4/4
				Цукор	-/7,5	-/7,5
	Олія			Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
Олія				0,5/0,5	0,5/0,5	
Кефір або йогурт	100	125	Кефір або йогурт)	100/125	100/125	

**П'ЯТНИЦЯ
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Овочеve рагу з м'ясом птиці	36/52	48/67	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Капуста	45/60	36/48
				Томат паста	2/2	2/2
				Зелений горошок морожений	10/12	10/12
				Олія	3,5/4	3,5/4
	Манна запіканка з фруктовим соусом	110	140	Фрукти свіжі або морожені	68,2/91 60/80	60/80
				Цукор	-/3	-/3
				Крупа манна	17/22	17/22
				Борошно	4/4	4/4
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Какао	150	200	Какао	5/6	5/6	
			Молоко	150/200	150/200	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	
Обід	Капусняк на м'ясному бульйоні	200	250	Капуста квашена	-/47,2	-/33
				Капуста свіжа	52,5/28,8	42/23
				Морква 12 міс 01-02 міс	3,8/5 4/5,4	3/4
				Цибуля	3,6/4,8	3/4
				Томат-паста	2/2	2/2
				Пшоно	6/6	6/6
				Олія рослина	4/4	4/4
	Суфле м'ясне з овочами	30	40	М'ясо свинина м'якоть	45/60	45/60
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/10,7	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	1/1,5	1/1,5
	Вівсяна каша в'язка	80	100	Крупа вівсяна	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Вареники із сиром кисломолочним	150	180	Сир кисломолочний	80/100	80/100
				Борошно	65/75	65/75
				Яйце	0,2/0,2	8/8
				Молоко	30/40	30/40
				Цукор	-/2	-/2
	Морква тушкована з яблуком	110	147	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
				Яблуко	68,2/91	60/80
	Кисіль із свіжих фруктів	150	200	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
Цукор				-/5,5	-/5,5	

**ПОНЕДІЛОК
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша гречана в'язка з в/м	80	100	Крупа гречана	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Яйце відварене	1	1	Яйце	1шт/1шт	40/40
	Салат з капусти та моркви	60	80	Капуста	57,5/77,5	46/62
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/12,5 10,7/13,4	8/10
				Олія	4/4,5	4/4,5
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Фрукти свіжі	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
	Хліб пшеничний з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30
				Сир твердий	10/15	10/15
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Обід	Суп гороховий	200	250	Олія	2,0/2,5	2/2,5
				Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Горох	20/25	20/25
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Тушкована картопля з м'ясом птиці	75	133	Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	4,8/4,8	4/4
	Салат з капусти квашеної Салат з капусти свіжої	-	45	Капуста квашена	-/51,	-/36
		35	Капуста свіжа	35/-	28/-	
			Цибуля	7,2/9,6	6/8	
			Олія	1,5/1,5	1,5/1,5	
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Узвар	120	180	Сухофрукти	20/25	20/25
				Цукор	-/10	-/10
Вечеря	Тушковане куряче м'ясо з макаронами	36/80	48/100	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Олія	4/4,5	4/4,5
				Макарони	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат з відвареного буряка та яблука	110	147	Буряк 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Олія	2/2	2/2
				Яблуко	68,2/91	60/80
	Какао	150	200	Какао	5/6	5/6
Молоко				150/200	150/200	
Цукор				-/7,5	-/7,5	
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	

ВІВТОРОК ІІІ ТИЖДЕНЬ

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша геркулесова молочна з маслом вершковим	200	250	Молоко	150/200	150/200
				Крупа «Геркулес»	20/25	20/25
				Цукор	-7,5	-7,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Морква тушкована	55	73	Морква 12 міс 01-02 міс	65/85 69,4/90,7	52/68
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Олія	4/4,5	4/4,5
Фрукти сезонні	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Обід	Борщ на курячому бульйоні	200	250	Капуста	25/35	20/28
				Картопля 12 міс 01-02 міс	54,3/71,5 58,5/77	38/50
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/12,5 10,7/13,4	8/10
				Буряк 12 міс 01-02 міс	17,5/20 18,7/21,4	14/16
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Цукор	-2	-2
				Сметана	15/25	15/25
				Томат-паста	2/2	2/2
				Олія	3/3,5	3/3,5
	Пшенична каша в'язка та суфле з м'яса птиці	80	100	Крупа пшенична	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
		30	40	Олія	2/2	2/2
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/13,4	6/8
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
Компот із свіжих фруктів				150	180	Фрукти свіжі або заморожені
Вечеря	Риба тушкована в томатному соусі з відвареним рисом	43/80	65/100	Цукор	-8	-8
				Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Цибуля	3,6/4,8	3/4
				Морква 12 міс 01-02 міс	3,8/5 4/5,4	3/4
				Томат паста	2/3	2/3
				Цукор	-4	-4
				Рис	28/35	28/35
	Вінегрет	87	111	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Картопля	62/80	42/50
				Морква 12 міс 01-02 міс	26,3/12,5 28/13,4	21/10
				Буряк 12 міс 01-02 міс	31,3/27,5 33,4/29,4	25/22
				Огірок квашений	-18	-12
				Капуста квашена	-35	-18
				Олія	1,5/2	1,5/2
				Цибуля	9,6/12	8/10
Какао	150	200	Какао	5/6	5/6	
			Молоко	150/200	150/200	
			Цукор	-7,5	-7,5	

**СЕРЕДА
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто		
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років					
Сніданок	Запіканка сирно-вермішелева	165	206	Сир кисломолочний	100/125	100/125		
				Цукор	-/3	-/3		
				Яйце	0,1/01	4/4		
				Олія	2/2,5	2/2,5		
				Макаронні вироби	27/33	27/33		
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5		
	Морква терта	60	80	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80		
				Олія	2/2	2/2		
	Компот із фруктів	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3		
				Цукор	-/4,5	-/4,5		
Обід	Суп з галушками	200	250	Яйце	1\10/1\10	4/4		
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5		
				Молоко	10/14	10/14		
				Борошно	10/14	10/14		
				Морква 12 міс 01-02 міс	12,5/15 13,4/16	10/12		
				Цибуля	12/17,9	10/15		
	Тефтеля з м'яса свинини з тушкованими овочами	65/73	88/88	М'ясо свинини м'якоть	45/60	45/60		
				Рис	9/12	9/12		
				Цибуля	9,6/12	8/10		
				Морква 12 міс 01-02 міс	10//12,5 10,7/13,4	8/10		
				Яйце	1\10/1\10	4/4		
				Томат	2/2	2/2		
				Борошно	1/2	1/2		
				Олія рослина	5/5,5	5/5,5		
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30		
				Кисіль зі свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80
	Крохмаль картопляний	5/6	5/6					
	Цукор	-/10	-/10					
	М'ясо птиці тушковане з овочами та ячною кашею	55/80	73/100				М'ясо птиці філе	45/60
				Цибуля	9,6/12	8/10		
Олія рослинна				4/4,5	4/4,5			
Морква 12 міс 01-02 міс				11,3/15 12/16	9/12			
Борошно				1/2	1/2			
Крупа ячна				26/33	26/33			
Масло вершкове				2/2,5	2/2,5			
Томат квашений порційний/ Зелений горошок відварений	- 38	58 -	Помідор солоний	-/73	-/58			
			Зелений горошок морожений	43/-	43/-			
Хліб пшеничний з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30			
			Сир твердий	10/15	10/15			
			Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3
						Цукор	-/7,5	-/7,5

ЧЕТВЕР, III ТИЖДЕНЬ

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) р			
Сніданок	Омлет драчена з овочами	56	71	Яйця	1/ 1	40/40
				Цибуля	4,8/4,8	4/4
				Морква 12 міс 01-02 міс	17,5/28,8 18,7/30,7	14/23
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Молоко	10/20	10/20
				Борошно	2/3	2/3
	Буряк тушкований	36	46	Буряк 12 міс 01-02 міс	52,5/66,3 56/70,7	42/53
				Олія	2/2	2/2
	Каша вівсяна в'яза з вершковим маслом	80	100	Геркулес	20/25	20/25
				Вершкове масло	2/2,5	2/2,5
Яблуко запечене з цукром	48	64	Яблуко	68,2/91	60/80	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Хліб житній з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30	
			Сир твердий	10/15	10/15	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Обід	Суп овочевий з зеленим горошком та сметаною	200/15	250/15	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Горошок зелений морож.	10/15	10/15
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Капуста	32,5/38,8	26/31
				Сметана	15/25	15/25
	Каша розсипчаста перлова з вершковим маслом	80	100	Крупа перлова	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Гуляш з м'яса птиці	42	55	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Борошно	3/5	3/5
				Томат	2/2	2/2
				Цибуля	9,6/12	8/10
	Хліб житній	30	30	Олія рослина	3,0/3,0	3/3
Хліб				30/30	30/30	
Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Рибна котлета з картопляним пюре	56/80	78/97	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія рослинна	2,0/2,5	2/2,5
				Борошно	5/5	5/5
				Хліб	15/20	15/20
				Яйце	1/10/1/10	4/4
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Молоко	20/24	20/24
	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5			
	Салат з капусти	55	73	Капуста	57,5/77,5	46/62
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	Манна запіканка із фруктовим сиропом	80/40	100/50	Манка	18/22	18/22
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
Фрукти свіжі або заморожені				68,2/91 60/80	60/80	
Цукор				-/7,5	-/7,5	
Молоко кип'ячене	120	156	Молоко	120/156	120/156	

**П'ЯТНИЦЯ
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Сирно-пшенична запіканка з фруктовим соусом	180	200	Сир м'який	100/125	100/125
				Цукор	-/3,5	-/3,5
				Олія	0,5/0,5	05/0,5
				Крупа пшенична	16/20	16/20
				Яйце	1/10/1/10	4/4
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Фрукти свіжі або заморожені	22,8/34,2 20/30	20/30
	Морква тушкована	54	71	Морква 12 міс 01-02 міс	65/85 69,4/90,7	52/68
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Олія	3,5/4	3,5/4
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Компот із свіжих фруктів	100	125	Фрукти свіжі або заморожені	45,5/56,9 40/50	40/50	
			Цукор	-/4	-/4	
Обід	Суп картопляний	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	114,3/142,9 123,2/153,9	80/100
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Ковбаски львівські	53	67	М'ясо свинина м'якоть	45/60	45/60
				Яйце	1\8/1\8	5/5
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Сухарі панірувальні	10/10	10/10
				Олія	2/2	2/2
	Каша ячнева в'язка з маслом вершковим	80	100	Крупа ячнева	18/23	18/23
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат зі свіжої моркви та зеленого горошку	50	67	Морква 12 міс 01-02 міс	40/52,5 42,7/56	32/42
				Зелений горошок морожений	20/28	20/28
				Олія	1/1	1/1
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
Узвар із сухофруктів	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	М'ясо куряче тушковане з макаронними виробами	36/80	48/100	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Олія	2,5/3	2,5/3
				Цибуля	12/14,3	10/12
				Макаронні вироби	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат з буряка відвареного з цибулею	46	63	Цибуля	9,6/12	8/10
				Буряк 12 міс 01-02 міс	52,5/72,5 56/77,4	42/58
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	Йогурт	100	125	Йогурт	100/125	100/125
	Яблуко запечене з цукром	48	64	Яблуко	68/91	60/80
Цукор				-/7,5	-/7,5	

**ПОНЕДІЛОК
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Макаронні вироби з вершковим маслом	80	100	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Макаронні вироби	26/33	26/33
	Омлет	50	50	Яйце	1/1	40/40
				Молоко	15/15	15/15
				Борошно	2/2	2/2
				Олія	2/2	2/2
	Морквяна ікра	53	71	Морква 12 міс 01-02 міс	62,5/85 66,7/90,7	50/68
				Цибуля	12/14,3	10/12
				Олія рослинна	2/2,5	2/2,5
	Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30
Сир твердий	10	15	Сир твердий	10/15	10/15	
Чай з цукром	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Обід	Суп овочевий	200	250	Капуста	38,8/53,8	31/43
				Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/12,5 10,7/13,4	8/10
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія рослина	2/2	2/2
	Бефстроганов з м'яса птиці	67	80	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Сметана	15/25	15/25
				Цибуля	15,5/17,9	13/15
				Борошно	3/3	3/3
				Олія рослина	3/3,5	3/3,5
	Каша гречана розсипчаста з вершковим маслом	80	100	Крупа гречана	38/47	38/47
				Вершкове масло	2/2,5	2/2,5
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Кисіль із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або морожені	68,2/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
Цукор				-/10	-/10	
Вечеря	Котлета з м'яса птиці	55	75	М'ясо куряче філе	45/60	45/60
				Хліб	11/17	11/17
				Сухарі панірувальні	4/6	4/6
				Олія рослина	2/2	2/2,5
				Цибуля	9,6/12	8/10
	Картопляне пюре	80	97	Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	1/1,5	1/1,5
	Салат з капусти та моркви	52	70	Капуста	55/72,6	44/58
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Олія	1 /1,5	1/1,5
	Манна запіканка з бананом	110	140	Кефір	65/86	65/86
				Манна крупа	17/22	17/22
				Олія	1/1	1/1
				Масло вершкове	1/1	1/1
Цукор				-/7,5	-/7,5	
Банан	86/115	60/80				
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	

**ВІВТОРОК
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Молочна каша пшенична з вершковим маслом	200	250	Крупа пшенична	16/20	16/20
				Цукор	-/3	-/3
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Молоко	150/200	150/200
	Буряк тушкований	58	69	Буряк 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
				Цукор	-/1	-/1
	Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Цукор	-/3,5	-/3,5
	Обід	Рассольник	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4
Рис					12/15	12/15
Морква 12 міс 01-02 міс					10/12,5 10,7/13,4	8/10
Цибуля					9,6/12	8/10
Масло вершкове					2/2,5	2/2,5
Огірок квашений					-/30	-/24
Борошно пшеничне					2/2	2/2
Зрази картопляні з курячим м'ясом		97	120	Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Цибуля	4,8/7,2	4/6
				Олія	4/5,5	4/5,5
				Яйце	1\10/1\10	4/4
Томат солоний порційний Буряк тушкований		- 35	30 -	Томат квашений	-/38	-/30
				Буряк 12 міс 01-02 міс	43,8/- 46,7/-	35/-
				Цибуля	6/-	5/-
				Олія	1/-	1/-
Хліб житній		30	30	Хліб	20/20	20/20
Узвар		150	180	Сухофрукти	20/25	20/25
	Цукор			-/7,5	-/7,5	
Вечеря	Товченики рибні з капустою тушкованою	48/47	65/62	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Капуста свіжа	62,5/82,5	50/66
				Цибуля	12/16,7	10/14
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Олія рослина	3,5/4	3,5/4
	Запіканка пшонона	91	112	Борошно	10/10	10/10
				Пшоно	32/40	32/40
				Цукор	-/3	-/3
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Кисіль зі свіжих фруктів	150	180	Яйце	1\10/1\10	4/4
				Сметана	15/25	15/25
				Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
	Хліб житній	30	30	Крохмаль картопляний	5/6	5/6
Цукор				-/4,5	-/4,5	
			Хліб	30/30	30/30	

**СЕРЕДА
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Запіванка сирна з родзинками	146	189	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Цукор	-/7,5	-/7,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Крупа манна	9/11	9/11
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
				Сухофрукти (родзинки)	7/10	7/10
	Котлети морквяні	99	126	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Крупа манна	9/11	9/11
				Борошно	8/10	8/10
				Сухарі панірувальні	5/5	5/5
				Олія	3,5/4	3,5/4
	Фрукти сезонні	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
	Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Сік	120	180	Сік	120/180	120/180
Обід	Борщ бурячковий	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Буряк 12 міс 01-02 міс	35/45 37,4/48	28/36
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Сметана	15/25	15/25
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Гуляш з яловичини з тушкованою картоплею	36/69	48/87	М'ясо яловичини	45/60	45/60
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Томатна паста	2/3	2/3
				Борошно	1/2	1/2
				Олія	2,5/2,5	2,5/2,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
	Рисова запіванка з яблуком	110	140	Рис	17/22	17/22
				Яблуко	68,2/91	60/80
				Цукор	-/2	-/2
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Компот із сухофруктів	150	180	Сухофрукти	13/15	13/15
Цукор				-/8	-/8	
Вечеря	Курка по селянськи	36/69	48/87	Кури	74/98	45/60
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Ячнева крупа	26/33	26/33
				Олія	3/3	3/3
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Бурячкова ікра	38	50	Буряк 12 міс 01-02 міс	45/60 48/64	36/48
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Томатна паста	1/2	1/2
				Олія	1,0/1,0	1/1
	Какао на цільному молоці з цукром	150	200	Какао	5/6	5/6
				Цукор	-/7,5	-/7,5
				Молоко	150/200	150/200

**ЧЕТВЕР
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Запіканка вермішелева з яйцем та сиром	110	131	Яйце	1/1	40/40
				Вермішель	26/33	26/33
				Сир твердий	10/15	10/15
				Олія	2/2	2/2
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Морква тушкована з чорносливом	55	73	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/107	60/80
				Чорнослив сухофрукти	5,5/7	5,5/7
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Кисіль із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
Цукор				-7,5	-7,5	
Обід	Суп гречаний	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Крупа гречана	8/10	8/10
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Тефтеля з м'яса птиці та рису з капустою тушкованою	105/36	135/47	Капуста	47,5/62,5	38/50
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Яйце	0,1/0,1	4/4
				Томатна паста	2/2	2/2
				Олія рослина	5/5,5	5/5,5
				Борошно	4/7	4/7
				М'ясо птиці філе	45/60	45/60
	Рис	12/15	12/15			
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25
Цукор				-10	-10	
Вечеря	Риба смажена	33	50	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	
				Борошно	7/10	7/10
	Овочі тушковані	107	136	Олія	2,5/3	2,5/3
				Капуста	57,5/75	46/60
				Цибуля	7,2/96	6/8
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Томатна паста	1/2	1/2
	Шарлотка з яблуками	80	120	Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
				Яблуко	68,2/91	60/80
				Яйця	1\4/1\4	10/10
				Борошно	32/40	32/40
				Цукор	-7,5	-7,5
Кефір	100	125	Масло вершкове	1,5/1,5	2/2,5	
			Кефір	100/125	100/125	
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	

**П'ЯТНИЦЯ
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Сирники рожеві	150	190	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Цукор	-/2	-/2
				Олія рослинна	4/4,5	4/4,5
				Борошно	10/10	10/10
	Вівсяна каша в'язка з вершковим маслом	80	100	Крупа вівсяна	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Чай	150	200	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3
Цукор				-/5,5	-/5,5	
Фрукти сезонні	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
Обід	Суп з фрикадельками	200/10	250/14	М'ясо птиці філе	11/15	11/15
				Яйце	1\18/1\13	2,22/3,08
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	М'ясо тушковане з пшоном	36/80	48/100	М'ясо свинина без кісток	45/60	45/60
				Олія рослина	2/2	2/2
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат із квашеної капусти з рослинною олією Салат з капусти свіжої	-	48	Капуста квашена	-/61,5	-/43
		38	-	Капуста свіжа	41,3/-	33/-
				Цукор	-/3	-/3
				Цибуля	6/6	5/5
				Олія рослина	1,5/2	1,5/2
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Цукор	-/7	-/7	
Вечеря	Суфле з курячого м'яса та рису	105	132	Рис	15/20	15/20
				М'ясо птиці філе	34/45	34/45
				Яйце	1\13/1\10	3/4
				Олія	2\	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Бурячкова ікра	80	100	Буряк 12 міс 01-02 міс	62,5/81,3 66,7/86,7	50/65
				Цибуля	12/17,9	10/15
				Томат паста	1/2	1/2
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Какао	150	200	Какао	0,2/0,3	0,2/0,3
				Молоко	150/200	150/200
Цукор				-/7,5	-/7,5	