



**Обід:**

Суп овочевий зі сметаною	150/7	150/7	200/9	1,5	1,5	1,9	3,1	3,1	3,9	7,0	7,0	9,4	60	60	79
Плов з м' ясом(свинина).	100	100	120	2,6	2,6	3,1	2,7	2,7	3,2	31,1	31,1	37,3	156	156	186
Салат з капусти, моркви та яблука	68	68	95	2,6	2,6	3,4	3,1	3,1	4,2	4,4	4,4	6,1	54	54	73
Сік яблучний.	120	120	180	0,6	0,6	0,9	0,0	0,0	0,0	17,4	17,4	26,1	71	71	106
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за обід:</b>				<b>23,3</b>	<b>23,3</b>	<b>30,8</b>	<b>13,6</b>	<b>13,6</b>	<b>16,8</b>	<b>52,4</b>	<b>58,3</b>	<b>72,9</b>	<b>423</b>	<b>446</b>	<b>637</b>

**Вечеря:**

Котлета рублена з курятини	58	58	77	10,8	10,8	14,5	3,6	3,6	4,6	8,2	8,2	11,2	111	111	148
Каша гречана в'язка	82	82	103	4,2	4,2	5,3	2,6	2,6	3,2	21,2	21,2	26,6	125	125	157
Ікра кабачкова	92	94	126	2,5	2,5	3,2	4,2	4,2	5,4	8,2	10,2	13,4	70	80	80
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Чай трав'яний	120	120	160	-	-	-	-	-	-	6,2	10	10	10	40	50
<b>Всього за вечерю:</b>				<b>20,8</b>	<b>20,8</b>	<b>26,4</b>	<b>12,6</b>	<b>12,6</b>	<b>15,3</b>	<b>48,6</b>	<b>48,6</b>	<b>59,7</b>	<b>391</b>	<b>391</b>	<b>552</b>
<b>Всього на день</b>															<b>1694</b>

**Вівторок 1 тиждень**

Найменування продуктів	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:**

Каша рисова молочна	90	90	103	3,0	3,0	3,4	1,8	1,8	2,2	20,0	20,0	22,7	109	109	125
---------------------	----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	------	------	-----	-----	-----

Яйце відварне	40	40	40	4.5	4.5	4.5	4.85	4.85	4.85	0.15	0.15	0.15	63.5	63.5	63.5
Хліб цільозерновий з твердим сиром	30 \7	30\7	30\7	4,5	4,5	4,5	5,7	5,7	5,7	12,5	12,5	12,5	175	175	175
Кисіль фруктовий	100	100	150	2,8	2,8	4,2	2,5	2,5	3,8	7,5	12,5	18,6	63	82	123
Фрукти свіжі(груша або яблука).	60	06	80	0,90	0,90	0,90	0.50	0,50	0,50	10	10	10	35	35	50
<b>Всього за сніданок:</b>				<b>20,1</b>	<b>20,1</b>	<b>25,5</b>	<b>13,1</b>	<b>13,1</b>	<b>16,0</b>	<b>47,6</b>	<b>47,6</b>	<b>55,6</b>	<b>402</b>	<b>402</b>	<b>506</b>

**Обід:**

Суп з цiтної капусти зі сметаною .	150/4	150/4	200/5	1,3	1,3	1,7	3,0	3,0	3,7	7,7	7,7	10,3	61	61	80
Рибна паличка з яйцем	46	46	69	9,2	9,2	13,5	4,6	4,6	6,2	4,8	4,8	6,7	98	98	137
Салат з капусти, моркви	68	68	95	2,6	2,6	3,4	3,1	3,1	4,2	4,4	4,4	6,1	54	54	73
Пюре з бобових (горох)	100	100	125	10,3	10,3	12,9	3,2	3,2	3,9	24,4	24,4	30,5	167	167	208
Хліб цільозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
<b>Всього за обід:</b>															<b>587</b>

**Вечеря:**

Пудинг сирно - яблучний .	134	140	178	16,0	16,0	20,4	12,0	12,0	15,0	14,1	20,6	26,0	231	256	322
Соус фруктовий..	11	12	17	0,1	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	1,4	1,9	3,2	7	9	14
Молоко.	100	100	135	0,2	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	3,8	8,8	12,1	15	34	46
<b>Всього за вечерю:</b>															<b>518</b>
															<b>1611</b>

**Середа 1 тиждень**

<b>Найменування продуктів</b>	<b>Маса нетто</b>	<b>Хімічний склад</b>
-------------------------------	-------------------	-----------------------

				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
<b>Сніданок:</b>															
Ікра бурякова	28	28	37	0,4	0,4	0,6	2,1	2,1	2,6	2,4	2,4	3,2	29	29	37
Гуляш курячий .	32/18	32/18	43/24	9,9	9,9	13,2	3,4	3,4	4,3	4,0	4,0	5,4	87	87	116
Каша пшенична розсипчаста	97	97	121	4,1	4,1	5,1	2,4	2,4	3,0	25,6	25,6	31,9	142	142	177
Чай з лимоном	150	150	200	0.05	0.05	0.05	0.01	0.01	0.01	0.15	0.15	0.18	58	58	70
Хліб цільнозерновий	30	30	30	3,3	3,3	5,1	3,9	3,9	6,2	9,9	9,9	9,9	89	89	118
<b>Всього за сніданок:</b>				<b>17,8</b>	<b>17,8</b>	<b>24,2</b>	<b>11,7</b>	<b>11,7</b>	<b>16,1</b>	<b>45,7</b>	<b>50,7</b>	<b>62,5</b>	<b>363</b>	<b>382</b>	<b>494</b>
<b>Обід:</b>															
Салат із помідор	73	73	89	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	10,4	12,4	14,8	44	52	62
Суп гречаний	150	150	200	1,5	1,5	2,0	1,2	1,2	1,6	10,2	10,2	13,8	56	56	77
Шніцель зі свинини	60	60	81	8,4	8,4	11,1	14,5	14,5	19,1	8,6	8,6	11,2	199	199	262
Макарони відварні з маслом.	57	57	72	1,0	1,0	1,3	0,0	0,0	0,0	14,8	14,8	18,5	60	60	75
Напій із свіжих фруктів.	100	100	135	0,2	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	3,8	8,8	12,1	15	44	56
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за обід:</b>															609
<b>Вечеря:</b>															
Биточок курячий.	76	80	100	3,6	3,6	4,4	4,8	4,8	5,5	19,6	23,1	28,1	136	150	180
Рагу овочеве	45	45	60	0,7	0,7	0,9	2,1	2,1	2,7	3,9	3,9	5,3	35	35	46

Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3	6,24	6,24	8.32	27	27	36
Чай з лимоном	150	150	200	0.05	0.05	0.05	0.01	0.01	0.01	0.15	0.15	0.18	58	58	70
<b>Всього за вечерю:</b>															<b>454</b>
															<b>1576</b>

**Четвер 1 тиждень**

Найменування продуктів	Іаса 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:**

Каша вівсяна	126	129	162	4,9	4,9	6,1	4,6	4,6	5,8	17,0	20,0	25,4	128	139	176
Куряче м .ясо з смет.соусом.	78	83	115	12,4	12,4	17,1	10,2	10,2	13,7	8,6	13,1	18,0	177	194	264
Салат із огірків	73	73	89	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	10,4	12,4	14,8	44	52	62
Чай з лимоном	150	150	200	0.05	0.05	0.05	0.01	0.01	0.01	0.15	0.15	0.18	58	58	70
<b>Всього за сніданок:</b>				<b>17,5</b>	<b>17,5</b>	<b>23,5</b>	<b>15,0</b>	<b>15,0</b>	<b>19,8</b>	<b>36,1</b>	<b>45,6</b>	<b>58,2</b>	<b>350</b>	<b>385</b>	<b>572</b>

**Обід:**

Борщ український зі сметаною .	150	150	200	2,1	2,1	2,8	2,5	2,5	3,1	10,0	10,0	13,1	69	69	89
Котлета натуральна з філе курки панірована в сухарях	48	48	65	10,7	10,7	14,1	4,0	4,0	5,1	4,1	4,1	5,3	97	97	126
Пюре картопляне	100	100	130	3,4	3,4	4,4	2,3	2,3	2,9	21,5	21,5	28,0	121	121	157

Салат з помідорів	50	50	60	0,9	0,9	1,2	2,1	2,1	2,2	2,7	10,7	5,2	5.2	47	67
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
Фрукти свіжі(нектарин)	100	100	100	0.9	0.9	0.9	0.2	0.2	0.2	10	10	10	52	52	28
Хліб цілнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за обід:</b>															<b>628</b>
<b>Вечеря:</b>															
Сирники з фруктовим соусом..	80	80	107	1,69	1,69	2,26	2,68	2,68	3,24	11,4	11,4	15,24	73,8	73,8	95,36

Плов з родзинками.	110	110	120	2,57	2.57	3.86	3,26	3.26	4.89	26	26	39	146	146	218
Какао	150	150	180	5,02	5,02	6,02	4,25	4,25	5,10	8,06	8,06	9,67	89,2	89,20	107,04
<b>Всього за вечерю:</b>				<b>19,53</b>	<b>19,53</b>	<b>24,67</b>	<b>14,1</b>	<b>14,1</b>	<b>17,00</b>	<b>40,3</b>	<b>40,3</b>	<b>49,3</b>	<b>366</b>	<b>366</b>	<b>450</b>
															<b>1650</b>

**П'ятниця 1 тиждень**

Найменування продуктів	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:**

Хліб цілнозерновий .	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Морква тушкована з родзинками	60	60	70	3,3	3,3	3,8	3,1	3,1	3,1	9,0	9,0	10,4	74	74	82
Каша пшоняна молочна	110	117	147	3.99	3.99	4.97	3.20	3.20	4	29.13	33.62	41.91	107	133	176

Яйце відварне	40	40	40	4,5	4,5	4,5	4,85	4,85	4,85	0,15	0,15	0,15	63,5	63,5	63,5
Кисіль фруктовий	100	100	150	2,8	2,8	4,2	2,5	2,5	3,8	7,5	12,5	18,6	63	82	123
<b>Всього за сніданок:</b>															<b>538</b>
<b>Обід:</b>															
Суп-пюре гороховий	150	150	200	5,6	5,6	7,5	1,8	1,8	2,3	15,2	15,2	20,0	100	100	131
Зрази картопляні з курячим	116	116	145	10,6	10,6	13,1	5,1	5,1	6,0	18,8	18,8	23,3	164	164	200
м'ясом «Човники»															
Ікра з буряка	55	55	75	3,0	3,0	3,8	0,0	0,0	0,1	24,2	24,2	31,0	40,1	41	55
Компот яблучний.	102/19	108/20	135/29	1,4	1,6	1,7	0,2	0,3	0,3	13,1	20,8	24,4	61	91	106
Хліб цілнозерновий .	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Фрукти свіжі(яблукоі)	60	06	80	0,90	0,90	0,90	0,50	0,50	0,50	10	10	10	35	35	50
<b>Всього за обід:</b>															<b>613</b>
<b>Вечеря:</b>															
Салат з капусти, моркви та яблук	68	68	95	2,6	2,6	3,4	3,1	3,1	4,2	4,4	4,4	6,1	54	54	73
Хлібець рибний	48	48	72	7,9	7,9	11,9	3,3	3,3	4,2	3,5	3,5	5,2	76	76	106
Банош по-гуцульськи з сиром твердим	80/4	80/4	100/7	3,6	3,6	5,0	5,0	5,0	6,7	11,8	11,8	15,0	107	107	141
Чай з лимоном	150	150	200	0,05	0,05	0,05	0,01	0,01	0,01	0,15	0,15	0,18	58	58	70

Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за вечерю:</b>															<b>513</b>
															<b>1664</b>

**Понеділок 2 тиждень**

Найменування продуктів	Маса нетто			Хімічний склад											
				Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
	Від 1-3	Від 3-4	Від 4-6 (7)	Від 1-3	Від 3-4	Від 4-6 (7)	Від 1-3	Від 3-4	Від 4-6 (7)	Від 1-3	Від 3-4	Від 4-6 (7)	Від 1-3	Від 3-4	Від 4-6 (7)

	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років
<b>Сніданок:</b>															
Каша боярська з пшона (з родзиками,молоком)	95	95	114	5,62	5,062	6,5	4,90	4,90	5,83	19,31	24,30	27,63	143,7	162,6	187,69
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30	30	30/3	2,1	2,1	2,8	2,4	2,4	3,3	9,9	9,9	9,9	71	71	82
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3	6,24	6,24	8,32	27	27	36
Напій фруктовий	150	150	200	0,05	0,05	0,05	0,01	0,01	0,01	0,15	0,15	0,18	58	58	70
<b>Всього за сніданок:</b>				14,05	14,05	38,85	10,71	10,71	41,81	45,79	45,79	125,1	394	394	570
<b>Обід:</b>															
Салат морквяно-яблучний	77	77	88	3,8	3,8	4,3	1,6	1,6	1,7	11,4	11,4	12,9	72	72	80





**Вівторок 2 тиждень**

Найменування продуктів	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
<b>Сніданок:</b>															
Салат зі свіжих з помідор			60			0,7			0,1			1,4			10
Тюфтелька куряча (з овочами)	66/24	66/24	88/32	11,5	11,5	15,6	5,3	5,3	6,6	11,6	11,6	15,1	141	141	184
Каша ячна розсипчаста	90	90	103	3,0	3,0	3,4	1,8	1,8	2,2	20,0	20,0	22,7	109	109	125
Хліб цілнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
компот із свіжих фруктів (з яблуком) .	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
<b>Всього за сніданок:</b>				<b>20,1</b>	<b>20,1</b>	<b>25,5</b>	<b>13,1</b>	<b>13,1</b>	<b>16,0</b>	<b>47,6</b>	<b>47,6</b>	<b>55,6</b>	<b>402</b>	<b>402</b>	<b>506</b>
<b>Обід:</b>															

Суп овочевий зі сметаною .	150/4	150/4	200/5	1,3	1,3	1,7	3,0	3,0	3,7	7,7	7,7	10,3	61	61	80
Плов з м' ясом(свинина).	100	100	120	2,6	2,6	3,1	2,7	2,7	3,2	31,1	31,1	37,3	156	156	186
Салат з капусти, моркви та яблук	68	68	95	2,6	2,6	3,4	3,1	3,1	4,2	4,4	4,4	6,1	54	54	73
Хліб цілнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Фрукти -персик.	100	100	100	0,9	0,9	0,9	0,2	0,2	0,2	10	10	10	52.28	52.28	52.28
Сік яблучний.	120	120	180	0,6	0,6	0,9	0,0	0,0	0,0	17,4	17,4	26,1	71	71	106
<b>Всього за обід:</b>															<b>587</b>

**Вечеря:**

Пудинг сирно - яблучний .	134	140	178	16,0	16,0	20,4	12,0	12,0	15,0	14,1	20,6	26,0	231	256	322
Соус фруктовый..	11	12	17	0,1	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	1,4	1,9	3,2	7	9	14
Какао	150	150	180	5,02	5,02	6,02	4,25	4,25	5,10	8,06	8,06	9,67	89,2	89,20	107,04
<b>Всього за вечерю:</b>															<b>518</b>
															<b>1611</b>

**Середа 2 тиждень**

Найменування продуктів	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
<b>Сніданок:</b>															
Бобові (горошок)з цибулею	88	88	114	8,5	8,5	10,6	2,9	2,9	3,5	19,6	19,6	24,4	148	148	183
Ячня	75	75	75	5,6	5,6	5,6	6,7	6,7	6,7	2,3	2,3	2,3	91	91	91
Чай трав'яний .	100	100	135	0,2	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	3,8	8,8	12,1	15	34	46
Хліб цільнозерновий	30	30	30	3,3	3,3	5,1	3,9	3,9	6,2	9,9	9,9	9,9	89	89	118
<b>Всього за сніданок:</b>				<b>17,8</b>	<b>17,8</b>	<b>24,2</b>	<b>11,7</b>	<b>11,7</b>	<b>16,1</b>	<b>45,7</b>	<b>50,7</b>	<b>62,5</b>	<b>363</b>	<b>382</b>	<b>525</b>
<b>Обід:</b>															
Суп гречаний	150	150	200	1,5	1,5	2,0	1,2	1,2	1,6	10,2	10,2	13,8	56	56	77
Шніцель зі свинини	60	60	81	8,4	8,4	11,1	14,5	14,5	19,1	8,6	8,6	11,2	199	199	262
Картопля тушкована з цибулею та томатом	100	100	113	2,5	2,5	2,8	3,5	3,5	4,0	19,7	19,7	22,4	119	119	135

Компот із свіжих фруктів.	100	100	135	0,2	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	3,8	8,8	12,1	15	44	56
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за обід:</b>															609
<b>Вечеря:</b>															
Салат з помідор	57	57	75	1,1	1,1	1,5	2,1	2,1	2,7	6,8	6,8	9,1	48	48	63
Суфле з курятини	65	65	87	11,0	11,0	14,7	4,9	4,9	6,7	2,9	2,9	3,8	101	101	136
Банош по-гуцульськи з сиром твердим	80/4	80/4	100/7	3,6	3,6	5,0	5,0	5,0	6,7	11,8	11,8	15,0	107	107	141
Чай трав'яний	150	150	200	0,05	0,05	0,05	0,01	0,01	0,01	0,15	0,15	0,18	58	58	70
Фрукти свіжі (банан)	46	46	46	0,5	0,5	0,5	1,1	1,1	1,1	1,6	1,6	1,6	53	53	53
<b>Всього за вечерю:</b>															426
															1560
<b>Четвер 2 тиждень</b>															
Найменування продуктів	Іаса 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
<b>Сніданок:</b>															
Каша вівсяна	126	129	162	4,9	4,9	6,1	4,6	4,6	5,8	17,0	20,0	25,4	128	139	176
Куряче м. ясо з смет.соусом.	78	83	115	12,4	12,4	17,1	10,2	10,2	13,7	8,6	13,1	18,0	177	194	264

Салат із буряка	73	73	89	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	10,4	12,4	14,8	44	52	62
Кисіль фруктовий	150	150	200	0.05	0.05	0.05	0.01	0.01	0.01	0.15	0.15	0.18	58	58	70
<b>Всього за сніданок:</b>				<b>17,5</b>	<b>17,5</b>	<b>23,5</b>	<b>15,0</b>	<b>15,0</b>	<b>19,8</b>	<b>36,1</b>	<b>45,6</b>	<b>58,2</b>	<b>350</b>	<b>385</b>	<b>572</b>

**Обід:**

Борщ український зі сметаною .	150	150	200	2,1	2,1	2,8	2,5	2,5	3,1	10,0	10,0	13,1	69	69	89
Тюфтелька рибна в сметанно-томатному соусі	60/30	60/30	90/45	8,7	8,7	13,1	6,2	6,2	8,8	9,5	9,5	14,6	129	129	190
Картопляне пюре.	91	91	114	2,0	2,0	2,5	2,1	2,1	2,7	14,5	14,5	18,2	85	85	106
Салат зі свіжих огірків	50	50	50	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,2	5,7	11,7	15,6	24	47	62
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
Хліб цілнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за обід:</b>															<b>502</b>

**Вечеря:**

Сирники з фруктовим соусом..	80	80	107	1,69	1,69	2,26	2,68	2,68	3,24	11,4	11,4	15,24	73,8	73,8	95,36
------------------------------	----	----	-----	------	------	------	------	------	------	------	------	-------	------	------	-------

Какао	150	150	180	5,02	5,02	6,02	4,25	4,25	5,10	8,06	8,06	9,67	89,2	89,20	107,04
Фрукти свіжі(яблука)	60	60	60	0.9	0.9	0.9	0.5	0.5	0.5	10	10	10	35	35	35
<b>Всього за вечерю:</b>				<b>19,53</b>	<b>19,53</b>	<b>24,67</b>	<b>14,1</b>	<b>14,1</b>	<b>17,00</b>	<b>40,3</b>	<b>40,3</b>	<b>49,3</b>	<b>366</b>	<b>366</b>	<b>482</b>
															<b>1650</b>

**П'ятниця 2 тиждень**

Найменування продуктів	Маса нетто	Хімічний склад			
		Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність



**Вечеря:**

Салат з капусти, моркви та яблук	55	55	68	2,6	2,6	3,4	3,1	3,1	4,2	4,4	4,4	6,1	54	54	73
Хлібець рибний	48	48	72	7,9	7,9	11,9	3,3	3,3	4,2	3,5	3,5	5,2	76	76	106
Банош по-гуцульськи з сиром твердим	80/4	80/4	100/7	3,6	3,6	5,0	5,0	5,0	6,7	11,8	11,8	15,0	107	107	141
Чай трав'яний	120	120	180	0,1	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	19,1	19,1	28,6	82	82	122
Хліб цілнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за вечерю:</b>															<b>513</b>
															<b>1664</b>

**Понеділок 3 тиждень**

Найменування продуктів	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:**

Каша пшоняна (із пшона з родзинками)	95	100	114	6	6	6	5	5	6	19	24	28	144	163	188
Фрукти свіжі(персики)	60	06	80	0,90	0,90	0,90	0,50	0,50	0,50	10	10	10	35	35	50
Хліб цілнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71

Какао	150	150	180	5,2	5,2	6,4	4,5	4,5	5,5	8,4	8,4	10,4	93	93	115
<b>Всього за сніданок:</b>															<b>488</b>
<b>Обід:</b>															
Салат зі свіжих овочів(помідори,цибуля)	54	54	82	0,4	0,4	0,6	2,0	2,0	2,6	1,6	2,1	3,0	25	27	35
Суп селянський з перловою крупою та сметаною	150/6	150/6	200/8	1,5	1,5	2,0	3,4	3,4	4,4	8,9	8,9	11,9	71	71	94
Шніцель рибний натуральний	47	47	70	9,8	9,8	14,1	1,2	1,2	1,8	23,3	23,3	30,4	85	85	121
Каша рисова розсипчаста	90	90	113	4,6	4,6	5,8	2,7	2,7	3,3	23,1	23,1	29,1	135	135	171
компот із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66

Хліб цілнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за обід:</b>															<b>629</b>
<b>Вечеря:</b>															
Салат з буряка	55	55	73	2,9	2,9	3,7	0,1	0,1	0,1	24,0	25,0	31,5	52	56	73
Котлета натуральна з філе курки панірована в сухарях	48	48	65	10,7	10,7	14,1	4,0	4,0	5,1	4,1	4,1	5,3	97	97	126
Картопляне пюре	91	91	114	2,0	2,0	2,5	2,1	2,1	2,7	14,5	14,5	18,2	85	85	106
Чай	150	150	180	5,9	5,9	6,4	5,0	5,0	5,5	9,5	9,5	10,4	105	105	115
Хліб цілнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за вечерю:</b>				<b>18,7</b>	<b>18,7</b>	<b>23,8</b>	<b>14,1</b>	<b>14,1</b>	<b>17,2</b>	<b>38,6</b>	<b>38,6</b>	<b>46,3</b>	<b>356</b>	<b>356</b>	<b>491</b>



## Вівторок 3 тиждень

Найменування продуктів	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
<b>Сніданок:</b>															
Пагу овочеве	45	45	60	0,7	0,7	0,9	2,1	2,1	2,7	3,9	3,9	5,3	35	35	46
Котлета рублена з курятини	58	58	77	10,8	10,8	14,5	3,6	3,6	4,6	8,2	8,2	11,2	111	111	148
Каша гречана в'язка	90	90	113	2,8	2,8	3,5	2,2	2,2	2,7	13,9	13,9	17,4	87	87	109
Сік яблучний	110	110	190	0,4	0,4	0,8	0,0	0,0	0,0	11,3	11,3	19,6	46	46	80
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Фрукти свіжі(сливи)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
<b>Всього за сніданок:</b>				<b>18,2</b>	<b>18,2</b>	<b>23,6</b>	<b>13,6</b>	<b>13,6</b>	<b>16,6</b>	<b>43,8</b>	<b>43,8</b>	<b>59,8</b>	<b>372</b>	<b>372</b>	<b>485</b>

## Обід:

Борщ чернігівський	150	150	200	1,9	1,9	2,6	2,2	2,2	2,8	9,6	9,6	12,8	63	63	83
Філе курки запечене під сиром твердим	55	55	73	11,2	11,2	14,9	7,1	7,1	9,3	1,9	2,3	3,5	118	120	160
Пюре з бобових (з гороху) з вершковим маслом	90	90	103	9,5	9,5	10,9	1,9	1,9	2,4	21,1	21,1	24,3	151	151	175
Компот із свіжих фруктів.	120	120	180	0,6	0,6	0,9	0,1	0,1	0,2	14,8	14,8	22,1	66	66	99

Салат з огірків,цибулі	55	55	73	2,9	2,9	3,7	0,1	0,1	0,1	24,0	25,0	31,5	52	56	73
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за обід:</b>															<b>661</b>
<b>Вечеря:</b>															
Каша рисова з маслом.	149	152	203	4,9	4,9	6,5	4,7	4,7	5,8	29,0	31,5	41,7	178	188	245
Вареники ліниві з фруктовим соусом	62/40	65/42	82/57	10,6	10,6	13,5	5,2	5,2	6,6	21,5	27,0	35,2	175	196	252
Кефір.	100	100	120	0,05	0,05	0,05	0,01	0,01	0,01	0,15	0,15	0,18	58	58	70
<b>Всього за вечерю:</b>				<b>15,5</b>	<b>15,5</b>	<b>20,1</b>	<b>9,9</b>	<b>9,9</b>	<b>12,4</b>	<b>50,9</b>	<b>58,9</b>	<b>77,4</b>	<b>357</b>	<b>387</b>	<b>564</b>
															<b>1710</b>

**Середа 3 тиждень**

Найменування продуктів	Маса нетто			Хімічний склад											
				Білки			Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
	Від 1-3	Від 3-4	Від 4-6 (7)	Від 1-3	Від 3-4	Від 4-6 (7)	Від 1-3	Від 3-4	Від 4-6 (7)	Від 1-3	Від 3-4	Від 4-6 (7)	Від 1-3	Від 3-4	Від 4-6 (7)

	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років	років
<b>Сніданок:</b>															
Салат з моркви та яблука	50	50	65	2,6	2,6	3,4	3,1	3,1	4,2	4,4	4,4	6,1	54	54	73
Тюфтелька рибна в сметанно-томатному соусі	60/30	60/30	90/45	8,7	8,7	13,1	6,2	6,2	8,8	9,5	9,5	14,6	129	129	190
Каша ячна розсипчаста	90	90	108	3,0	3,0	3,6	1,8	1,8	2,3	20,0	20,0	24,1	109	109	132
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,8	2,4	2,4	3,3	9,9	9,9	9,9	71	71	82

Фрукти свіжі (нектарин)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3	6,24	6,24	8.32	27	27	36
Чай трав'яний	150	150	200	0.05	0.05	0.05	0.01	0.01	0.01	0.15	0.15	0.18	58	58	70
<b>Всього за сніданок:</b>															<b>570</b>
<b>Обід:</b>															
Салат з помідорами та цибулею	77	77	88	3,8	3,8	4,3	1,6	1,6	1,7	11,4	11,4	12,9	72	72	80
Суп болгарський зі сметаною (овочі.яйце+манка)	150/4	150/4	200/5	1,7	1,7	2,2	2,5	2,5	3,5	11,0	11,0	14,6	73	73	98
Рагу із курятини .	32/102	32/102	43/136	11,2	11,2	14,9	5,1	5,1	6,7	15,1	15,1	20,1	152	152	201
Напій фруктовий	120	120	180	0,6	0,6	0,9	0,1	0,1	0,2	14,8	14,8	22,1	66	66	99
Хліб цілнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за обід:</b>															<b>616</b>
<b>Вечеря:</b>															
Морква припущена з	57	58	85	0,8	0,8	1,2	0,8	0,8	1,2	6,9	7,9	11,4	34	38	55
родзинками															
Ячня	75	75	75	5,6	5,6	5,6	6,7	6,7	6,7	2,3	2,3	2,3	91	91	91
Каша пшоняна молочна	100	100	120	2,9	2,9	4,3	2,8	2,8	4,2	24,2	26,7	38,7	133	142	208
Какао	150	150	200	0.05	0.05	0.05	0.01	0.01	0.01	0.15	0.15	0.18	58	58	70
<b>Всього за вечерю:</b>				<b>14,3</b>	<b>14,3</b>	<b>17,7</b>	<b>14,5</b>	<b>14,5</b>	<b>17,7</b>	<b>49,4</b>	<b>52,9</b>	<b>71,2</b>	<b>380</b>	<b>393</b>	<b>507</b>

## Четвер 3 тиждень

Найменування продуктів	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
<b>Сніданок:</b>															
Салат з капусти та моркви	61	61	83	2,6	2,6	3,5	2,7	2,7	3,5	4,8	4,8	6,8	52	52	70
Куряче м'ясо в сметані	36/10	36/10	48/12	9,7	9,7	12,9	3,3	3,3	4,3	1,8	3,2	4,3	78	83	109
Каша пшенична розсипчаста	90	90	113	3,7	3,7	4,7	2,4	2,4	3,0	23,5	23,5	29,6	132	132	166
Напій із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
Хліб цільнозерновий	30/8	30/8	30/12	3,9	3,9	4,9	4,7	4,7	5,9	9,9	9,9	9,9	100	100	114
<b>Всього за сніданок:</b>				<b>20,1</b>	<b>20,1</b>	<b>26,2</b>	<b>13,1</b>	<b>13,1</b>	<b>16,7</b>	<b>45,5</b>	<b>52,0</b>	<b>61,0</b>	<b>381</b>	<b>406</b>	<b>525</b>
<b>Обід:</b>															
Буряк тушкований з чорносливом	34	35	47	0,7	0,7	0,9	1,5	1,5	2,0	6,9	7,9	10,9	42	46	62
Суп з м'ясною фрикаделькою	150/11	150/11	200/17	8,2	8,2	11,4	2,7	2,7	4,0	13,0	13,0	17,4	115	115	159
Макаронник з м'ясом свинини	94	94	118	10,4	10,4	13,0	4,0	4,0	5,3	22,4	22,4	28,2	168	168	214

Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Компот з яблук	120	120	180	0,6	0,6	0,9	0,1	0,1	0,2	14,8	14,8	22,1	66	66	99
Фрукти свіжі (груші)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
<b>Всього за обід:</b>															<b>676</b>

**Вечеря:**

Пудинг сирно-морквяний	128	135	169	16,8	16,8	21,0	10,3	10,3	13,0	11,9	18,9	23,9	209	236	296
Соус фруктовий.	26	27	35	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	3,6	5,1	6,5	16	22	28
Молоко	150	150	180	0,1	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	20,7	20,7	27,0	88	88	116

<b>Всього за вечерю:</b>															<b>440</b>

**П'ятниця 3 тиждень**

Найменування продуктів	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:**

Салат з помідор,огірків	77	77	88	3,8	3,8	4,3	1,6	1,6	1,7	11,4	11,4	12,9	72	72	80
Ячня	75	75	75	5,6	5,6	5,6	6,7	6,7	6,7	2,3	2,3	2,3	91	91	91
Каша вівсяна в'язка	82	82	103	2,2	2,2	2,8	2,7	2,7	3,3	10,5	10,5	13,2	74	74	92
Чай (трав'яний)	150	150	180	00	00	00	00	00	00	9.98	9.98	12.97	38	38	50



**Понеділок 4 тиждень**

Найменування продуктів	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
<b>Сніданок:</b>															
Морква тушкована	62	65	86	1,1	1,1	1,4	3,6	3,6	5,0	6,2	8,7	11,8	58	68	92
Каша «Янтарна» (із пшона з яблуками)	100	100	125	4,3	4,3	5,3	4,6	4,6	5,7	18,4	20,9	25,9	132	141	176
Сік виноградний	120	120	180	0,6	0,6	0,9	0,0	0,0	0,0	17,4	17,4	26,1	71	71	106
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за сніданок:</b>				<b>8.1</b>	<b>8.1</b>	<b>9.7</b>	<b>10.6</b>	<b>10.6</b>	<b>22.8</b>	<b>51.9</b>	<b>56.9</b>	<b>73.7</b>	<b>332</b>	<b>351</b>	<b>445</b>
<b>Обід:</b>															
Ікра бурякова	55	55	73	2,9	2,9	3,7	0,1	0,1	0,1	24,0	25,0	31,5	52	56	73
Суп рисовий з томатами та сметаною	150/2	150/2	200/8	1,5	1,5	2,2	3,1	3,1	5,0	12,1	12,1	16,2	82	82	117
Рагу куряче	134	134	179	10,1	10,1	13,5	12	12	15	14	14	19	92	208	276
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
Фрукти свіжі (персик)	46	46	61	0,5	0,5	0,7	1,1	1,1	1,6	2,6	2,6	3,5	21	53	71

<b>Всього за обід:</b>				17.1	17.1	23.93	14.2	14.2	21.14	55.6	61.6	79.47	420	475	<b>643</b>
<b>Вечеря:</b>															
Горошок овочевий відварний	58	58	72	3,5	3,5	4,1	0,9	0,9	0,9	9,7	9,7	11,3	58	58	66
Рулет рибний	53	53	79	7,9	7,9	11,8	3,6	3,6	4,8	3,1	3,1	4,6	76	76	109
Макарони відварні з маслом	90/3	90/3	113/3	4,9	4,9	6,4	3,8	3,8	5,0	21,7	21,7	27,3	143	143	182
Чай трав'яний	150	150	180	5,2	5,2	6,4	4,5	4,5	5,5	8,4	8,4	10,4	93	93	115
<b>Всього за вечерю:</b>				<b>21,4</b>	<b>21,4</b>	<b>27,3</b>	<b>12,0</b>	<b>12,0</b>	<b>15,0</b>	<b>42,0</b>	<b>42,0</b>	<b>51,9</b>	<b>356</b>	<b>356</b>	<b>482</b>
															<b>1570</b>

**Вівторок 4 тиждень**

Найменування продуктів	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
<b>Сніданок:</b>															
Салат з огірків.	38	38	52	0,5	0,5	0,7	1,5	1,5	2,1	1,8	2,3	3,0	22	24	31
Суфле з курятини	65	65	87	11,0	11,0	14,7	4,9	4,9	6,7	2,9	2,9	3,8	101	101	136
Каша рисова розсипчата	110	110	120	2.57	2.57	3.86	3.26	3.26	4.89	26	26	39	146	146	218
Чай (трав'яний)	150	150	180	00	00	00	00	00	00	9.98	9.98	12.97	38	38	50
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71

<b>Всього за сніданок:</b>				16.17	16.17	21.36	12.06	12.06	16.09	50.58	51.08	68.67	378	380	<b>506</b>
<b>Обід:</b>															
Суп-пюре з яйцем та фрикаделькою	150/10	150/10	200/14	5,5	5,5	7,4	3,5	3,5	4,5	13,8	13,8	18,5	109	109	145



Салат з капусти, моркви та яблук	68	68	95	2,6	2,6	3,4	3,1	3,1	4,2	4,4	4,4	6,1	54	54	73
Бівштекс зі свинині	50.5	50.5	64.5	8,4	8,4	11,1	15.8	15.8	21.5	0.3	0.3	0.4	176	176	238
Каша ячна розсипчаста	96	96	120	3,1	3,1	3,9	2,4	2,4	3,0	20,8	20,8	26,5	117	117	148
Хліб цілнозерновий	30	30	30	2, 1	2, 1	2, 1	2, 4	2, 4	2, 4	9, 9	9, 9	9, 9	71	71	71
Фрукти свіжі (нектарини)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3	6,24	6,24	8.32	27	27	36
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
<b>Всього за обід:</b>				19.5	19.5	25.3	12.9	12.9	15.4	67.04	73.04	92.92	457	487	<b>607</b>

**Вечеря:**

Запіканка вермішеливо сирна	112	116	145	18,7	18,7	23,0	11,6	11,6	14,4	11,8	16,3	18,0	230	247	297
Соус сметанний	10	10	15	0.43	0.43	0.70	2.99	3	5.18	1.06	1.06	1.96	32	33	57

Йогурт\кефір	150	150	180	5,2	5,2	6,4	4,5	4,5	5,5	8,4	8,4	10,4	93	93	115
<b>Всього за вечерю:</b>				24.83	24.83	30.8	19,8	20,2	26.68	23,86	28.36	33.86	376	426	<b>540</b>
<b>1</b>															<b>1653</b>

**Середа 4 тиждень**

Найменування продуктів	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:**

Салат із капусти та моркви	25	25	30	2,3	2,3	2,9	0,1	0,1	0,1	20,1	20,1	25,1	28	28	35
----------------------------	----	----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	------	------	----	----	----

Омлет	57	57	57	7,1	7,1	7,1	9,0	9,0	9,0	0,9	0,9	0,9	113	113	113
Каша вівсяна	96	100	125	3,7	3,7	4,6	2,6	2,6	3,2	18,6	22,6	28,2	113	128	159
Чай трав'яний	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30	30	30/4	2,1	2,1	3,0	2,4	2,4	3,6	9,9	9,9	9,9	71	71	86
<b>Всього за сніданок:</b>				15,4	15,4	17,9	14,3	14,3	14,3	61,7	65,7	70,7	352	390	<b>459</b>

**Обід:**

Салат з помідор та огірків	45	45	60	3,0	3,0	3,8	0,0	0,0	0,1	20,9	20,9	26,4	41	41	51
Суп гороховий з грінками	150/20	150/20	200/20	5,8	5,8	7,0	4,2	4,2	4,8	23,6	23,6	28,1	156	156	184
Макаронник з м'ясом свинини	81	81	108	12,8	12,8	16,9	4,5	4,5	5,6	16,7	16,7	22,1	161	161	211
Компот свіжих фруктів.	120	120	180	0,6	0,6	0,9	0,1	0,1	0,2	14,8	14,8	22,1	66	66	99
Фрукти свіжі (персики)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
<b>Всього за обід:</b>				23,1	23,1	29,8	8,9	8,9	10,8	89,1	89,1	116,1	477	477	<b>616</b>

**Вечеря:**

Кнелі із курятини з рисом в сметанно-томатному соусі	47/32	47/32	63/56	10,3	10,3	14,1	4,7	4,7	6,8	6,0	6,0	9,1	110	110	157
Рагу овочеве	117	117	117	6,6	6,6	6,6	6,9	6,9	6,9	29,5	29,5	29,5	204	204	204
Сік виноградний	120	120	180	0,6	0,6	0,9	0,0	0,0	0,0	17,4	17,4	26,1	71	71	106
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71

<b>Всього за вечерю:</b>				19,6	19,6	23,7	14	14	16,1	62,8	62,8	74,6	456	456	<b>538</b>
															<b>1613</b>

**Четвер 4 тиждень**

<b>Найменування продуктів</b>	<b>Маса нетто</b>	<b>Хімічний склад</b>
-------------------------------	-------------------	-----------------------

				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
<b>Сніданок:</b>															
Курятина в сметані	60	60	80	9,6	9,6	12,8	3,7	3,7	5,1	2,7	2,7	3,7	84	84	114
Каша гречана в'язка	90	90	113	2,8	2,8	3,5	2,2	2,2	2,7	13,9	13,9	17,4	87	87	109
Салат з квасолі	70	70	70	6,1	6,1	6,1	3,1	3,1	3,1	15,2	15,2	15,2	109	109	109
Чай трав'яний	120	120	160	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	12,2	16,3	27	50	66
Хліб цільнозерновий	30	30	30	3,0	3,0	3,5	3,6	3,6	4,1	9,9	9,9	9,9	86	86	93
<b>Всього за сніданок:</b>				<b>19,4</b>	<b>19,4</b>	<b>24,7</b>	<b>10,6</b>	<b>10,6</b>	<b>13,4</b>	<b>59,6</b>	<b>66,6</b>	<b>79,5</b>	<b>351</b>	<b>377</b>	<b>466</b>
<b>Обід:</b>															
Борщ по-бахмацьки зі свіжою капустою та сметаною	150	150	200/5	2,4	2,4	3,3	3,2	3,2	4,9	14,5	14,5	19,4	94	94	131
Салат з буряка	55	55	73	2,9	2,9	3,7	0,1	0,1	0,1	24,0	25,0	31,5	52	56	73
Філе курки запечене під сиром твердим	55	55	73	11,2	11,2	14,9	7,1	7,1	9,3	1,9	2,3	3,5	118	120	160
Каша перлова в'язка	82	82	103	1,7	1,7	2,1	1,6	1,6	2,1	12,2	12,2	15,2	71	71	89
Компот із яблук	140	140	160	0,9	0,9	1,0	0,0	0,0	0,0	10,2	17,2	19,6	40	70	78
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71
<b>Всього за обід:</b>				<b>16.1</b>	<b>16.1</b>	<b>21.9</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22.1</b>	<b>68.2</b>	<b>76.1</b>	<b>91.9</b>	<b>482</b>	<b>512</b>	<b>639</b>
<b>Вечеря:</b>															
Сирники рожеві (з морквою)	83	83	115	14,2	14,2	17,6	8,9	8,9	11,1	33,7	38,7	48,6	272	291	363

Суп молочний з макаронними виробами	150		200	4,64	4,64	6,19	4,58	4,58	6,36	14,14	14,14	18,82	119,86	119,86	160,75
Фрукти свіжі(яблукаі)	60	06	80	0,90	0,90	0,90	0,50	0,50	0,50	10	10	10	35	35	50
Чай трав'яний	150	150	200	0,05	0,05	0,05	0,01	0,01	0,01	0,15	0,15	0,18	58	58	70
				15,15	15,15	18,85	9,41	9,41	12,71	43,75	48,75	59,98	365	384	<b>599</b>
<b>Всього за вечерю:</b>															<b>1704</b>

**П'ЯТНИЦЯ**  
**4 тиждень**

Найменування продуктів	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
<b>Сніданок:</b>															
Пюре бурякове	55	55	73	2,9	2,9	3,7	0,1	0,1	0,1	24,0	25,0	31,5	52	56	73
Омлет з твердим сиром	57	57	57	7,1	7,1	7,1	9,0	9,0	9,0	0,9	0,9	0,9	113	113	113
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71	71	71



