

Понеділок 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 пшоняна з фруктами	110	117	147	4,0	4,0	5,0	3,2	3,2	4,0	29,1	33,6	41,9	159	176	220
Соус фруктовий з морожених фруктів або ягід (з вишень)	29	30	40	0,3	0,3	0,4	0,0	0,0	0,0	3,9	5,4	7,5	19	25	34
Омлет	60	60	60	5,9	5,9	5,9	6,1	6,1	6,1	2,6	2,6	2,6	89	89	89
Морква тушкована з чорносливом	53	53	70	0,9	0,9	1,2	2,1	2,1	2,6	8,3	8,3	10,9	52	52	67
Какао з молоком	120	120	160	4,1	4,1	5,4	3,4	3,4	4,6	6,5	6,5	8,7	72	72	96
Всього за сніданок:				15,2	15,2	17,9	14,8	14,8	17,3	50,4	56,2	71,6	391	414	506
Обід:															
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
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
Пюре із гороху з цибулею	100	100	125	10,3	10,3	12,9	3,2	3,2	3,9	24,4	24,4	30,5	167	167	208
Ікра з бурячка	55	55	75	3,0	3,0	3,8	0	0	0,1	24,2	24,2	31	40	40	54
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 із свіжих фруктів (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
Всього за обід:				26,1	26,1	34,3	13,4	13,4	16,6	77,2	83,2	104,7	464	487	616
Вечеря:															
Капуста тушкована	60	60	80	1,5	1,5	2,1	2,0	2,0	2,7	5,0	5,0	7,3	44	44	59
Котлета рублена з курятини	58	77	77	10,8	14,5	14,5	3,6	4,6	4,6	8,2	11,2	11,2	111	148	148
Каша гречана розсипчаста	82	82	103	4,2	4,2	5,3	2,6	2,6	3,2	21,2	21,2	26,6	125	125	157
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
Молоко кип'ячене	100	100	120	2,8	2,8	3,4	2,5	2,5	3,0	4,7	4,7	5,7	52	52	62
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
Всього за полуденок:				21,6	25,3	27,7	13,3	14,3	16,2	52,1	55,1	64,9	430	467	533
Всього за день:													1285	1368	1655

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:															
Салат з варених овочів	38	38	51	0,7	0,7	1,0	2,1	2,1	2,8	4,5	4,5	6,0	38	38	51
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	103	103	3,0	3,4	3,4	1,8	2,2	2,2	20,0	22,7	22,7	109	125	125
Кефір 2,5%	100	100	125	3,0	3,0	3,8	2,5	2,5	3,1	3,5	3,5	4,4	59	59	74
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
Всього за сніданок:				20,3	20,7	25,9	14,1	14,5	17,1	49,5	52,2	58,1 0	418	434	505
Обід:															
Суп-пюре з яйцем та фрикаделькою	150/10	150/10	200/14	5,5	5,5	7,4	3,5	3,5	4,6	13,8	13,8	18,5	109	109	145
Мафіни з овочами та твердим сиром (з яловичини)	63	63	84	12,0	12,0	15,9	5,4	5,4	7,3	3,8	3,8	5,1	112	112	149
Плов з родзинками	100	100	120	2,6	2,6	3,1	2,7	2,7	3,2	31,1	31,1	37,3	156	156	186
Капуста смажена в сухарях	23	23	30	0,8	0,8	1,0	1,1	1,1	1,1	2,8	2,8	3,8	22	22	27
Фрукти свіжі (банан)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
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 із свіжих фруктів (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
Всього за обід:				24,1	24,1	31	15,4	15,4	19	80,7	86,7	108,3	550	573	715
Вечеря:															
Салат з вареного буряка	60	60	80	0,9	0,9	1,2	1,8	1,8	2,3	6,0	6,0	8,0	40	40	54
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	297
Соус із яблук сушених	26	28	34	0,3	0,3	0,4	0	0	0	8,7	10,0	12,5	34	39	49
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
Всього за полуденок:				18,6	18,6	23,5	12,1	12,1	15,3	44,0	52,3	70,5	354	386	506
Всього за день:													1322	1393	1726

Середа 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:																
Огірок солений			31			0,5			0			3,1			13	
Пюре морквяне	27	28		0,4	0,4		1,5	1,5		2,5	3,0		24	26		
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 з цибулею	101	127	127	4,1	5,1	5,1	2,4	3,0	3,0	25,6	31,9	31,9	142	177	177	
Хліб цільнозерновий з сиром	30/8	30/8	30/8	2,8	2,8	2,8	2,5	2,5	2,5	15	15	15	97	97	97	
Компот із сушених яблук	100	100	135	0,2	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	3,8	8,8	12,1	15	34	46	
Фрукти свіжі (банан)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71	
Всього за сніданок:				18,3	19,3	23,1	9,9	10,5	9,9	64	75,8	86,0	418	474	525	
Обід:																
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	
Нагетси курячі	56	56	75	12,0	12,0	16,0	4,2	4,2	5,4	12,1	12,1	16,5	137	137	182	
Пюре з сочевиці з маслом	90	90	103	9,5	9,5	10,9	1,9	1,9	2,4	21,2	21,2	24,3	151	151	175	
Овочі припущені в смет. соусі	59	59	78	1,2	1,2	1,6	3,5	3,5	4,7	4,3	4,3	7,1	53	53	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	
Напій лимонів, апельсинів	150	150	180	0,3	0,3	0,4	0,2	0,2	0,3	5,3	5,3	6,3	18	18	21,6	
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36	
Всього за обід:				26,8	26,8	33,3	13,6	13,6	46,1	28,7	66,1	66,1	462	23,6	513	632,6
Вечеря:																
Буряк, тушкований в сметанному соусі	57	57	75	1,1	1,1	1,5	2,1	2,1	2,7	6,8	6,8	9,1	48	48	63	
Биточок перловий	76	80	100	3,6	3,6	4,4	4,8	4,8	5,5	19,6	23,1	28,1	136	150	180	
Соус із сухофруктів (кураги)	54	55	74	1,0	1,0	1,3	0,0	0,0	0,0	14,8	16,3	20,5	60	66	82	
Яблуко фаршироване сиром	90	94	124	10,4	10,4	13,7	6,0	6,0	7,9	7,4	11,4	14,8	126	142	185	
Чай (трав'яний)	150	150	180													
Всього за полуденок:				16,2	16,2	20,9	12,9	12,9	16,2	48,6	57,6	72,5	370	406	510	
Всього за день:													1301	1393	1667	

Четвер 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:															
Котлета морквяна під сметанним соусом	50/36	50/36	70/50	2,3	2,3	3,2	6,6	6,6	8,4	13,7	13,7	19,0	121	121	161
Суфле з вареного курячого м'яса та рису	100	100	133	10,7	10,7	14,3	4,8	4,8	6,3	10,9	10,9	14,5	132	132	175
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/4	30/4	1,9	1,9	1,9	1,4	1,4	1,4	15	15	15	82	82	82
Какао з молоком	120	120	160	4,1	4,1	5,4	3,4	3,4	4,6	6,5	6,5	8,7	72	72	96
Всього за сніданок:				19,0	19,0	24,8	16,2	16,2	20,7	46,1	46,1	57,2	407	407	514
Обід:															
Борщ український	150	150	200	2,1	2,1	2,8	2,5	2,5	3,1	10,0	10,0	13,1	69	69	89
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 відварені з овочами	100	100	130	3,4	3,4	4,4	2,3	2,3	2,9	21,5	21,5	28,0	121	121	157
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)	150	150	180												
Всього за обід:				16	16	20,4	21,7	21,7	27,5	50	50	62,2	460	460	579
Вечеря:															
Ліниві вареники	120	120	150	16,6	16,61	20,8	8,7	8,7	10,9	18,14	18,14	22,7	218	218	273
Соус сметанный на молоці	35	35	50	1,0	1,0	1,4	2,4	2,4	3,5	4,7	4,7	6,7	45	45	64
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	50	50	66
Вінегрет	75	75	100	1,4	1,4	1,9	2,6	2,6	3,5	9,1	9,1	12,1	65	65	87
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
Всього за полуденок:				19,4	19,41	24,7	14,1	14,1	18,5	41,24	47,24	62	405	405	526
Всього за день:													1272	1272	1619

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:															
Салат з вареного буряка	60	60	80	0,9	0,9	1,2	1,8	1,8	2,3	6,0	6,0	8,0	40	40	54
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
Каша кукурудзяна розсип.	82	82	103	2,2	2,2	2,8	1,8	1,8	2,2	19,3	19,3	24,1	103	103	129
Соус сметанный (на молоці)	40	40	55	1,0	1,0	1,6	2,4	2,4	4,0	4,7	4,7	6,7	45	45	69
Сік периковий	120	120	180	0,1	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	19,1	19,1	28,6	82	82	122
Всього за сніданок:				12,1	12,1	17,7	9,3	9,3	12,7	52,6	52,6	72,6	346	346	480
Обід:															
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 м'ясом «Човники»	116	116	145	10,6	10,6	13,1	5,1	5,1	6,0	18,8	18,8	23,3	164	164	200
Яйце варене	40	40	40	5,1	5,1	5,1	4,6	4,6	4,6	0,3	0,3	0,3	63	63	63
Хліб цільнозерновий з маслом	30/6	30/6	30/6	1,1	1,1	1,1	4,7	4,7	4,7	15,1	15,1	15,1	108	108	108
Фрукти свіжі (банан)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Компот із сушених яблук	100	100	135	0,2	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	3,8	8,8	12,1	15	34	46
Всього за обід:				23,5	23,5	28,2	16,3	16,3	17,7	66,3	71,3	88,2	503	522	619
Вечеря:															
Суп молочний рисовий	150	150	200	2,8	2,8	3,8	2,0	2,0	2,6	16,1	16,1	23,2	93	93	129
Ватрушка	90	90	110	12,3	12,3	16,2	8,2	8,2	11,8	34,6	37,6	48,1	254	265	353
Напій лимонів,апельсинів	150	150	180	0,3	0,3	0,4	0,2	0,2	0,3	5,3	5,3	6,3	18	18	21,6
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
Всього за полуденок:				15,6	15,6	20,7	10,6	10,6	15	59,1	62,1	81,8	392	403	539
Всього за день:													1241	1271	1638

Понеділок 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
Сніданок:															
Капуста тушкована	60	60	80	1,5	1,5	2,1	2,0	2,0	2,7	5,0	5,0	7,3	44	44	59
Локшинник з фруктами	136	140	175	6,1	6,1	7,7	4,9	4,9	6,1	30,0	37,0	46,2	188	214	268
Соус із сушених яблук	26	28	34	0,3	0,3	0,4	0,0	0,0	0,0	8,7	10,0	12,5	34	39	49
Сік персиковий	120	120	180	0,1	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	19,1	19,1	28,6	82	82	122
Всього за сніданок:				8,0	8,0	10,4	6,9	6,9	8,8	62,8	71,1	94,6	348	379	498
Обід:															
Суп болгарський зі сметаною	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
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
Фіш боли в томатному соусі	41/27	41/27	62/41	8,1	8,1	12,1	2,0	2,0	3,3	5,3	5,3	7,7	71	71	109
Рагу овочеве з кашею	95	95	95	2,4	2,4	2,4	3,9	3,9	3,9	14,8	15,8	15,8	102	105	105
Компот із свіжих фруктів (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 (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
Всього за обід:				17,6	17,6	46134,7	11,3	11,3	46277,9	74,3	82,3	46333,2	423	453	558
Вечеря:															
Каша пшенична в'язка	90	90	113	2,4	2,4	3,0	1,7	1,7	2,1	15,1	15,1	18,9	87	87	109
Курячий рулет фарширований яйцем	60	60	80	11,8	11,8	15,7	5,4	5,4	6,7	5,3	5,3	7,0	119	119	154
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
Кисіль молочний	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 (банан)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Всього за полуденок:				20	20	26,2	12,1	12,1	15,1	50,9	55,9	71,8	393	412	528
Всього за день:													1164	1244	1584

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
Сніданок:															
Овочі припущені в сметанному соусі	86	86	115	1,83	1,83	2,48	4,92	4,92	6,58	6,11	6,11	8,26	73	73	99
Суфле яєчне	75	75	75	6,8	6,8	6,8	7,5	7,5	7,5	6,0	6,0	6,0	118	118	118
Каша рисова розсипчаста	82	82	103	2,0	2,0	2,5	1,8	1,8	2,2	20,4	20,4	25,6	107	107	135
Напій лимонів, апельсинів	150	150	180	0,3	0,3	0,4	0,2	0,2	0,3	5,3	5,3	6,3	18	18	21
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Всього за сніданок:				11,83	11,83	13,38	14,52	14,52	16,68	50,91	50,91	63,56	369	369	444
Обід:															
Борщ з картоплею зі сметаною			200/7			1,9			5,0			13,9			105
Борщ з картоплею	150	150		1,3	1,3		2,6	2,6		9,2	10,2		67	67	
Курятина в сметані	30/9	30/9	40/12	14,2	14,2	19,0	5,7	5,7	7,5	0,3	0,3	0,4	113	113	151
Каша перлова розсипчаста	90	90	113	2,8	2,8	3,5	1,8	1,8	2,2	19,9	19,9	25,0	108	108	135
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
Кисіль вишневий	142	150	185	0,4	0,4	0,5	0,0	0,0	0,0	11,8	19,3	24,1	62	91	113
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
Всього за обід:				21	21	27,3	12,7	12,7	17,4	54,2	62,7	77,5	448	477	611
Вечеря:															
Огірок солений			25			0,2			0			0,6			3
Пюре бурякове	27	28		0,4	0,4		1,5	1,5		2,5	3		24	26	
Оладки курячі	70	70	93	11,4	11,4	15,1	5,1	5,1	6,4	5,3	5,3	6,9	114	114	148
Каша ячна розсипчаста	90	90	113	2,9	2,9	3,7	1,8	1,8	2,3	19,9	19,9	24,8	108	108	135
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
Какао	165	165	180	5,9	5,9	6,4	5,0	5,0	5,5	9,5	9,5	10,4	105	105	115
Всього за полуденок:				21,6	21,6	26,4	13,6	13,6	14,4	52,2	52,7	57,7	419	421	469
Всього за день:													1236	1267	1524

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
Сніданок:															
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	40	54
Суфле рибне	45	45	68	7,8	7,8	11,7	2,9	2,9	4,3	1,3	1,3	2,0	63	63	93
Каша гречана розсипчаста	82	82	103	4,2	4,2	5,3	2,6	2,6	3,2	21,1	21,1	26,4	125	125	157
Сік апельсиновий	120	120	180	0,8	0,8	1,3	0,0	0,0	0,0	15,6	15,6	23,4	65	65	97
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/4	30/8	1,9	1,9	2,8	1,4	1,4	2,5	15	15	15	82	82	97
Всього за сніданок:				17,7	17,7	24,9	6,9	6,9	10,1	77,2	77,2	97,8	375	375	498
Обід:															
Салат з варених овочів	41	41	55	0,7	0,7	1,0	2,1	2,1	2,6	4,2	4,2	5,7	38	38	51
Куліш пшоняний з фрикаделькою та сметаною	150/11 /7	150/11 /7	200/15 /9	5,0	5,0	6,6	5,1	5,1	6,4	13,1	13,1	17,3	119	119	154
Голубці ліниві з курячим м'ясом	90	90	120	8,2	8,2	11,0	3,1	3,1	4,5	7,7	7,7	10,4	91	91	125
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
Кефір 2,5%	100	100	125	3,0	3,0	3,8	2,5	2,5	3,1	3,5	3,5	4,4	59	59	74
Фрукти свіжі (банан)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Всього за обід:				18,8	18,8	24,6	13,1	13,1	16,9	56,6	56,6	70,2	428	428	543
Вечеря:															
Капуста тушкована	60	60	80	1,5	1,5	2,1	2,0	2,0	2,7	5,0	5,0	7,3	44	44	59
Гратен «Зебра» (запіканка сирна з какао)	116	122	155	15,1	15,1	19,1	10,8	10,8	14,0	9,9	15,9	19,8	200	222	283
Соус із сухофруктів (з кураги)	54	55	74	1,0	1,0	1,3	0,0	0,0	0,0	14,8	16,3	20,5	60	66	82
Кисіль вишневий	142	150	185	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	11,9	19,4	24,1	51	80	99
Всього за полуденок:				18,1	18,1	23,1	12,8	12,8	16,7	41,6	56,6	71,7	355	412	523
Всього за день:													1158	1215	1564

Четвер 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
Сніданок:															
Морква тушкована з чорносливом	53	70	70	0,9	1,2	1,2	2,1	2,6	2,6	8,3	10,9	10,9	52	67	67
Биточок рублений з курятини паровий	58	58	77	10,6	10,6	14,2	2,4	2,4	3,0	5,0	5,0	6,6	86	86	113
Полента	90	90	110	2,5	2,5	3,1	2,4	2,4	3,0	16,6	16,6	20,1	99	99	120
Компот із родзинок	116	116	140	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	10,0	16,0	19,1	38	61	72
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
Всього за сніданок:				16,4	16,7	20,9	9,3	9,8	11	49,8	58,4	66,6	346	384	443
Обід:															
Капуста смажена в сухарях (з білокачанної)	23	23	30	0,8	0,8	1,0	1,1	1,1	1,1	2,7	2,7	3,8	22	22	27
Суп український з галушками	150/15	150/15	200/20	1,8	1,8	2,4	2,8	2,8	3,4	12,4	12,4	16,4	82	82	105
М'ясо відварне в кисло-солодкому соусі (свинина)	27/23	27/23	36/31	7,5	7,5	10,0	13,3	13,3	17,9	11,0	11,0	14,7	192	192	257
Каша ячна в'язка	82	82	103	1,8	1,8	2,2	1,7	1,7	2,1	11,9	11,9	14,6	70	70	86
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/4	30/8	1,9	1,9	2,8	1,4	1,4	2,5	15	15	15	82	82	97
Кисіль молочний	100	100	150	2,8	2,8	4,2	2,5	2,5	3,8	7,5	12,5	18,6	63	82	123
Всього за обід:				16,8	16,8	22,9	23	23	31,1	63,6	68,6	87,3	538	557	731
Вечеря:															
Зрази рисові з овочами	127	127	154	5,3	5,3	6,6	5,7	5,7	6,6	31,4	31,4	38,9	197	197	239
Соус сметанный з томатом	7	7	16	0,3	0,3	0,6	1,8	1,8	3,7	0,8	0,8	1,1	21	21	40
Омлет драчена	42	42	42	5,8	5,8	5,8	6,9	6,9	6,9	2,6	2,6	2,6	96	96	96
Фрукти свіжі (банан)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Чай (трав'яний)	150	150	180												
Всього за полуденок:				12,3	12,3	14,2	14,5	14,5	17,3	47,9	47,9	60	367	367	446

Всього за день:													1251	1308	1620
П'ятниця 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
Сніданок:															
Паличка куряча	45	45	60	10,6	10,6	14,1	3,9	3,9	5,0	5,6	5,6	7,4	103	103	134
Каша перлова розсипчаста	90	90	113	2,8	2,8	3,5	1,8	1,8	2,2	19,9	19,9	25,0	108	108	135
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
Какао	165	165	180	5,9	5,9	6,4	5,0	5,0	5,5	9,5	9,5	10,4	105	105	115
Всього за сніданок:				21,4	21,4	26,1	13,1	13,1	15,1	44,9	44,9	52,7	387	387	455
Обід:															
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 із сочевиці з м'ясною фрикаделькою	150/11	150/11	200/17	8,2	8,2	11,5	2,7	2,7	4,0	13,0	13,0	17,4	115	115	159
Пиріг пастуший з яловичиною	140	140	187	16,0	16,0	21,0	2,0	2,0	2,7	53,6	53,6	68,4	153	153	202
Соус сметанный (на молоці)	40	40	55	1,0	1,0	1,6	2,4	2,4	4,0	4,7	4,7	6,7	45	45	69
Чай (трав'яний)	150	150	180												
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/8	30/8	1,9	2,8	2,8	1,4	2,5	2,5	15	15	15	82	97	97
Всього за обід:				27,8	28,7	37,8	10	11,1	15,2	93,2	94,2	118,4	437	456	589
Вечеря:															
Каша молочна геркулесова	150	150	200	5,9	5,9	7,9	6,9	6,9	9,1	22,3	22,3	29,7	172	172	229
Котлета морквяна під сметанным соусом	50/36	50/36	70/50	2,3	2,3	3,2	6,6	6,6	8,4	13,7	13,7	19,0	121	121	161
Компот із сушених яблук	100	100	135	0,2	0,2	0,2	0	0	0	8,8	8,8	12,1	34	34	46
Фрукти свіжі (банан)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Всього за полуденок:				9,3	9,3	12,5	13,6	13,6	17,6	57,9	57,9	78,2	380	380	507
Всього за день:													1204	1223	1551

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:															
Морква тушкована в сметані	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»	100	100	125	4,3	4,3	5,3	4,6	4,6	5,7	18,4	20,9	25,9	132	141	176
Соус фруктовий (з вишень морожених)	35	37	48	0,4	0,4	0,5	0,0	0,0	0,0	4,9	6,9	9,1	22	29	39
Омлет драчена	42	42	42	5,8	5,8	5,8	6,9	6,9	6,9	2,6	2,6	2,6	96	96	96
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/4	30/8	1,9	1,9	2,8	1,4	1,4	2,5	15	15	15	82	82	97
Чай трав'яний	150	150	180												
Фрукти свіжі (банан)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Всього за сніданок:				14,4	14,4	17	16,6	16,6	20,2	60,2	67,2	81,8	443	469	571
Обід:															
Салат з варених овочів	41	41	55	0,7	0,7	1,0	2,1	2,1	2,8	4,5	4,5	6,0	38	38	51
Борщ полтавський з галушками і сметаною	150/6	150/6	200/8	2,6	2,6	3,4	3,6	3,6	4,7	14,8	16,3	21,6	101	106	140
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
Каша кукурудзяна розсипчаста	82	82	103	2,2	2,2	2,8	1,8	1,8	2,2	19,3	19,3	24,1	103	103	129
Компот із родзинок	116	116	140	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	10,0	16,0	19,1	38	61	72
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
Всього за обід:				15,8	15,8	21,4	13,5	13,5	16,9	61,6	69,1	85,3	427	455	572
Вечеря:															
Каша гречана розсипчаста	90	90	113	4,6	4,6	5,8	2,7	2,7	3,3	23,1	23,1	29,1	136	136	171
Чахохбілі з куркою	32/45	32/45	43/60	10,1	10,1	13,5	3,3	3,3	4,3	5,2	5,2	7,1	92	92	122
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
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
Всього за полуденок:				20,1	20,1	26,0	10,7	10,7	13,4	39,8	39,8	50,8	348	348	444
Всього за день:													1218	1272	1587

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
Сніданок:															
Капуста тушкована	60	60	80	1,5	1,5	2,1	2,0	2,0	2,7	5,0	5,0	7,3	44	44	59
Курка по-італійські (підлива)	36/10	36/11	48/12	9,2	9,2	12,3	3,8	3,8	5,0	1,8	3,3	4,4	78	84	110
Каша ячна розсипчаста з цибулею	96	96	120	3,1	3,1	3,9	2,4	2,4	3,0	20,8	20,8	26,5	117	117	149
Хліб цільнозерновий з маслом	30/6	30/6	30/6	1,1	1,1	1,1	4,7	4,7	4,7	15,1	15,1	15,1	108	108	108
Компот із сушених яблук	100	135	135	0,2	0,2	0,2	0	0	0	8,8	12,1	12,1	15	46	46
Всього за сніданок:				15,1	15,1	19,6	12,9	12,9	15,4	51,5	56,3	65,4	362	399	472
Обід:															
Суп гречаний з курячою фрикаделькою	150/11	150/11	200/15	4,2	4,2	5,6	2,6	2,6	3,4	10,3	10,3	13,7	80	80	107
Картопля відварена з маслом вершковим	88	88	110	1,8	1,8	2,2	1,8	1,8	2,3	15,3	15,3	19,1	84	84	105
Курячий шніцель	45	45	60	10,3	10,3	13,8	3,1	3,1	4,2	6,6	6,6	8,8	97	97	129
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/4	30/8	1,9	1,9	2,8	1,4	1,4	2,5	15	15	15	82	82	97
Салат з квашеної капусти			45			0,7			1,5			3,7			30
Кисіль вишневий	142	150	150	0,4	0,4	0,4	0,0	0,0	0,0	11,8	19,3	19,3	62	91	91
Всього за обід:				18,6	18,6	25,5	8,9	8,9	13,9	59,0	66,5	79,6	405	434	559
Вечеря:															
Вінегрет	75	75	100	1,4	1,4	1,9	2,6	2,6	3,5	9,1	9,1	12,1	65	65	87
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
Напій лимонів, апельсинів	150	150	180	0,3	0,3	0,4	0,2	0,2	0,3	5,3	5,3	6,3	18	18	21,6
Фрукти свіжі (банан)	60	60	60	0,9	0,9	0,9	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	13,1	53	53	53
Всього за полуденок:				21,3	21,3	26,2	14,5	14,5	18,3	39,3	43,8	49,5	366	383	458,6

Всього за день:													1115	1198	1468
Середа 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:															
Морква тушкована з чорносливом	53	53	70	0,9	0,9	1,2	2,1	2,1	2,6	8,3	8,3	10,9	52	52	67
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
Каша в'язка пшенична з морквою	96	100	125	3,7	3,7	4,6	2,6	2,6	3,2	18,6	22,6	28,2	113	128	159
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
Сік яблучний	120	120	180	0,5	0,5	0,7	0,0	0,0	0,0	12,4	12,4	18,5	50	50	76
Всього за сніданок:				14,3	14,3	15,7	16,1	16,1	17,2	50,1	54,1	68,4	399	414	486
Обід:															
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
Вареники з курячим м'ясом	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 із родзинок	116	116	140	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	10,0	16,0	19,1	38	61	72
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Всього за обід:				19,8	19,8	25,4	8,8	8,8	10,5	63,4	69,4	86,7	408	431	538
Вечеря:															
Запikanка овочева	117	117	117	6,6	6,6	6,6	6,9	6,9	6,9	29,5	29,5	29,5	204	204	204
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
Фрукти свіжі (апельсини)	80	80	80	0,7	0,7	0,7	0,2	0,2	0,2	7,6	7,6	7,6	32	32	32
Кефір 2,5%	100	100	125	3,0	3,0	3,8	2,5	2,5	3,1	3,5	3,5	4,4	59	59	74
Всього за полуденок:				20,6	20,6	25,2	14,3	14,3	17,0	46,6	46,6	50,6	405	405	467
Всього за день:													1212	1250	1491

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
Сніданок:															
Огірки солені			31			0,5						3,1			13
Капуста тушкована	38	38		0,9	0,9		1,4	1,4		3,2	3,2		27	27	
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
Кури з яблуками в сметані	60	80	80	9,6	12,8	12,8	3,7	5,1	5,1	2,7	3,7	3,7	84	114	114
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/4	30/8	1,9	1,9	2,8	1,4	1,4	2,5	15	15	15	82	82	97
Сік апельсиновий	120	120	180	0,8	0,8	1,3	0,0	0,0	0,0	15,6	15,6	23,4	65	65	97
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
Всього за сніданок:				16,2	19,4	21,2	8,9	10,3	10,6	53,5	54,5	66,8	372	402	466
Обід:															
Салат з вареного буряка	60	60	80	0,9	0,9	1,2	1,8	1,8	2,3	6,0	6,0	8,0	40	40	54
Суп польовий із сметаною	150/4	150/4	150/4	1,6	1,6	1,6	2,6	2,6	2,6	10,7	10,7	10,7	72	72	72
Суфле м'ясне (зі свинини) з овочами	30	30	40	7,4	7,4	9,9	14,7	14,7	19,4	1,1	1,1	1,5	165	165	219
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
Кисіль із апельсинів	150	158	180	0,4	0,4	0,4	0,1	0,1	0,1	9,6	17,5	19,5	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
Всього за обід:				14,1	14,1	17,3	23,2	23,2	28,9	49,5	57,4	64,8	459	489	583
Вечеря:															
Пюре морквяне	54	55	73	0,8	0,8	1,0	2,1	2,1	2,7	5,0	6,0	8,1	38	42	56
Ліниві вареники зі сметаною	100/6	100/6	130/13	17,7	17,7	22,9	11,2	11,2	15,7	18,0	18,0	22,4	222	240	318
Фрукти свіжі (банан)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Молоко кип'ячене	100	100	100	3,0	3,0	3,0	2,6	2,6	2,6	5,0	5,0	5,0	55	55	55
Всього за полуденок:				22,4	22,4	28,1	16,0	16,0	21,1	41,1	42,1	52,9	368	390	500
Всього за день:													1199	1281	1549

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 буряка, яець зі сметаною	50	50	75	2,1	2,1	3,1	2,6	2,6	3,9	3,7	3,7	5,6	47	47	70
Котлета рибна любительська	59	59	88	10,2	10,2	14,7	1,8	1,8	2,6	21,8	21,8	28,2	81	81	116
Каша кукурудзяна розсипчаста	90	113	113	2,5	3,1	3,1	1,8	2,3	2,3	21,4	26,8	26,8	113	141	141
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 (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
Какао	165	165	180	5,9	5,9	6,4	5,0	5,0	5,5	9,5	9,5	10,4	105	105	115
Всього за сніданок:				23	23,6	29,7	13,8	14,3	17	69,4	74,8	85,1	444	472	549
Обід:															
Борщ український, пампушки з часником	150/30/10	150/30/10	200/30/10	5,4	5,4	6,1	5,3	5,3	6,1	27,1	28,1	31,5	177	181	203
Ковбаски м'ясні	50	50	66	9,0	9,0	12,2	9,6	9,6	12,0	6,5	6,5	8,6	149	149	192
Бобові з цибулею (горох)	88	88	114	9,0	9,0	11,2	3,1	3,1	3,8	21,1	21,1	26,3	148	148	183
Чай трав'яний	150	150	180												
Всього за обід:				23,4	23,4	29,5	18,0	18,0	21,9	54,7	55,7	66,4	474	478	578
Вечеря:															
Суп молочний з макаронами	145	150	200	5,3	5,3	7,1	4,6	4,6	6,1	18,3	23,5	31,3	136	156	207
Сир твердий	10	10	10	2,3	2,3	2,3	2,9	2,9	2,9	0	0	0	36	36	36
Морквяники з яблуками	57	59	78	1,7	1,7	2,3	1,7	1,7	2,3	12,7	14,6	19,5	71	78	104
Соус фруктовий з морожених фруктів або ягід (з вишень)	29	30	40	0,3	0,3	0,4	0,0	0,0	0,0	3,9	5,4	7,5	19	25	34
Напій лимонів, апельсинів	150	150	180	0,3	0,3	0,4	0,2	0,2	0,3	5,3	5,3	6,3	18	18	21
Фрукти свіжі (банан)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71

Всього за полуденок:				11,1	11,1	13,7	9,5	9,5	11,7	57,6	66,2	82	351	384	473
Всього за день:													1269	1334	1600

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

Сніданок:

Котлета морквяна під сметанним соусом	50/36	50/36	70/50	2,3	2,3	3,2	6,6	6,6	8,4	13,7	13,7	19,0	121	121	161
Каша боярська (із пшона з родзинками)	95	114	114	5,6	6,5	6,5	4,9	4,9	5,8	19,3	24,3	27,6	144	163	188
Соус із сухофруктів (чорносливу)	42	44	50	0,5	0,5	0,5	0	0	0	15,1	17,6	19,2	61	71	78
Чай трав'яний	150	150	180												
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
Всього за сніданок:				8,6	9,5	10,5	11,7	11,7	14,5	51,2	58,7	70	353	382	463

Обід:

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
Каша гречана 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
Шніцель рибний	47	47	70	9,8	9,8	14,1	1,2	1,2	1,8	23,3	23,3	30,4	85	85	121
Ікра з бурячка	55	55	75	3	3	3,8	0	0	0,1	24,2	24,2	31	40	40	54
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
Всього за обід:				21,2	21,2	28,1	9,9	9,9	12,3	95,6	101,6	128,6	429	452	577

Вечеря:

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
Хліб цільнозерновий з сиром	30/4	30/4	30/8	1,9	1,9	2,8	1,4	1,4	2,5	15	15	15	82	82	97
Какао	150	150	180	2,6	2,6	3,1	2,2	2,2	2,7	4,2	4,2	5,1	47	47	56
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	1,2	1,2	1,2	0,1	0,1	0,1	17,4	17,4	17,4	71	71	71
Всього за полуденок:				18,4	18,4	23,7	9,8	9,8	13,1	55,2	55,2	61,0	382	382	456
Всього за день:													1164	1216	1496

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
Сніданок:															
Овочі припущені в сметанному соусі	59	59	78	1,2	1,2	1,6	3,5	3,5	4,7	4,3	4,3	7,1	53	53	70
Пудинг із курятини	60	60	80	10,9	10,9	14,5	4,4	4,4	5,7	3,1	3,1	4,1	98	98	129
Каша кукурудзяна з сиром твердим	87	87	115	4,1	4,1	5,3	4,6	4,6	5,8	15,6	15,6	21,0	122	122	159
Сік яблучний	120	120	180	0,5	0,5	0,7	0,0	0,0	0,0	12,4	12,4	18,5	50	50	76
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
Всього за сніданок:				18,8	18,8	24,2	14,9	14,9	18,6	45,3	45,3	60,6	394	394	505
Обід:															
Суп-харчо	150/5	150/5	200/6	1,9	1,9	2,6	2,7	2,7	3,6	13,5	13,5	18,0	85	85	114
Філе курки запечене під сиром твердим	55	55	74	10,7	10,7	14,3	7,6	7,6	10,2	1,9	2,4	3,2	119	121	161
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

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 із родзинок	116	116	140	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	10,0	16,0	19,1	38	61	72
Всього за обід:				24,5	24,5	30,2	14,6	14,6	18,6	56,4	62,9	74,5	464	489	593
Вечеря:															
Вінегрет	75	75	100	1,4	1,4	1,9	2,6	2,6	3,5	9,1	9,1	12,1	65	65	87
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
Кисіль вишневий	142	150	185	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	11,9	19,4	24,1	51	80	99
Фрукти свіжі (банан)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Всього за полуденок:				13,4	13,4	17,2	7,9	7,9	10,2	55,6	68,6	88,8	344	394	509
Всього за день:													1202	1277	1601
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:															
Капуста смажена в сухарях	23	23	30	0,8	0,8	1,0	1,1	1,1	1,1	2,8	2,8	3,8	22	22	27
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	108	108	3,0	3,6	3,6	1,8	2,3	2,3	20,0	24,1	24,1	109	132	132
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
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
Кефір 2,5%	100	100	125	3,0	3,0	3,8	2,5	2,5	3,1	3,5	3,5	4,4	59	59	74
Всього за сніданок:				17,8	18,4	23,9	14,2	14,7	18	48,8	52,9	61	417	440	530
Обід:															

Суп з макаронними виробами	150	150	200	1,6	1,6	2,1	2,1	2,1	2,8	11,5	11,5	15,4	71	71	94
Бурак тушкований в сметанному соусі	57	57	75	1,1	1,1	1,5	2,1	2,1	2,7	6,8	6,8	9,1	48	48	63
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
Компот із свіжих 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 (банани)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Всього за обід:				17,1	17,1	22,1	12	12	15	62,6	68,6	88,2	422	445	566
Вечеря :															
Морква припущена з родзинками	57	58	85	0,8	0,8	1,2	0,8	0,8	1,2	6,9	7,9	11,4	34	38	55
Ячний рулет з фаршем	100	100	100	7,8	7,8	7,8	8,3	8,3	8,3	13,6	13,6	13,6	161	161	161
Плов з родзинками	100	100	120	2,6	2,6	3,1	2,7	2,7	3,2	31,1	31,1	37,3	156	156	186
Молоко кип'ячене	100	100	160	2,8	2,8	4,5	2,5	2,5	4,0	4,7	4,7	7,6	52	52	83
Всього за полуденок:				14,0	14,0	16,6	14,3	14,3	16,7	56,3	57,3	69,9	403	407	485
Всього за день:													1242	1292	1581
Четвер 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 з варених овочів	38	38	51	0,7	0,7	1,0	2,1	2,1	2,6	4,2	4,2	5,7	38	38	49
Курка по-італійськи (підлива)	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 з цибулею	90	90	113	3,7	3,7	4,7	2,4	2,4	3,0	23,5	23,5	29,6	132	132	166
Сир твердий	10	10	15	2,3	2,3	3,5	2,9	2,9	4,4	0	0	0	36	36	54

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 із суміші сухофруктів	100	100	100	0,2	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	5,5	10,5	10,5	20	39	39
Всього за сніданок:				18,7	18,7	24,4	13,1	13,1	16,7	44,9	51,3	60	375	399	488
Обід:															
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 гороховий з м'ясною фрикаделькою	150/11	150/11	200/15	7,8	7,8	10,5	3,1	3,1	4,2	12,6	12,6	16,8	109	109	145
Макаронник з м'ясом свинини	93	93	125	8,7	8,7	11,5	11,8	11,8	15,7	22,4	22,4	29,8	231	231	309
Чай трав'яний	150	150	180												
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
Всього за обід:				19,3	19,3	25	18,8	18,8	24,3	51,8	52,8	67,4	453	457	587
Вечеря:															
Пюре морквяне	27	28	36	0,4	0,4	0,5	1,5	1,5	2,0	2,5	3,0	3,9	24	26	34
Запіканка з сиру кисломолочного	80	80	88	13,63	13,63	15,0	8,9	8,9	9,8	11,64	11,64	12,8	182	182	201
Соус фруктовий (з вишень заморожених)	29	30	40	0,3	0,3	0,4	0,0	0,0	0,0	4,0	5,4	7,5	19	25	34
Сік персиковий	120	120	180	0,1	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	19,1	19,1	28,6	82	82	122
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Всього за вечерю:				15,33	15,33	17,3	10,5	10,5	11,9	50,34	52,24	70,2	360	368	462
Всього за день:													1188	1224	1537
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
Сніданок:															

Капуста тушкована	60	60	80	1,5	1,5	2,1	2,0	2,0	2,7	5,0	5,0	7,3	44	44	59
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
Яєчна кашка	52	52	52	5,1	5,1	5,1	7,6	7,6	7,6	0,3	0,3	0,3	90	90	90
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
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/4	30/8	1,9	1,9	2,8	1,4	1,4	2,5	15	15	15	82	82	97
Всього за сніданок:				16,2	16,2	19,2	19,0	19,0	22,3	48,4	48,4	55,4	428	428	496
Обід:															
Борщ полтавський з галушками і сметаною	150/6	150/6	200/8	2,6	2,6	3,4	3,6	3,6	4,7	14,8	16,3	21,6	101	101	140
Болоньезе (зі свинини)	65	65	87	7,0	7,0	9,3	14,2	14,2	18,8	1,3	3,2	4,2	161	168	222
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
Фрукти свіжі (яблуко)	60	60	80	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	3,1	3,1	4,2	27	27	36
Компот із родзинок	116	116	140	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	10,0	16,0	19,1	38	61	72
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
Всього за обід:				12,8	12,8	16,4	19,8	19,8	26,1	56,4	65,8	79,3	469	501	627
Вечеря:															
Каша кукурудзяна розсипчаста	90	90	113	2,5	2,5	3,1	1,8	2,3	2,3	21,4	26,8	26,8	113	113	141
Котлета з м'яса курки(філе)	48	48	64	10,0	10,0	13,3	4,4	4,4	5,9	4,3	4,3	5,8	97	97	129
Салат з буряка, яєць зі сметаною	75	75	75	3,1	3,1	3,1	3,9	3,9	3,9	5,6	5,6	5,6	70	70	70
Компот із свіжих фруктів (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 (банани)	60	60	80	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53	53	71
Всього за полуденок:				16,7	16,7	21	10,4	10,9	12,5	50,6	62	71,9	360	383	477
Всього за день:													1257	1312	1600

