

ПОГОДЖЕНО

Начальник Сумського районного
управління Головного управління
Держпродспоживслужби
в Сумській області

Олександр СКВАРЧА

2025 рік

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о.завідувача Сумського
дошкільного навчального закладу
(центр розвитку дитини) № 13
«Купава», м. Суми,
Сумської області

Лариса КОСТЯН

2025 рік

ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ

на осінній період 2025 року

Сумського дошкільного навчального закладу (центр розвитку
дитини) № 13 «Купава» Сумської міської ради

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Хімічний склад				Енергетична цінність			
	від 3-4 років		Білки		Жири		Вуглеводи			
			від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років		
Сніданок:										
Огірок свіжий	60	80	0.24	0.30	0.03	0.06	0.89	0.99	5	6
Каша пшоняна в'язка (ЗП, МП, Л)	80	100	2.9	3.2	3.3	3.9	16.5	17.8	120	200
Омлет з твердим сиром(Я, МП, Л, Г)	60/10	80/13	5.9	5.9	6.1	6.1	2.6	2.6	92	141
Какао (МП, Л)	150	200	4.0	5.3	3.4	4.5	6.3	8.6	70	95
Фрукти свіжі (яблука)	60	80	0.2	0.3	0.2	0.3	6.2	8.3	27	36
Всього за сніданок:			13.24	15.0	13.03	14.86	32.49	38.29	314	478
Обід:										
Салат із томатів свіжих	60	80	0.5	0.7	1.1	1.6	2.6	3.5	21	30
Суп ячний	150	200	1.5	2.4	1.7	2.5	9.8	13.5	64	101
Рибна паличка з яйцем (Я, Г, Р)	46	69	9.2	13.5	4.6	6.2	4.8	6.7	98	137
Каша гречана розсипчаста (Л)	80	100	4.2	5.3	2.6	3.2	21.2	26.6	157	191
Компот із свіжих фруктів	120	180	0.6	0.9	0.0	0.0	17.4	26.1	71	106
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2.1	2.1	2.4	2.4	9.9	9.9	71	71
Свіжі фрукти (банан) Ф	60	80	0.9	1.2	0.06	0.08	13.0	17.4	53	71
Всього за обід:			19.0	26.1	12.46	15.98	78.7	103.7	535	707
Вечеря:										
Салат із капусти	60	80	0.5	0.7	1.1	1.4	2.0	2.5	20	25
Котлета рублена з курятини (Г)	58	77	10.8	14.5	3.6	4.6	8.2	11.2	120	175
Каша в'язка пшенична з морквою (МП, Л)	80	100	9.5	10.9	1.9	2.4	21.1	24.3	151	175
Молоко кип'ячене (МП, Л)	150	200	4.2	5.6	5.2	7.0	6.7	9.0	93	124
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2.1	2.1	2.4	2.4	9.9	9.9	71	71
Всього за вечерю:			27.1	33.8	14.2	17.8	47.9	56.9	455	570
Всього за день:			59.34	74.9	39.69	48.64	159.09	198.89	1304	1755

ВІВТОРОК І ТИЖДЕНЬ

Хімічний склад

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Томати свіжі	60	80	0,4	0,7	0,08	0,10	5,7	6,1	10	14
Тюфтелька куряча (з овочами) (Г, МП, Л, Я, Г)	66\25	88\30	11,5	15,6	5,3	6,6	11,6	13,1	160	230
Каша ячна розсипчаста (ЗП, Г, МП, Л)	80	100	3,0	3,4	1,8	2,2	20,0	22,0	145	195
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	-	-	71	71
Твердий сир	10	15	2,3	3,4	3,0	4,5	-	-	37	55
Компот із плодів сушених	120	180	0,4	0,4	0,0	0,0	22,1	23,9	84	98
Фрукти свіжі (яблуко)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36
Всього за сніданок:			19,9	25,9	12,88	16,1	75,5	83,3	534	699
Обід:										
Салат із свіжої капусти	60	80	0,7	0,9	3,0	4,0	4,4	5,9	61	84
Суп з макаронними виробами (МП, Л)	150	200	1,7	2,3	1,3	1,8	13,1	17,4	98	136
Мафіни з овочами та твердим сиром (Г, Я, МП, Л)	63/45/15	84/60/11	12,0	15,9	6,5	9,4	3,8	5,1	184	240
Плов з родзинками (ЗП, МП, Л)	100	120	2,9	3,8	2,7	3,2	33,4	41,1	185	226
Компот із сухофруктів	120	180	0,6	0,9	0,0	0,0	17,4	26,1	71	106
Фрукти свіжі (банани) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,0	17,4	53	71
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за обід:			20,9	27,1	15,96	20,88	95,0	122,9	723	934
Вечеря:										
Салат із свіжої моркви	60	80	0,6	0,6	2,5	2,5	6,2	6,2	36	36
Каша гречана в'язка (МП, Л, Я, ЗП)	80	100	16,0	20,4	12,0	15,0	20,6	26,0	277	322
Чахохбілі з куркою	60/45	83/60	0,3	0,3	0,0	0,0	10,5	10,5	41	41
Сік виноградно-яблучний (Ф)	120	180	0,6	0,9	0,0	0,0	17,4	26,1	71	106
Всього за вечерю:			17,5	22,2	14,5	17,5	54,7	68,3	425	505
Всього за день:			58,3	75,2	43,34	54,48	225,2	274,5	1682	2138

СЕРЕДА І ТИЖДЕНЬ

Хімічний склад

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Овочеве рагу (МП, Л)	60	80	1,1	1,3	1,7	2,6	6,1	7,2	56	73
Огірки свіжі	60	80	0,24	0,30	0,03	0,06	0,89	0,99	5	6
Оладки курячі (Г)	60/45	80/60	9,9	13,2	3,4	4,3	4,0	5,4	101	127
Каша пшенична розсипчаста з цибулею (ЗП, Г)	80	100	4,1	5,1	2,4	3,0	25,6	31,9	181	190
Фрукти свіжі (апелсини)	120	180	0,1	0,2	0,0	0,0	19,1	28,6	82	151
Хліб цільнозерновий з сиром твердим (Г, МП, Л)	30/10	30/15	3,3	5,1	3,9	6,2	9,9	9,9	89	118
Всього за сніданок			18,74	25,2	11,43	16,16	65,59	83,99	514	665
Обід:										
Салат з свіжих томатів	60	80	0,5	0,7	4,0	5,0	1,7	2,2	45	57
Суп-харчо	150	200	1,8	2,7	2,3	3,7	12,8	19,6	132	214
Шніцель зі свинини (Г)	60/45	80/60	6,4	8,4	12,3	14,5	6,9	8,6	189	227
Картопля тушкована з цибулею та томатом (МП, Л)	85	105	2,5	2,8	3,5	4,0	19,7	22,4	138	180
Компот із сухофруктів	120	180	0,2	0,2	0,0	0,0	19,1	28,6	82	151
Фрукти свіжі (банан) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,0	17,4	53	71
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за обід:			14,4	18,1	24,84	29,38	83,1	108,7	710	971
Вечеря:										
Салат вітамінний	60	80	0,6	0,7	2,1	3,0	3,7	4,5	35	38
Каша перлова в'язка (Г, ЗП, МП, Л, Я, Г)	80	100	3,6	4,4	4,8	5,5	23,1	28,1	167	218
Курятина в сметані (МП, Л)	64/45	87/60	10,4	13,7	6,0	7,9	11,4	14,8	142	213
Сік фруктовий	120	180	0,2	0,2	0,0	0,0	19,1	28,4	82	98
Всього за вечерю:			14,60	18,8	12,9	16,4	38,2	47,4	344	469
Всього за день:			47,74	62,10	49,17	61,94	186,89	240,09	1568	2105

ЧЕТВЕРГ ТИЖДЕНЬ

Хімічний склад

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Каша кукурудзяна з сиром твердим (МП, Л)	80/10	100/13	12,4	17,1	10,2	13,7	13,1	18,0	130	160
Котлета м'ясна	60/45	80/60	12,3	15,9	4,4	5,7	12,0	16,8	149	220
Огірок свіжий	10	42	0,1	0,3	0,0	0,0	1,6	6,6	7	27
Чай (трав'яний)	120	180	0,1	0,2	0,0	0,0	19,1	28,6	82	151
Фрукти свіжі (яблука)(Ф)	60	80	0,5	0,7	0,1	0,2	5,7	7,6	24	32
Всього за сніданок:			13,1	18,3	10,3	13,9	39,5	60,8	392	590
Обід:										
Салат з томатів свіжих	60	80	0,9	1,1	3,0	3,6	2,9	3,0	36	43
Борщ український зі сметаною (МП, Л)	150/4	200/6	2,1	2,8	2,5	3,1	10,0	13,1	161	191
Нагетси курячі (Г, Я)	60/45	80/60	12,0	16,0	4,2	5,4	12,1	16,5	152	224
Макарони відварені з твердим сиром (Г, МП, Л)	80	100	3,0	3,9	1,7	2,2	19,5	25,4	134	181
Компот із свіжих фруктів	120	180	0,1	0,2	0,0	0,0	19,1	28,6	82	151
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Фрукти свіжі (банани) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,0	17,4	53	71
Всього за обід:			21,1	27,3	13,86	16,78	86,5	113,9	689	932
Вечеря:										
Салат вітамінний	60	80	0,4	0,7	0,08	0,10	5,7	6,1	10	14
Тюфтелька куряча з овочами (ЗП, МП, Л, Я)	60/45	80/60	10,72	14,30	4,79	6,26	10,9	14,49	194	221
Каша ячна вязка	80	100	12,0	16,1	9,8	12,6	12,9	16,4	122	156
Какао (МП, Л)	150	200	4,0	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Фрукти свіжі (апельсини)(Ф)	60	80	0,5	0,7	0,1	0,2	5,7	7,6	24	32
Всього за вечерю:			17,22	22,4	10,67	13,26	32,8	39,09	491	589
Всього за день:			51,42	68,0	34,83	43,94	158,8	213,79	1572	2111

П'ЯТНИЦЯ І ТИЖДЕНЬ

Хімічний склад

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Салат зі свіжої моркви	60	80	0,6	0,7	2,1	3,0	3,7	4,5	35	38
Омлет драчена (Я, МП, Л)	60	80	5,3	5,3	6,4	6,4	1,9	1,9	107	123
Каша вівсяна в'язка	80	100	5,2	6,4	6,6	7,7	27,7	34,1	258	305
Гуляш курячий (Г, МП, Л)	60/45	80/60	6,8	11,8	10,8	13,0	2,9	4,5	208	238
Компот із сухофруктів	120	180	0,4	0,5	0,1	0,1	4,0	5,0	17	23
Фрукти свіжі (банан) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,0	17,4	53	71
Всього за сніданок:			12,4	14,9	17,06	20,28	52,2	66,4	678	798
Обід:										
Томати свіжі	60	80	0,4	0,7	0,08	0,10	5,7	6,1	10	14
Суп квасолевий (Г, МП, Л)	150	200	5,6	7,5	1,8	2,3	15,2	20,0	171	207
Зрази картопляні з квасолем м'ясом «Човники» (Я, Г)	71/45	85/60	10,6	13,1	5,1	6,0	18,8	23,3	194	259
Компот із свіжих фруктів	120	180	0,09	0,1	0,08	0,1	10,7	13,5	53	64
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Фрукти свіжі (апелсини)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,0	17,4	53	71
Всього за обід:			18,79	23,5	9,46	10,9	60,3	72,8	499	615
Вечеря:										
Салат зі свіжої капусти	60	80	0,7	0,9	3,0	4,0	4,4	5,9	61	81
Хлібець рибний (Г, МП, Л, Я, Р)	48/40	72/60	7,9	11,9	3,3	4,2	3,5	5,2	105	135
Каша пшенична з цибулею (ЗП, МП, Л)	80	100	3,6	5,0	5,0	6,7	11,8	15,0	125	170
Кефір (МП, Л)	100	125	3	3,7	2,5	3,1	3,5	4,3	59	84
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за вечерю:			17,3	23,6	16,2	20,4	33,1	40,3	421	541
Всього за день:			48,49	62,0	42,72	51,58	145,6	179,5	1416	1762

ПОНЕДІЛОК І ТИЖДЕНЬ

Хімічний склад

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Салат морквяно-яблучний з сиром твердим (МП, Л)	60/10	80/15	2,5	3,2	4,2	5,4	10,2	13,4	115	133
Каша вівсяна в'язка(МП,Л, Г)	80	100	6,1	7,7	4,9	6,1	37,0	46,2	234	295
Омлет	60	80	5,3	5,3	6,4	6,4	1,9	1,9	117	141
Сік фруктовий (Ф)	120	180	0,48	0,72	0,0	0,0	12,36	18,54	50	76
Всього за сніданок			9,38	11,92	9,1	11,5	70,06	88,64	440	545
Обід:										
Салат із свіжої капусти	60	80	0,7	0,8	3,0	4,0	4,4	5,9	61	84
Суп болгарський	150	200	7,8	12,2	4,7	7,2	1,9	3,0	100	160
Риба, запечена під молочним соусом (МП,Л)	55/40	75/60	8,1	12,1	2,0	3,3	5,3	7,7	90	129
Картопляне пюре (МП, Л)	80	100	2,0	3,0	2,1	2,7	14,8	20,1	95	135
Компот із свіжих фруктів	120	180	0,2	0,3	0,2	0,3	12,2	16,3	50	66
Свіжі фрукти (банани) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,16	0,18	13,0	17,4	53	71
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за обід:			21,8	31,7	14,56	20,08	61,5	80,3	520	716
Вечеря:										
Салат з свіжих огірків	60	80	0,5	0,7	4,0	5,0	1,7	2,2	45	57
Курачий рулет фарширований вареним яйцем (Г, Я)	60/45	80/60	11,8	15,7	5,4	6,7	5,3	7,0	132	171
Каша пшенична в'язка (ЗП, Г, МП, Л)	80	100	2,4	3,0	1,7	2,1	15,1	18,9	127	138
Кисіль молочний (МП, Л)	150	200	2,8	4,2	2,5	3,8	12,5	18,6	82	123
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Фрукти свіжі (яблука)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36
Всього за вечерю:			19,8	26,0	16,2	20,30	50,70	64,90	484	596
Всього за день:			50,98	69,62	39,86	51,88	182,26	233,84	1444	1857

ВІВТОРОК ІІ ТИЖДЕНЬ

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Хімічний склад						Енергетична цінність	
			Білки		Жири		Вуглеводи			
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Салат з капусти, моркви та яблука (МП, Л)	60	80	2,6	3,4	3,1	4,2	4,4	6,1	73	98
Суфле яєчне (Я, МП, Л, Г)	75	75	6,8	6,8	7,5	7,5	6,0	6,0	164	190
Ризотто з зеленим горошком та твердим сиром (ЗП, МП, Л)	90/10	110/15	3,6	4,4	4,9	6,0	14,2	17,2	158	179
Чай (трав'яний) з лимоном (Ф)	120/3	180/3	0,1	0,1	0,0	0,0	0,4	0,4	3	4
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Фрукти свіжі (банан) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,0	17,4	53	71
Всього за сніданок			16,1	18,0	17,96	20,18	47,9	57,0	522	613
Обід:										
Томати свіжі	60	80	0,4	0,7	0,08	0,10	5,7	6,1	10	14
Борщ з картоплею зі сметаною (МП, Л)	150/5	200/7	1,3	1,9	2,6	5,0	10,2	13,9	105	151
Кури відварні порційні	55/45	90/60	8,5	14,0	10,3	16,8	4,3	6,7	200	263
Каша з булгуру (ЗП, МП, Л)	80	180	2,8	3,5	1,8	2,2	19,9	25,0	154	230
Компот із суміші сухофруктів	120	180	0,23	0,23	0,0	0,0	10,5	10,5	39	39
Фрукти свіжі (яблука)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за обід:			15,53	22,73	17,38	26,8	66,7	80,4	606	804
Вечеря:										
Салат з свіжої моркви	60	80	0,6	0,6	2,5	2,5	6,2	6,2	56	56
Оладки курячі (Г, МП, Л, Я)	70	93	11,4	15,1	5,1	6,4	5,3	6,9	134	161
Картопля запечена скибочками (з вареної)	80	100	2,5	3,1	2,2	2,8	12,6	15,5	100	133
Какао (МП, Л)	150	200	4,0	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95
Фрукти свіжі (апельсини)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,0	17,4	53	71
Всього за вечерю:			18,5	24,1	13,2	16,2	30,4	37,2	413	516
Всього за день:			50,13	64,83	48,54	63,18	145	174,6	1541	1933

СЕРЕДА ІІ ТИЖДЕНЬ

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Хімічний склад								Енергетична цінність	
			Білки		Жири		Вуглеводи					
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:												
Салат із білокачанної капусти	60	80	0,5	0,7	1,1	1,4	2,0	2,5	20	25		
Суфле рибне (Г, МП, Л, Я, Р)	60/45	80/65	7,8	11,7	2,9	4,3	1,3	2,0	129	132		
Каша гречана в'язка (МП, Л)	80	100	4,2	5,3	2,6	3,2	21,1	26,4	180	192		
Сік виноградно-яблучний (Ф)	120	180	0,6	0,9	0,0	0,0	17,4	26,1	91	126		
Хліб цільнозерновий з сиром твердим (Г, МП, Л)	30/10	30/15	3,3	5,1	3,9	6,2	9,9	9,9	89	118		
Всього за сніданок			16,4	23,7	10,5	15,1	51,7	66,9	509	593		
Обід:												
Морква тушкована	60	80	2,3	2,9	0,1	0,1	27,5	34,9	57	74		
Куліш пшоняний з фрикаделькою (ЗП, Я, МП, Л)	150/11	200/15	5,0	6,6	5,1	6,4	13,1	17,3	185	234		
Голубці ліниві з курячим м'ясом (ЗП, МП, Л)	75/45	110/60	13,1	16,8	12,5	17,7	11,6	16,3	253	328		
Компот із свіжих фруктів	120	180	0,4	0,5	0,1	0,1	4,0	5,0	17	23		
Фрукти свіжі (апелсини)(Ф)	60	80	0,5	0,7	0,1	0,1	5,7	7,6	24	32		
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71		
Всього за обід:			23,4	29,6	20,3	26,8	71,8	91,0	607	762		
Вечеря:												
Гратен «Зебра» (запіканка сирна з какао) (МП, Л, ЗП, Г, Я)	122	155	15,1	19,1	10,8	14,0	15,9	19,8	242	293		
Соус із сухофруктів (з яблук сушених)	28	28	0,3	0,3	0,0	0,0	10,5	10,5	41	41		
Фрукти свіжі (банан)	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13,0	17,4	53	71		
Всього за вечерю:			16,3	20,6	10,86	14,08	40,4	47,7	336	405		
Всього за день:			56,1	73,9	41,66	55,98	162,9	205,5	1452	1761		

ЧЕТВЕР П ТИЖДЕНЬ

Хімічний склад

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Томати свіжі	60	80	0,4	0,7	0,08	0,10	5,7	6,1	10	14
Биточок рублений з курятини паровий (Г, МП, Л)	60/45	80/60	10,6	14,2	2,4	3,0	5,0	6,6	140	173
Полента (ЗП, МП, Л)	80	100	2,5	3,1	2,4	3,0	16,6	20,1	135	206
Фрукти свіжі (апелсини)	120	180	0,2	0,2	0,0	0,0	8,8	12,1	34	46
Хліб цільнозерновий з сиром тверди (Г, МП, Л)	30/10	30/15	3,3	5,1	3,9	6,2	9,9	9,9	89	118
Всього за сніданок			17,0	23,3	8,78	12,3	46,0	54,8	408	557
Обід:										
Салат вітамінний	60	80	0,6	0,7	2,1	3,0	3,7	4,5	35	38
Суп український з галушками (Г, Я)	150/15	200/20	1,8	2,4	2,8	3,4	12,4	16,5	134	155
М'ясо яловиче варене	60/45	80/60	10,1	15,2	8,6	13,0	0,2	0,3	152	200
Каша ячна в'язка (ЗП, Г, МП, Л)	80	100	1,8	2,2	1,7	2,1	11,9	14,6	101	158
Компот із сухофруктів (Ф)	120	180	0,23	0,23	0,0	0,0	10,5	10,5	39	39
Фрукти свіжі (банани) (Ф)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,2	27	36
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за обід:			16,83	23,13	17,8	24,2	54,8	64,5	559	697
Вечеря:										
Огірки свіжі	60	80	0,26	0,30	0,03	0,06	0,89	0,99	5	6
Зрази рисові з овочами (ЗП, МП, Л, Я, Г)	127	154	5,3	6,6	5,7	6,6	31,4	38,9	237	278
Соус сметанный з томатом (МП, Л, Г)	15	25	0,3	0,6	1,8	3,7	0,8	1,1	21	40
Омлет драчена (Я, МП, Л, Г)	42	42	5,8	5,8	6,9	6,9	2,6	2,6	126	143
Яблуко печене	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	9,2	12,3	38	51
Всього за вечерю:			11,86	13,6	14,63	17,56	44,89	55,89	427	518
Всього за день:			45,69	60,03	41,21	54,06	145,69	175,19	1394	1772

П'ЯТНИЦЯ ІІ ТИЖДЕНЬ

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Хімічний склад								Енергетична цінність	
			Білки		Жири		Вуглеводи					
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:												
Салат з свіжої моркви	60	80	0,6	0,6	2,5	2,5	6,2	6,2	6,2	56	56	56
Паличка куряча (Г, Я)	60/45	80/60	10,6	14,1	3,9	5,0	5,6	7,4	121	160	160	160
Каша перлова розсипчаста (ЗП, Г, МП, Л)	80	100	2,8	3,5	1,8	2,2	19,9	25,0	128	183	183	183
Какао (МП, Л)	150	200	4,0	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95	95	95
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71	71	71
Фрукти свіжі (апелсин) (Ф)	60	80	0,5	0,7	0,1	0,2	5,7	7,6	24	32	32	32
Всього за сніданок			20,60	26,30	14,10	16,80	53,60	64,70	470	597	597	597
Обід:												
Огірки свіжі	60	80	0,24	0,30	0,03	0,06	0,89	0,99	5	6	6	6
Суп польовий (ЗП, МП, Л)	150	200	1,7	2,3	1,3	1,8	13,1	17,4	98	136	136	136
Котлети полтавські (МП,Л)	60/45	80/60	8,0	10,7	10,2	13,3	0,1	0,2	132	197	197	197
Каша пшенична в'язка (ЗП, Г, МП, Л)	80	100	16,0	21,0	2,0	2,7	53,6	68,4	166	241	241	241
Компот із суміші сухофруктів	120	180	0,23	0,23	0,0	0,0	10,5	10,5	39	39	39	39
Фрукти свіжі (яблука)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36	36	36
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71	71	71
Всього за обід:			28,47	36,93	16,13	20,56	94,29	115,69	538	726	726	726
Вечеря:												
Рагу овочеве з кашою	100	125	7,1	8,6	5,1	6,9	37,7	46,8	235	297	297	297
Пудинг із курятини	65/45	85/60	8,1	10,9	10,3	13,5	0,2	0,3	134	194	194	194
Кефір	100	125	3	3,7	2,5	3,1	3,5	4,3	59	86	86	86
Всього за вечерю:			14,3	16,67	11,05	13,48	84,96	9837	522	640	640	640
Всього за день:			63,37	79,90	41,28	50,84	232,85	278,76	1530	1963	1963	1963

ПОНЕДІЛОК ІІ ТИЖНЯ

Хімічний склад

Хімічний склад												
Найменування продуктів (індекс алергену)			Маса нетто		Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
					від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:												
Томати свіжі			60	80	0,4	0,7	0,08	0,10	5,7	6,1	10	14
Каша «Янтарна» (із пшона з яблуками) (ЗП, МП, Л)			90	110	4,3	5,3	4,6	5,7	20,9	25,9	174	220
Соус із сухофруктів (з яблук сушених)			28	28	0,3	0,3	0,0	0,0	10,5	10,5	41	41
Сік виноградний (Ф)			120	180	0,6	0,9	0,0	0,0	17,4	26,1	71	106
Хліб цільнозерновий (Г)			30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за сніданок					7,7	9,3	7,08	8,2	64,4	78,5	367	452
Обід:												
Салат із свіжих огірків			60	80	0,5	0,7	4,0	5,0	1,7	2,2	45	57
Суп гречаний (ЗП)			150	200	1,2	1,9	3,0	4,0	11,3	15,8	113	164
Рулет рибний (Г, Я, Р)			53/40	79/60	7,9	11,8	3,6	4,8	3,1	4,6	121	151
Макарони відварні з сиром твердим (Г, МП, Л)			80/10	100/15	4,9	6,4	3,8	5,0	21,7	27,3	193	231
Компот із свіжих фруктів (з яблук)			120	180	0,2	0,3	0,2	0,3	12,2	16,3	50	66
Фрукти свіжі (банани)(Ф)			60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	53	71
Хліб цільнозерновий (Г)			30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за обід:					17,0	23,5	17,12	21,8	66,1	84,4	646	811
Вечеря:												
Салат із свіжої капусти та яблук			60	80	0,6	0,8	4,1	5,1	2,7	3,8	49	78
Чахохбілі з куркою (Г)			32/45	43/60	10,1	13,5	3,3	4,3	5,2	7,1	100	131
Каша в'язка пшенична з морквою (Я, МП, Л, Г)			80	100	2,6	3,3	3,3	4,4	18,7	23,2	137	170
Какао (МП, Л)			150	200	4,0	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95
Фрукти свіжі (апельсини)			60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36
Всього за вечерю:					17,5	23,2	14,3	18,6	39,1	51	383	510
Всього за день:					42,20	56,0	38,50	48,6	169,6	213,9	1396	1773

ВІВТОРОК ІІІ ТИЖДЕНЬ

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Хімічний склад								Енергетична цінність	
			Білки		Жири		Вуглеводи					
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:												
Салат вітамінний	60	80	0,6	0,7	2,1	2,1	3,7	4,5	45	51		
Суфле з вареного курячого м'яса (МП, Л, Я, Г)	50/45	70/60	8,8	13,9	10,0	15,7	6,2	8,9	198	254		
Каша ячна розсипчаста з цибулею (ЗП, Г)	80	100	3,1	3,9	2,4	3,0	20,8	26,5	189	237		
Чай (трав'яний)	120	180	-	-	-	-	-	-	-	-		
Хліб цільнозерновий з сиром твердим (Г, МП, Л)	30/10	30/15	3,3	5,1	3,9	6,2	9,9	9,9	89	118		
Фрукти свіжі (яблука)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36		
Всього за сніданок			16,0	23,9	18,6	27,3	46,8	58,1	637	696		
Обід:												
Салат з свіжої моркви	60	80	0,6	0,6	2,5	2,5	6,2	6,2	56	56		
Суп –пюре з яйцем та фрикаделькою (Я, Г, МП, Л, Я)	150/10	200/14	5,5	7,4	3,5	4,5	13,8	18,5	145	227		
Суфле з вареного курячого м'яса та рису (ЗП)	102/80	120/100	6,3	8,1	10,3	13,9	14,1	20,6	232	292		
Компот із суміші сухофруктів	120	180	0,23	0,23	0,0	0,0	10,5	10,5	39	39		
Фрукти свіжі (банани)(Ф)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	53	71		
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71		
Всього за обід:			14,93	18,73	18,9	23,6	60,7	74,0	596	756		
Вечеря:												
Запіванка вермішelio-сирна (МП, Л, ЗП, Г, Я)	116	145	18,7	23,0	11,6	14,4	16,3	18,0	247	327		
Кефір (МП, Л)	100	125	3	3,7	2,5	3,1	3,5	4,3	59	84		
Всього за вечерю:			21,7	26,7	14,1	17,5	19,8	22,3	306	411		
Всього за день:			52,63	69,33	51,6	68,4	127,3	154,4	1450	1863		

СЕРЕДА ІІІ ТИЖДЕНЬ

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Салат зі свіжої капусти та яблук	60	80	0,6	0,8	4,1	5,1	2,7	3,8	49	78
Омлет з твердим сиром (Я, МП, Л)	57/10	57/15	7,1	7,1	9,0	9,0	0,9	0,9	133	133
Каша в'язка пшенична (ЗП, Г, МП, Л)	80	100	3,2	5,1	1,8	4,2	19,2	30,9	170	211
Компот із сухофруктів	120	180	0,2	0,3	0,2	0,3	12,2	16,3	50	66
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Фрукти свіжі (апельсини)	60	80	0,9	1,2	0,16	0,18	13,0	17,4	53	71
Всього за сніданок			13,20	15,40	17,5	21,0	44,9	61,8	473	559
Обід:										
Огірки свіжі	60	80	0,24	0,30	0,03	0,06	0,89	0,99	4	5
Суп гороховий з грінками (Г)	150/20	200/20	5,8	7,0	4,2	4,8	23,6	28,1	209	253
Вареники з курячим м'ясом (Г, Я, МП, Л)	80	105	12,8	16,9	4,5	5,6	16,7	22,1	178	228
Компот зі свіжих фруктів (яблук)(Ф)	120	180	0,2	0,3	0,2	0,3	12,2	16,3	50	66
Фрукти свіжі (банани) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,16	0,18	13,0	17,4	53	71
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за обід:			22,04	27,8	11,49	13,34	76,29	94,79	565	694
Вечеря:										
Кнелі із курятини з рисом в сметанно-томатному соусі (ЗП, МП, Л, Г)	47/36	63/57	10,3	14,1	4,7	6,8	6,0	9,1	110	207
Запіванка овочева (Я, ЗП, Г, МП, Л)	117	117	6,6	6,6	6,9	6,9	29,5	29,5	204	204
Кисіль молочний (МП, Л)	150	200	2,8	4,2	2,5	3,8	12,5	18,6	82	123
Фрукти свіжі (яблука)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36
Всього за вечерю:			19,9	25,2	14,3	17,8	54,2	65,5	423	570
Всього за день:			55,14	68,4	43,29	52,14	175,39	222,09	1461	1823

ЧЕТВЕРШІ ТИЖДЕНЬ

Найменування продуктів (індекс алергену)		Маса нетто		Хімічний склад								Енергетична цінність	
				Білки		Жири		Вуглеводи					
від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років		
Сніданок:													
Томати свіжі	60	80	0,4	0,7	0,08	0,10	5,7	6,1	10	14			
Гуляш курячий (Г, МП, Л)	50	80	6,9	11,5	10,1	16,2	2,8	4,4	208	238			
Каша гречана в'язка (МП, Л)	80	100	2,8	3,5	2,2	2,7	13,9	17,4	109	181			
Молоко кип'ячене (МП, Л)	100	120	2,8	3,4	2,5	3,0	4,7	5,7	52	62			
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71			
Фрукти свіжі (апелсини)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	43			
Всього за сніданок			15,0	21,2	17,28	24,4	37,0	43,5	450	566			
Обід:													
Салат зі свіжої капусти	60	80	0,7	0,8	3,0	4,0	4,4	5,9	61	81			
Борщ український зі сметаною (МП, Л)	150/4	200/6	2,1	2,8	2,5	3,1	10,0	13,1	87	139			
Суфле м'ясне (зі свинини) з овочами (Я)	45	60	7,4	9,9	14,7	19,4	1,1	1,5	185	231			
Каша перлова в'язка (ЗП, Г, МП, Л)	82	103	1,7	2,1	1,6	2,1	12,2	15,2	94	129			
Фрукти свіжі (банани) (Ф)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36			
Кисіль із сушених фруктів	120	180	0,2	0,3	0,0	0,0	83,1	87,1	112	115			
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71			
Всього за обід:			14,4	18,3	24,4	31,3	126,9	141	637	802			
Вечеря:													
Зрази з сиру кисломолочного з курагою (МП, Л, Г, Я)	100	125	14,8	18,3	8,9	11,1	38,3	48,1	289	397			
Компот із суміші сухофруктів	120	180	0,23	0,23	0,0	0,0	10,5	10,5	39	39			
Сік яблучний	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36			
Всього за вечерю:			15,23	18,83	9,1	11,4	55,0	66,9	355	472			
Всього за день:			44,63	58,33	50,78	67,1	218,9	251,4	1442	1840			

П'ЯТНИЦЯ ІІІ ТИЖДЕНЬ

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Хімічний склад								Енергетична цінність	
			Білки		Жири		Вуглеводи					
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:												
Салат з огірків	60	80	0,5	0,7	4,0	5,0	1,7	2,2	45	57		
Котлета рибна любительська (Г, Я, МП, Л, Р)	59	88	10,2	14,7	1,8	2,6	21,8	28,2	114	146		
Каша кукурудзяна розсипчаста (ЗП, МП, Л)	80	100	2,5	3,1	1,8	2,3	21,4	26,8	145	195		
Твердий сир	10	15	2,3	3,4	3,0	4,5	-	-	37	55		
Чай (трав'яний)	120	180	-	-	-	-	-	-	-	-		
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71		
Фрукти свіжі (банани)	60	80	0,9	1,2	0,2	0,3	13,1	17,4	53	71		
Всього за сніданок			18,5	25,2	13,2	17,1	67,9	84,5	465	595		
Обід:												
Томати свіжі	60	80	0,4	0,7	0,08	0,10	5,7	6,1	10	14		
Суп рисовий (ЗП, МП,)	150	200	1,2	1,9	3,0	4,0	11,3	15,8	113	164		
Гречаник м'ясний з яловичини (Я, Г)	80/45	100/60	20,37	26,87	4,52	6,3	43,9	55,1	361	441		
Компот із суміші сухофруктів	120	180	0,23	0,23	0,0	0,0	10,5	10,5	39	39		
Фрукти свіжі (яблука) (Ф)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36		
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71		
Всього за обід:			24,5	32,1	10,2	13,1	87,5	105,7	621	765		
Вечеря:												
Салат з свіжої моркви	60	80	0,6	0,6	2,5	2,5	6,2	6,2	56	56		
Каша гречана в'язка	80	100	5,1	5,1	4,6	4,6	0,3	0,3	98	127		
Котлета м'ясна куряча (Г, Я)	60/45	80/60	2,6	3,3	2,7	3,4	21,8	27,3	142	194		
Фрукти свіжі (апельсини)	60	80	0,9	1,3	0,2	0,3	13,1	17,6	55	79		
Какао (МП, Л)	150	200	4,0	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95		
Всього за вечерю:			12,4	14,6	13,2	15,0	36,2	49,0	338	435		
Всього за день:			55,4	79,02	36,60	45,2	191,6	239,2	1424	1795		

ПОНЕДІЛОК ІV ТИЖДЕНЬ

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Котлета м'ясна під сметанним соусом (ЗП, Г, Л)	60/20	80/30	2,0	3,0	7,0	8,0	14,0	19,0	121	181
Каша гречка (із пшона з родзинками) (ЗП, МП, Л, Я)	85	105	6,0	6,0	5,0	6,0	24,0	28,0	207	231
Соус із сухофруктів (з яблук сушених)	28	28	0,3	0,3	0,0	0,0	10,5	10,5	41	41
Твердий сир	10	15	2,3	3,4	3,0	4,5	-	-	37	55
Фрукти свіжі (банан) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,1	0,1	13,1	17,4	53	71
Всього за сніданок			11,5	13,9	15,1	18,6	61,6	74,9	459	579
Обід:										
Огірки свіжі	60	80	0,24	0,2	0,03	0,06	0,89	0,99	4,2	5
Суп селянський з перловою крупою та сметаною (ЗП, МП, Л)	150/6	200/8	1,5	2,0	3,4	4,4	8,9	11,9	100	161
Шніцель м'ясний натуральний (Я, Г, Р)	47	70	9,8	14,1	1,2	1,8	23,3	30,4	119	175
Картопляне пюре (МП, Л)	80	100	2,1	2,5	2,1	2,6	14,5	18,2	195	240
Компот із свіжих яблук	120	180	0,2	0,3	0,2	0,3	12,2	16,3	50	66
Фрукти свіжі (апельсини) (Ф)	60	80	0,5	0,7	0,1	0,2	3,2	3,7	24	32
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за обід:			16,44	21,9	9,43	11,76	72,89	91,39	563,2	750
Вечеря:										
Салат із свіжої капусти та яблук	60	80	0,6	0,8	4,1	5,1	2,7	3,8	49	78
Котлета м'ясна з філе курки панірована в сухарях (Г, Я)	48	65	10,7	14,1	4,0	5,1	4,1	5,3	123	156
Каша рисова розсипчаста (МП, Л)	80	100	4,6	5,8	2,7	3,3	23,1	29,1	110	130
Какао (МП, Л)	150	200	4,0	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за вечерю:			22,0	28,1	16,6	20,4	46,1	56,70	423	530
Всього за день:			49,91	53,9	41,13	50,76	180,59	222,99	1445,2	1859

ВІВТОРОК ІV ТИЖДЕНЬ

Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Хімічний склад										Енергетична цінність	
			Білки		Жири		Вуглеводи							
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років		
Сніданок:														
Салат із помідорів та свіжих огірків	60	80	0,51	0,63	3,04	3,05	1,65	2,38	36	37				
Пудинг із курятини (МП, Л, Г, Я)	60	80	10,9	14,5	4,4	5,7	3,1	4,1	164	199				
Каша кукурудзяна з сиром твердим (ЗП, МП, Л)	80/10	100/15	4,1	5,3	4,6	5,8	15,6	21,0	260	281				
Сік яблучний (Ф)	120	180	0,48	0,72	0,0	0,0	12,36	18,54	50	76				
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71				
Всього за сніданок			18,6	23,25	14,44	16,95	42,61	55,92	581	664				
Обід:														
Салат зі свіжої капусти	60	80	0,7	0,8	3,0	2,5	4,4	4,6	61	43				
Борщ буряковий зі сметаною (МП, Л)	150/4	200/6	1,42	2,0	2,0	2,9	11,0	15,1	116	175				
Битки січені з курячого м'яса (Г, МП, Л)	55	80	5,27	7,67	5,39	7,95	3,42	5,09	133	199				
Пюре з бобових (гороху) з вершковим маслом (МП, Л)	80	100	9,5	10,9	1,9	2,4	21,1	24,3	181	203				
Компот із суміші сухофруктів	120	180	0,23	0,23	0,0	0,0	10,5	10,5	39	39				
Фрукти свіжі (банан) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,1	0,1	13,1	17,4	53	71				
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71				
Всього за обід:			20,12	24,9	14,79	18,25	73,42	86,89	654	801				
Вечеря:														
Вареники лінівні (МП, Л, Г, Я)	100	125	9,53	12,01	5,0	6,28	9,35	11,49	172	210				
Соус сметанный (МП, Л)	20	30	0,5	0,8	1,8	3,0	1,9	3,5	26	46				
Чай (трав'яний)	150	180	-	-	-	-	-	-	-	-				
Фрукти свіжі (апельсин) (Ф)	60	80	0,5	0,7	0,1	0,2	5,7	7,6	24	32				
Всього за вечерю:			10,53	13,51	6,9	9,48	16,95	22,59	222	288				
Всього за день:			49,25	61,66	36,13	44,68	132,98	165,4	1457	1753				

СЕРЕДА IV ТИЖДЕНЬ

Найменування продуктів (індекс алергену)		Маса нетто		Хімічний склад							
				Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:											
Салат із свіжих овочів	60	80	0,5	0,7	1,1	1,6	2,6	3,5	21	30	
Тюфтелька рибна в сметанно-томатному соусі (Г, МП, Л, Р)	60/40	90/60	8,7	13,1	6,2	8,8	9,5	14,6	179	221	
Каша ячна розсипчаста (ЗП, МП, Л)	80	100	3,0	3,4	1,8	2,2	20,0	22,7	135	195	
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71	
Фрукти свіжі (яблука)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36	
Всього за сніданок			14,5	19,6	11,7	15,3	48,2	59,0	433	553	
Обід:											
Салат зі свіжих огірків та томатів	60	80	0,6	0,7	2,1	2,1	3,7	4,5	45	51	
Суп картопляний з макаронними виробами (Г, МП, Л)	150	200	1,7	2,3	1,3	1,8	13,1	17,4	131	180	
Рагу із курятини (Г)	60/45	80/60	11,2	14,9	5,1	6,7	15,1	20,1	179	234	
Компот із свіжих фруктів (з яблука)	120	180	0,2	0,3	0,2	0,3	12,2	16,3	50	66	
Фрукти свіжі (банани) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,1	0,1	13,1	17,4	53	71	
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71	
Всього за обід:			16,7	21,5	11,2	13,6	67,1	85,6	529	673	
Вечеря:											
Салат вітамінний	60	80	0,6	0,7	2,1	2,1	3,7	4,5	45	51	
Ячний рулет з фаршем (Я, МП, Л, Г, ЗП)	100	100	7,8	7,8	8,3	8,3	13,6	13,6	180	180	
Биточки пішонані з соусом із сухофруктів (яблука сушених) (ЗП, Я, Г)	80/20	100/30	2,9	4,3	2,8	4,2	26,7	38,7	184	220	
Молоко кип'ячене (МП, Л)	150	200	2,8	4,5	2,5	4,0	4,7	7,6	52	83	
Всього за вечерю:			14,1	17,3	15,7	18,6	48,7	64,4	461	534	
Всього за день:			45,3	58,4	38,6	47,5	164	209	1423	1760	

ЧЕТВЕР ІV ТИЖДЕНЬ

Хімічний склад										
Найменування продуктів (індекс алергену)	Маса нетто		Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Салат із свіжої капусти та моркви	60	80	1,0	1,2	2,1	2,2	2,8	3,8	31	35
Курка по італійськи (підлива)	36/10	48/12	9,7	12,9	3,3	4,3	3,2	4,3	112	139
Каша пшенична розсипчаста з цибулею (ЗП, Г)	80	100	3,7	4,7	2,4	3,0	23,5	29,6	172	260
Компот із суміші сухофруктів	120	180	0,23	0,23	0,0	0,0	10,5	10,5	39	39
Хліб цільнозерновий з сиром твердим (Г, МП, Л)	30/10	30/15	3,3	5,1	3,9	6,2	9,9	9,9	89	118
Всього за сніданок			17,93	24,13	11,7	15,7	49,9	58,1	443	591
Обід:										
Буряк тушкований	60	80	3,0	3,8	0,0	0,1	24,2	31,0	54	84
Суп з м'ясною фрикаделькою (Я)	150/11	200/17	5,8	8,66	2,7	4,0	9,9	15,7	125	185
Макаронник з м'ясом яловичини (МП, Л, Я, Г)	94	118	10,4	13,0	4,0	5,3	22,4	28,2	180	270
Компот із сухофруктів	120	180	0,1	0,2	0,0	0,0	19,1	28,6	82	122
Фрукти свіжі (яблука) (Ф)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за обід:			21,6	28,06	9,3	12,1	91,7	121,7	539	768
Вечеря:										
Пудинг сирно-морквяний (МП, Л, ЗП, Г, Я)	135	169	16,8	21,0	10,3	13,0	18,9	23,9	256	316
Соус із сухофруктів (з яблук сушених)	28	28	0,3	0,3	0,0	0,0	10,5	10,5	41	41
Фрукти свіжі (банан) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,1	0,1	13,1	17,4	53	71
Всього за вечерю:			18,0	22,50	10,4	13,1	42,5	51,8	350	428
Всього за день:			57,53	74,69	31,4	40,9	184,1	231,6	1332	1787

П'ЯТНИЦЯ IV ТИЖДЕНЬ											
Найменування продуктів (індекс алергену)		Маса нетто		Хімічний склад							
				Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:											
Томати свіжі	60	80	0,4	0,7	0,08	0,10	5,7	6,1	10	14	
Яйце варене (Я)	1 шт.	1 шт.	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	84	93	
Каша вівсяна в'язка (ЗП, Г, МП, Л)	80	100	2,2	2,8	2,7	3,3	10,5	13,2	87	106	
Какао (МП, Л)	150	200	4,0	5,3	3,4	4,5	6,3	8,6	70	95	
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71	
Фрукти свіжі (банан) (Ф)	60	80	0,9	1,2	0,1	0,1	13,1	17,4	53	71	
Всього за сніданок			14,68	17,18	13,28	15	45,78	55,48	375	450	
Обід:											
Салат зі свіжої капусти та огірків	60	80	0,7	1,0	0,8	1,3	4,5	6,3	38	49	
Борщ полтавський з галушками і сметаною (МП, Л, Г, Я)	150/6	200/8	2,6	3,4	3,6	4,7	16,3	21,6	168	210	
Болоньезе (зі свинини)	65	87	7,0	9,3	14,2	18,8	3,2	4,2	198	315	
Каша перлова в'язка (ЗП, Г, МП, Л)	80	100	1,7	2,1	1,6	2,1	12,2	15,2	101	137	
Компот із суміші сухофруктів	120	180	0,23	0,23	0,0	0,0	10,5	10,5	39	39	
Фрукти свіжі (апельсини) (Ф)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36	
Хліб цільнозерновий (Г)	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71	
Всього за обід:			14,53	18,43	22,8	29,6	62,8	76	642	857	
Вечеря:											
Салат із червоної капусти	60	80	0,5	0,7	1,1	1,4	2,0	2,5	20	25	
Зрази з відварених окороків (Г, МП, Л, Я)	150	190	8,6	11,4	15,8	17,1	28,4	35,7	289	381	
Компот із свіжих яблук	120	180	0,2	0,3	0,2	0,3	12,2	16,3	50	66	
Твердий сир	10	15	2,3	3,4	3,0	4,5	-	-	37	55	
Всього за вечерю:			11,6	15,8	20,1	23,3	42,6	54,5	396	527	
Всього за день:			40,81	51,41	56,18	67,9	151,18	185,98	1413	1834	