

ПОГОДЖЕНО

Начальник Сумського районного  
управління Головного управління  
Держпродспоживслужби  
в Сумській області

Олександр СКВАРЧА

2026 рік



ЗАТВЕРДЖУЮ

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

Алла СЛЮСАР

2026 рік



## ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ

на літній період

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

| ПОНЕДІЛОК І ТИЖДЕНЬ                         |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
|---------------------------------------------|---------------|-------------------|----------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------|-------------------|----------------------|-------------------|
| Найменування продуктів<br>(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 із свіжої капусти                     | 60            | 80                | 0,73           | 0,97              | 2,04          | 2,05              | 2,79          | 3,7               | 30,64                | 34,8              |
| Каша пшоняна в'язка (ЗП, МП, Л)             | 120           | 150               | 5,2            | 7,97              | 4,96          | 7,67              | 39,62         | 52,3              | 232,4                | 299,1             |
| Омлет (Я, МП, Л, Г)                         | 60            | 80                | 5,7            | 5,6               | 6,1           | 6,1               | 2,6           | 2,6               | 89                   | 89                |
| Компот із свіжих фруктів(Ф)                 | 150           | 180               | 0,2            | 0,2               | 0             | 0                 | 8,8           | 12,1              | 34                   | 46                |
| Фрукти свіжі (персики) Ф                    | 60            | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 6,2           | 8,3               | 27                   | 36                |
| Всього за сніданок:                         |               |                   | 12,3           | 14,8              | 13,3          | 15,7              | 59,9          | 75,9              | 420                  | 478               |
| Обід:                                       |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Помідори свіжі                              | 60            | 80                | 0,6            | 0,1               | 0,1           | 0,15              | 2,49          | 3,3               | 12,4                 | 16,6              |
| Борщ з картоплею та сметаною                | 150/15        | 200/25            | 1,8            | 1,9               | 3,1           | 4,9               | 8,0           | 11,4              | 90                   | 115               |
| Рибна паличка з яйцем (Я, Г, Р)             | 50/45         | 65/60             | 5,3            | 6,8               | 3,0           | 5,9               | 15,0          | 23,4              | 166                  | 176               |
| Каша гречана розсипчаста (МП, Л)            | 120           | 150               | 4,7            | 5,1               | 4,2           | 4,5               | 20,4          | 27,5              | 121,6                | 168,4             |
| Компот із фруктами свіжими                  | 150           | 180               | 4,0            | 5,3               | 3,4           | 4,5               | 5,3           | 7,6               | 85                   | 95                |
| Хліб цільнозерновий (Г)                     | 30            | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4           | 2,4               | 9,9           | 9,9               | 71                   | 71                |
| Фрукти свіжі (абрикоси)(Ф)                  | 60            | 80                | 0,9            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 6,2           | 8,3               | 53                   | 36                |
| Всього за обід:                             |               |                   | 19,1           | 18,2              | 16,6          | 22,7              | 81,0          | 91,2              | 571                  | 678               |
| Вечеря:                                     |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Салат із свіжих огірків (МП, Л)             | 60            | 80                | 0,64           | 0,74              | 2,7           | 2,7               | 6,4           | 6,6               | 48,2                 | 49                |
| Котлета рублена з курятини(Г)               | 46/45         | 61/60             | 8,0            | 8,14              | 3,4           | 4,3               | 17,2          | 21,5              | 121,3                | 168,3             |
| Каша в'язка пшенична (МП, Л)                | 120           | 150               | 4,04           | 4,3               | 1,6           | 3,2               | 19,2          | 26,7              | 118                  | 157               |
| Сік фруктовий (Ф)                           | 120           | 180               | 0,48           | 0,72              | 0             | 0                 | 12,36         | 18,54             | 50,4                 | 75,6              |
| Хліб цільнозерновий з твердим сиrom (Г)     | 30/10         | 30/15             | 6,8            | 7,9               | 3,95          | 5,35              | 13,68         | 13,68             | 110,9                | 128,55            |
| Всього за вечерю:                           |               |                   | 17,9           | 19,2              | 12,6          | 15,3              | 58,6          | 71,8              | 420,5                | 528,2             |
| Всього за день:                             |               |                   | 49,3           | 52,2              | 42,5          | 53,7              | 199,5         | 256,9             | 1411,5               | 1684,2            |

## ВІВТОРОК І ТИЖДЕНЬ

| Найменування продуктів<br>(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:                                   |                   |               |                   |               |                   |               |                   |               |                      |       |
| Томати свіжі                                | 60                | 80            | 0.73              | 0.97          | 2.04              | 2.05          | 1.6               | 3.7           | 30.64                | 34.77 |
| Чахохбілі з куркою (Г, МП, Л, Я, Г)         | 48/45             | 67/60         | 8.47              | 10,17         | 7,3               | 8,6           | 5,2               | 17,9          | 168                  | 195   |
| Каша ячна розсипчаста (ЗП, Г, МП, Л)        | 120               | 150           | 3,7               | 5,1           | 3,34              | 3,85          | 20,0              | 35,1          | 137.6                | 150.5 |
| Хліб цільнозерновий (Г)                     | 30                | 30            | 2,1               | 2,1           | 2,4               | 2,4           | 9,9               | 4,4           | 71                   | 71    |
| Какао (МП, Л)                               | 150               | 200           | 0,2               | 0,2           | 0,0               | 0,0           | 22,1              | 9,9           | 50.4                 | 66    |
| Фрукти свіжі ( полуниця) Ф                  | 60                | 80            | 0,5               | 0,7           | 0,1               | 0,1           | 5,7               | 7,6           | 53                   | 36    |
| Всього за сніданок:                         |                   |               | 18.0              | 19.5          | 16.2              | 18.4          | 57.8              | 71.2          | 568                  | 627.3 |
| Обід:                                       |                   |               |                   |               |                   |               |                   |               |                      |       |
| Салат із свіжої капусти та яблук            | 60                | 80            | 0.48              | 0,61          | 4,4               | 5,7           | 2,8               | 2,3           | 46                   | 61.2  |
| Суп гороховий з грінками                    | 150               | 200           | 1,6               | 1,7           | 2,6               | 3,1           | 10,1              | 10,3          | 81                   | 115   |
| Мафіни з яловичиною овочами (Г, Я, )        | 47/45             | 63/60         | 11,6              | 12,9          | 7,0               | 7,4           | 3,8               | 28,6          | 112                  | 190.5 |
| Плов з родзинками (ЗП, МП, Л)               | 120               | 150           | 4,5               | 3,8           | 3,1               | 3,2           | 33,4              | 57,5          | 140                  | 223.1 |
| Сік фруктовий (Ф)                           | 120               | 180           | 0.48              | 0.72          | 0                 | 0             | 12.36             | 18.54         | 50.4                 | 75.6  |
| Хліб цільнозерновий (Г)                     | 30                | 30            | 2,1               | 2,1           | 2,4               | 2,4           | 9,9               | 9,9           | 71                   | 71    |
| Всього за обід:                             |                   |               | 19.9              | 21.9          | 13.7              | 20.4          | 74.5              | 107.1         | 500                  | 736.4 |
| Вечеря:                                     |                   |               |                   |               |                   |               |                   |               |                      |       |
| Салат моркв'яно-яблучний                    | 60                | 80            | 0.64              | 0.74          | 2.7               | 2.7           | 6.4               | 6.6           | 48.2                 | 49.9  |
| Сирники рожеві зі сметаною (МП, Л, ЗП, Я)   | 115/100/15        | 135/125/25    | 7.4               | 13.23         | 9.4               | 12.7          | 21                | 23.3          | 211.4                | 274.1 |
| Компот зі свіжих фруктів (Ф)                | 150               | 180           | 0.2               | 0.3           | 0.2               | 0.3           | 12.2              | 16.3          | 50                   | 66    |
| Фрукти свіжі (черешня) Ф                    | 60                | 80            | 0,9               | 0,3           | 0,6               | 0,3           | 13,1              | 8,3           | 27                   | 36    |
| Всього за вечерю:                           |                   |               | 14.9              | 15.6          | 15.6              | 19.1          | 54.8              | 61.6          | 336                  | 426   |
| Всього за день:                             |                   |               | 52.8              | 57            | 45                | 57.9          | 187.1             | 239.9         | 1404                 | 1789  |



**СЕРЕДА І ТИЖДЕНЬ**

| Найменування продуктів<br>(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 |
| <b>Сніданок:</b>                                   |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Салат з капусти свіжої                             | 60            | 80                | 0,48           | 0,63              | 0,07          | 4,0               | 4,5           | 6,0               | 56                   | 61                |
| Гуляш курячий (Г)                                  | 60/45         | 80/60             | 9,92           | 9,98              | 6,83          | 8,3               | 4,0           | 5,4               | 174                  | 201               |
| Макаронні вироби відварені (МП, ЛГ)                | 120           | 150               | 5,2            | 5,7               | 2,8           | 3,0               | 25,6          | 30,9              | 191                  | 230               |
| Кефір 2.5 % (МП, Л)                                | 100           | 125               | 2,8            | 3,4               | 2,5           | 3,0               | 4,7           | 5,7               | 52                   | 62                |
| <b>Всього за сніданок</b>                          |               |                   | <b>17.8</b>    | <b>18.7</b>       | <b>11.7</b>   | <b>16.1</b>       | <b>50.7</b>   | <b>62.5</b>       | <b>387</b>           | <b>467</b>        |
| <b>Обід:</b>                                       |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Огірки свіжі                                       | 60            | 80                | 0,73           | 0,97              | 4,0           | 5,0               | 1,5           | 2,0               | 42                   | 53                |
| Суп - харчо                                        | 150           | 200               | 1,7            | 2,0               | 1,2           | 1,6               | 10,2          | 13,8              | 106                  | 137               |
| Шніцель зі свинини (Г, Я)                          | 47/45         | 63/60             | 11,2           | 11,71             | 12,3          | 14,5              | 6,9           | 8,6               | 189                  | 227               |
| Пюре картопляне (МП, Л)                            | 120           | 150               | 0,2            | 2,3               | 3,5           | 4,0               | 19,7          | 22,4              | 238                  | 180               |
| Компот із сухофруктів (Ф)                          | 120           | 160               | 2,1            | 2,1               | 0,0           | 0,0               | 8,8           | 12,1              | 34                   | 46                |
| Фрукти свіжі (персики) (Ф)                         | 60            | 80                | 0,9            | 0,72              | 0,6           | 0,8               | 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                |
| <b>Всього за обід:</b>                             |               |                   | <b>19.0</b>    | <b>20.6</b>       | <b>19.7</b>   | <b>23.2</b>       | <b>87.0</b>   | <b>106</b>        | <b>583</b>           | <b>685</b>        |
| <b>Вечеря:</b>                                     |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Салат з томатів свіжих (МП, Л, Г)                  | 60            | 80                | 0,64           | 0,78              | 2,1           | 3,7               | 6,8           | 9,1               | 65                   | 91                |
| Каша перлова в'язка (МП Л)                         | 120           | 150               | 2,7            | 2,7               | 4,8           | 5,5               | 23,1          | 28,1              | 197                  | 218               |
| Суфле яєчне (Я, МП, Г, Л)                          | 30            | 30                | 8,2            | 8,4               | 3,2           | 3,2               | 1,0           | 1,0               | 43                   | 43                |
| Компот із свіжих фруктів                           | 120           | 180               | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 12,2          | 16,3              | 50                   | 66                |
| Фрукти свіжі (черешні) (Ф)                         | 60            | 80                | 0,2            | 6,2               | 0,6           | 0,8               | 13,0          | 17,4              | 53                   | 71                |
| Хліб цільнозерновий з твердим сиром (МП, Л, ЗП, Г) | 30/10         | 30/15             | 6,8            | 7,9               | 3,95          | 5,35              | 13,68         | 13,68             | 110,9                | 128,55            |
| <b>Всього за вечерю:</b>                           |               |                   | <b>16.1</b>    | <b>18.3</b>       | <b>12.9</b>   | <b>16.2</b>       | <b>45.5</b>   | <b>70.6</b>       | <b>399</b>           | <b>503</b>        |
| <b>Всього за день:</b>                             |               |                   | <b>52.9</b>    | <b>57.6</b>       | <b>44.3</b>   | <b>55.5</b>       | <b>193.8</b>  | <b>239.1</b>      | <b>1384</b>          | <b>1702</b>       |



# ЧЕТВЕР І ТИЖДЕНЬ

| ЧЕТВЕР І ТИЖДЕНЬ                                  |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
|---------------------------------------------------|---------------|-------------------|----------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------|-------------------|----------------------|-------------------|
| Найменування продуктів<br>(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 зі свіжої моркви                            | 60            | 80                | 0,6            | 0,72              | 1,44          | 1,6               | 5,4           | 8,2               | 34,6          | 49,6              |                      |                   |
| Пудинг сирно-яблучний зі сметаною (МП, Л, 3,П)    | 110/100/15    | 135/125/25        | 14,81          | 14,47             | 12,61         | 15,32             | 21,51         | 27,2              | 265           | 274,42            |                      |                   |
| Компот із свіжих фруктів                          | 120           | 180               | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 12,2          | 16,3              | 50            | 66                |                      |                   |
| Фрукти свіжі (полуниця) (Ф)                       | 60            | 80                | 0,9            | 1,2               | 0,06          | 0,08              | 13            | 7,6               | 24            | 32                |                      |                   |
| Всього за сніданок:                               |               |                   | 16,5           | 17,5              | 15,0          | 17,3              | 49,6          | 63,4              | 405           | 502               |                      |                   |
| Обід:                                             |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Томати свіжі                                      | 60            | 80                | 0,6            | 0,78              | 0,1           | 0,15              | 2,49          | 4,5               | 34            | 38                |                      |                   |
| Борщ український зі сметаною (МП, Л)              | 150/15        | 200/25            | 2,1            | 2,6               | 2,5           | 4,1               | 26,55         | 13,1              | 161           | 209               |                      |                   |
| Нагетси курячі (Г, Я)                             | 48/45         | 65/60             | 8,5            | 11,8              | 7,8           | 9,8               | 20,5          | 16,5              | 162           | 234               |                      |                   |
| Каша ячна в'язка (МП, Л)                          | 120           | 150               | 3,4            | 4,4               | 2,3           | 6,1               | 12,2          | 25,4              | 154           | 198               |                      |                   |
| Компот із свіжих фруктів (Ф)                      | 150           | 180               | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 0,9           | 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 (абрикоси) (Ф)                       | 60            | 80                | 0,9            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 13,1          | 17,4              | 53            | 71                |                      |                   |
| Всього за обід:                                   |               |                   | 19,1           | 21,5              | 15,5          | 23,0              | 87,2          | 116,5             | 613           | 747               |                      |                   |
| Вечеря:                                           |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Салат вітамінний                                  | 60            | 80                | 0,7            | 0,9               | 2,12          | 2,8               | 6,3           | 6,3               | 38            | 54                |                      |                   |
| Плов з вареного курячого м'яса та булгуру (Г,3,П) | 130/45        | 160/60            | 8,8            | 12,1              | 7,42          | 5,7               | 34,7          | 35,7              | 168,1         | 220,28            |                      |                   |
| Какао на молоці (МП, Л)                           | 150           | 200               | 5,0            | 6,0               | 4,2           | 5,10              | 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:                                 |               |                   | 17,3           | 19,1              | 14,1          | 16,0              | 57,3          | 61,2              | 366           | 449               |                      |                   |
| Всього за день:                                   |               |                   | 52,9           | 58,1              | 44,1          | 56,3              | 194,1         | 241,1             | 1384          | 1698              |                      |                   |

# П'ЯТНИЦЯ І ТИЖДЕНЬ

| П'ЯТНИЦЯ І ТИЖДЕНЬ                                  |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |  |
|-----------------------------------------------------|---------------|-------------------|----------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------|-------------------|----------------------|-------------------|--|
| Найменування продуктів<br>(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 з томатів свіжих                              | 60            | 80                | 0,7            | 0,9               | 5,1           | 6,1               | 2,7           | 3,6               | 58                   | 72                |  |
| Омлет (Я, МП, Л)                                    | 60            | 86                | 6,3            | 6,3               | 7,4           | 9,4               | 38            | 40                | 207                  | 250               |  |
| Каша вівсяна в'язка (ЗП, МП, Л, Я)                  | 120           | 150               | 3,2            | 3,8               | 4,1           | 5,3               | 15,5          | 18,2              | 94                   | 109               |  |
| Кефір 2.5 % (МП, Л)                                 | 100           | 125               | 3,3            | 3,7               | 2,5           | 3,1               | 4,5           | 5,3               | 79                   | 116               |  |
| Всього за сніданок:                                 |               |                   | 14.9           | 15.8              | 14.6          | 18.3              | 49.6          | 67.2              | 410.3                | 519.3             |  |
| Обід:                                               |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |  |
| Салат з свіжої капусти                              | 60            | 80                | 0.3            | 0,3               | 0.0           | 0.0               | 0.7           | 0.7               | 4                    | 4                 |  |
| Суп з гарнічками (Г, Я МП, Л)                       | 150           | 200               | 4.6            | 5.7               | 2,8           | 4.9               | 20.9          | 23.2              | 123.1                | 217               |  |
| Зрази картопляні з квасячим м'ясом «Човники» (Я, Г) | 116/37        | 145/46            | 10,6           | 13,1              | 7,1           | 8,0               | 18,8          | 23,3              | 194                  | 269               |  |
| Компот із сухофруктів                               | 120           | 160               | 0,1            | 0,1               | 0,1           | 0,1               | 17,8          | 19,9              | 70                   | 98                |  |
| Фрукти свіжі (черешні ) (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:                                     |               |                   | 20.4           | 23.2              | 16.5          | 24.3              | 88.4          | 99.5              | 586                  | 671.1             |  |
| Вечеря:                                             |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |  |
| Огірок свіжий                                       | 60            | 80                | 0,6            | 0,8               | 4,1           | 5,1               | 2,8           | 3,9               | 49                   | 63                |  |
| Тюфтеля рибна (Г, Я, Р)                             | 43/40         | 64/60             | 7,9            | 11,9              | 3,3           | 4,2               | 3,5           | 5,2               | 105                  | 155               |  |
| Каша пшенична з цибулею (ЗП, МП, Л)                 | 120           | 150               | 3,6            | 5,0               | 5,0           | 6,7               | 15,8          | 18,0              | 198                  | 241               |  |
| Фрукти свіжі (персики)(Ф)                           | 60            | 80                | 0.2            | 0,2               | 0,1           | 0,1               | 11,5          | 11,5              | 39                   | 39                |  |
| Хліб цільнозерновий (Г )                            | 30/10         | 30/15             | 4.3            | 6.1               | 3.9           | 5.3               | 8.8           | 14.9              | 119                  | 138               |  |
| Компот із сухофруктів (Ф)                           | 150           | 180               | 0.2            | 0,2               | 0,0           | 0,0               | 22,1          | 9,9               | 50.4                 | 66                |  |
| Всього за вечерю:                                   |               |                   | 14.6           | 19.1              | 12.8          | 15.4              | 55.9          | 71.3              | 389.5                | 509.2             |  |
| Всього за день:                                     |               |                   | 49.8           | 58.1              | 43.9          | 56.2              | 193.9         | 238               | 1386                 | 1699.6            |  |



# ПОНЕДІЛОК І ТИЖДЕНЬ

| Найменування продуктів<br>(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 з свіжої моркви                            |  | 60            | 80                | 0,73           | 0,97              | 2,04          | 2,05              | 2,79          | 3,7               | 30,64                | 34,77             |
| Макаронні вироби відварені (МП, Л, Г ЗП)         |  | 120           | 150               | 8,37           | 13,0              | 3,3           | 8,75              | 39,81         | 56,8              | 293,4                | 354,2             |
| Яйце відварене (Я)                               |  | 60            | 80                | 5,7            | 5,7               | 6,1           | 6,1               | 3,3           | 2,6               | 89                   | 89                |
| Молоко (МП, Л)                                   |  | 150           | 200               | 0,5            | 0,6               | 0,2           | 0,3               | 17,3          | 24,5              | 88,3                 | 120,3             |
| Фрукти свіжі (абрикоси) (Ф)                      |  | 60            | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 6,2           | 8,3               | 27                   | 36                |
| <b>Всього за сніданок</b>                        |  |               |                   | <b>15,5</b>    | <b>17,8</b>       | <b>14,7</b>   | <b>17,2</b>       | <b>56,4</b>   | <b>71,4</b>       | <b>440</b>           | <b>514</b>        |
| Обід:                                            |  |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Салат з свіжої капусти та яблук                  |  | 60            | 80                | 0,48           | 0,61              | 0,44          | 0,57              | 1,8           | 2,3               | 46,1                 | 61,2              |
| Суп гречаний                                     |  | 150           | 200               | 0,18           | 1,9               | 3,1           | 4,9               | 9,0           | 12,2              | 90                   | 105               |
| Риба, запечена під молочним соусом (МП, Л, Я, Г) |  | 45/40         | 67/60             | 8,1            | 9,5               | 9,8           | 10,3              | 20,6          | 29,7              | 162                  | 188               |
| Каша рисова в'язка (МП, Л)                       |  | 120           | 150               | 5,1            | 5,6               | 4,2           | 4,5               | 22,4          | 24,5              | 128                  | 132               |
| Компот із свіжих фруктів (Ф)                     |  | 150           | 180               | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 0,9           | 16,3              | 50                   | 66                |
| Хліб цільнозерновий (Г)                          |  | 30            | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4           | 2,4               | 9,9           | 9,9               | 71                   | 71                |
| Свіжі фрукти (полуниця) (Ф)                      |  | 60            | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 6,2           | 8,3               | 27                   | 36                |
| <b>Всього за обід:</b>                           |  |               |                   | <b>17,0</b>    | <b>20,2</b>       | <b>16,6</b>   | <b>22,7</b>       | <b>81,0</b>   | <b>98,9</b>       | <b>536</b>           | <b>678</b>        |
| Вечеря:                                          |  |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Свіжий помідор                                   |  | 60            | 80                | 0,6            | 0,78              | 0,1           | 0,15              | 2,49          | 3,3               | 12,4                 | 16,6              |
| Пагу із курятини (Г)                             |  | 120/45        | 140/60            | 12,2           | 12,62             | 7,4           | 9,45              | 34,31         | 47                | 248                  | 326,4             |
| Кефір 2,5 % (МП, Л)                              |  | 100           | 125               | 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                |
| <b>Всього за вечерю:</b>                         |  |               |                   | <b>17,9</b>    | <b>19,2</b>       | <b>12,6</b>   | <b>15,3</b>       | <b>57,6</b>   | <b>69,8</b>       | <b>410</b>           | <b>508</b>        |
| <b>Всього за день:</b>                           |  |               |                   | <b>50,4</b>    | <b>57,2</b>       | <b>43,9</b>   | <b>55,2</b>       | <b>195,0</b>  | <b>240,1</b>      | <b>1368</b>          | <b>1700</b>       |



ВІВТОРОК ІІ ТИЖДЕНЬ

| Найменування продуктів<br>(індекс алергену)     | Маса нетто   |                   | Хімічний склад |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |              |                   |
|-------------------------------------------------|--------------|-------------------|----------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|----------------------|-------------------|--------------|-------------------|
|                                                 |              |                   | Білки          |                   | Жири         |                   | Вуглеводи    |                   | Енергетична цінність |                   |              |                   |
|                                                 | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років   | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років         | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                                       |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |              |                   |
| Огірок свіжий                                   | 60           | 80                | 0,48           | 0,63              | 0,07         | 0,09              | 1,37         | 2,58              | 7,8                  | 10,92             |              |                   |
| М'ясна підлива з курячого м'яса(Г)              | 60/45        | 75/60             | 9,0            | 9,6               | 7,3          | 10                | 18,9         | 22,7              | 170                  | 195,2             |              |                   |
| Каша пшннична в'язка(ЗП, Г МП, Л)               | 120          | 150               | 3,1            | 3,6               | 2,4          | 2,5               | 17,9         | 23,3              | 131                  | 138               |              |                   |
| Компот із свіжих фруктів (Ф)                    | 150          | 180               | 3,0            | 3,3               | 2,5          | 3,1               | 3,5          | 4,4               | 59                   | 74                |              |                   |
| Фрукти свіжі (черешні) (Ф)                      | 60           | 80                | 0,2            | 0,3               | 0, 2         | 0, 3              | 6,2          | 8,3               | 27                   | 36                |              |                   |
| Хліб пшнозерновий з твердим сиром (ЗП, Г МП,Л ) | 30/10        | 30/15             | 6,8            | 7,9               | 3,95         | 5,35              | 13,68        | 13,68             | 110,9                | 128,55            |              |                   |
| Всього за сніданок                              |              |                   | 18,0           | 19,5              | 16,2         | 18,4              | 57,8         | 71,2              | 466                  | 525,3             |              |                   |
| Обід:                                           |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |              |                   |
| Салат зі свіжої капусти                         | 60           | 80                | 0,97           | 1,28              | 2,5          | 2,7               | 3,7          | 4,8               | 34,7                 | 45,6              |              |                   |
| Борщ з картоплею та сметаною (МП, Л)            | 150/15       | 200/25            | 2,4            | 3,1               | 3,0          | 6,7               | 7,7          | 10,3              | 95                   | 142,2             |              |                   |
| Битки м'ясні у молочному соусі (МП, Л, Г)       | 55/45        | 70/60             | 7,4            | 7,8               | 4,0          | 7,0               | 10,6         | 15,2              | 98                   | 103               |              |                   |
| Каша гречана розсипчаста (МП, Л)                | 120          | 150               | 4,5            | 6,2               | 2,5          | 4,0               | 9,0          | 25,8              | 70                   | 120               |              |                   |
| Компот із сухофруктів(Ф)                        | 150          | 180               | 1,6            | 1,8               | 0,3          | 0,3               | 20,6         | 24,1              | 90                   | 104               |              |                   |
| Фрукти свіжі (абрикоси) (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:                                 |              |                   | 19,9           | 21,9              | 13,7         | 20,4              | 74,5         | 107,1             | 512                  | 657               |              |                   |
| Вечеря:                                         |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |              |                   |
| Салат морквяно-яблучний                         | 60           | 80                | 0,73           | 0,97              | 2,04         | 2,05              | 2,79         | 3,7               | 31                   | 34,8              |              |                   |
| Вареники з сиром (Г, МП, Л, Ф, Я)               | 100/50       | 115/60            | 13,47          | 13,93             | 12,96        | 17,05             | 28,7         | 28,6              | 304,36               | 367,2             |              |                   |
| Сік фруктовий (Ф)                               | 120          | 180               | 0,6            | 0,9               | 0            | 0                 | 17,4         | 26,1              | 71                   | 106               |              |                   |
| Всього за вечерю:                               |              |                   | 14,8           | 15,4              | 15,6         | 19,1              | 52,9         | 58,4              | 406                  | 508               |              |                   |
| Всього за день:                                 |              |                   | 52,7           | 56,7              | 45,5         | 57,9              | 185,2        | 236,7             | 1384                 | 1690              |              |                   |

| СЕРЕДА ІІ ТИЖДЕНЬ                           |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
|---------------------------------------------|---------------|-------------------|----------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------|-------------------|----------------------|-------------------|
| Найменування продуктів<br>(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 томатів          | 60            | 80                | 0,73           | 0,97              | 2,04          | 2,05              | 2,79          | 3,7               | 30,64                | 34,8              |
| Фіш -боли в томатному соусі(Р, Г, Я, ЗП)    | 60/40         | 75/60             | 7,0            | 7,13              | 3,0           | 5,5               | 11,4          | 12                | 147                  | 179,2             |
| Каша ячна в'язка (Г, ЗП, МП, Л)             | 120           | 150               | 4,9            | 4,9               | 2,3           | 3,8               | 23,2          | 28,9              | 108,4                | 157               |
| Какао на молоці(МП, Л)                      | 150           | 200               | 5,0            | 5,6               | 4,3           | 4,8               | 6,2           | 8,3               | 27                   | 36                |
| Фрукти свіжі (черешня)(Ф)                   | 60            | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 6,2           | 8,3               | 27                   | 36                |
| Всього за сніданок                          |               |                   | 17,8           | 18,7              | 11,7          | 16,1              | 50,7          | 62,3              | 402                  | 514               |
| Обід:                                       |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Томати свіжі                                | 60            | 80                | 0,7            | 0,9               | 2,2           | 2,8               | 4,6           | 6,0               | 38                   | 50,4              |
| Суп селянський (ЗП, Я,)                     | 150           | 200               | 1,7            | 2,0               | 10,4          | 18,6              | 20,9          | 23,8              | 66                   | 99                |
| Гуляш м'ясний                               | 55/45         | 75/60             | 11,4           | 13,6              | 10,4          | 18,8              | 16,9          | 33,3              | 232                  | 326               |
| Пюре картопляне (МП, Л)                     | 80            | 100               | 2,16           | 2,46              | 3,24          | 3,53              | 11,2          | 16,1              | 72                   | 99,6              |
| Компот із сухофруктів (Ф)                   | 120           | 160               | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 12,2          | 16,3              | 50                   | 66                |
| Фрукти свіжі (персики) (Ф)                  | 60            | 80                | 0,9            | 1,2               | 0,6           | 0,8               | 13,1          | 17,4              | 53                   | 71                |
| Хліб цільнозерновий (ЗП, Г)                 | 30            | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4           | 2,4               | 9,9           | 9,9               | 71                   | 71                |
| Всього за обід:                             |               |                   | 19,0           | 20,6              | 19,7          | 23,2              | 87,1          | 106               | 583                  | 685               |
| Вечеря:                                     |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Огірки свіжі                                | 60            | 80                | 0,6            | 0,78              | 0,1           | 0,15              | 2,49          | 3,3               | 12,42                | 16,56             |
| Омлет (Г, МП, Л)                            | 60            | 60                | 5,3            | 5,3               | 6,4           | 6,4               | 1,9           | 1,9               | 86                   | 86                |
| Каша пенична в'язка (ЗП МП Л)               | 120           | 150               | 5,3            | 6,7               | 1,5           | 4,25              | 21,4          | 49,8              | 105,48               | 167,4             |
| Кефір 2.5 %(МП, Л)                          | 100           | 125               | 2,8            | 3,4               | 2,5           | 3,0               | 4,7           | 5,7               | 52                   | 62                |
| Хліб цільнозерновий (ЗП, Г)                 | 30            | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4           | 2,4               | 9,9           | 9,9               | 71                   | 71                |
| Всього за вечерю:                           |               |                   | 16,0           | 18,3              | 12,9          | 16,2              | 56,1          | 70,6              | 399                  | 503               |
| Всього за день:                             |               |                   | 52,9           | 57,6              | 44,3          | 55,6              | 193,8         | 239,1             | 1385                 | 1702              |



| ЧЕТВЕР ІІ ТИЖДЕНЬ                           |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
|---------------------------------------------|--------------|-------------------|----------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|----------------------|-------------------|--|
| Найменування продуктів<br>(індекс алергену) | Маса нетто   |                   | Хімічний склад |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
|                                             |              |                   | Білки          |                   | Жири         |                   | Вуглеводи    |                   | Енергетична цінність |                   |  |
|                                             | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років   | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років         | від 4-6 (7) років |  |
| Сніданок:                                   |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
| Салат з моркви з родзинками                 | 60           | 80                | 0,67           | 0,74              | 6,4          | 6,6               | 6,4          | 6,6               | 48,2                 | 49,9              |  |
| Лінійні вареники зі сметаною(Г, Я,МП, Л)    | 105/100/15   | 130/125/25        | 11,6           | 12,6              | 7,6          | 9,4               | 32,3         | 33,4              | 282                  | 297               |  |
| Компот із свіжих фруктів (Ф)                | 150          | 180               | 3,0            | 3,3               | 2,5          | 3,1               | 3,5          | 4,4               | 59                   | 74                |  |
| Фрукти свіжі (абрикоси) (Ф)                 | 60           | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3               | 27                   | 36                |  |
| Всього за сніданок                          |              |                   | 16,7           | 18,2              | 15,2         | 17,6              | 55,2         | 71,7              | 429                  | 538               |  |
| Обід:                                       |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
| Салат зі свіжих огірків                     | 60           | 80                | 0,48           | 0,61              | 0,44         | 0,61              | 1,8          | 2,3               | 46                   | 61,2              |  |
| Суп польовий (МП, Л, ЗП)                    | 150          | 200               | 2,1            | 2,6               | 2,5          | 4,1               | 10,0         | 13,1              | 109                  | 121               |  |
| Оладки з курячого м'яса (Г, Я)              | 46/45        | 62/60             | 10,34          | 10,35             | 7,66         | 9,5               | 26,04        | 35,3              | 155                  | 185               |  |
| Каша з булгуру розсипчаста (Г, МП, Л)       | 120          | 150               | 3,4            | 4,4               | 2,3          | 6,1               | 21           | 29                | 157                  | 197               |  |
| Сік фруктовий (Ф)                           | 120          | 180               | 0,6            | 0,9               | 0            | 0                 | 17,4         | 26,1              | 71                   | 106               |  |
| Хліб цільнозерновий (ЗП,Г)                  | 30           | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4          | 2,4               | 9,9          | 9,9               | 71                   | 71                |  |
| Всього за обід:                             |              |                   | 18,9           | 21,2              | 15,3         | 22,7              | 81,6         | 108,2             | 589                  | 711               |  |
| Вечеря:                                     |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
| Салат зі свіжих томатів                     | 60           | 80                | 0,7            | 0,9               | 2,12         | 2,8               | 4,6          | 6,0               | 38                   | 50                |  |
| Тюфтелька куряча (МП , Л)                   | 55/45        | 70/60             | 9,5            | 9,9               | 5,01         | 5,6               | 21,3         | 22,4              | 141                  | 166               |  |
| Каша рисова розсипчаста (МП Л)              | 120          | 150               | 1,6            | 1,8               | 2,7          | 3,1               | 17,7         | 15,9              | 73,8                 | 93,3              |  |
| Какао на молоці (МП , Л)                    | 150          | 200               | 5,0            | 6,0               | 4,2          | 4,5               | 8,1          | 9,6               | 89,2                 | 107               |  |
| Фрукти свіжі (полуниця) (Ф)                 | 60           | 80                | 1,0            | 1,2               | 0,6          | 0,8               | 13,1         | 17,4              | 53                   | 71                |  |
| Всього за вечерю:                           |              |                   | 17,3           | 19,1              | 14,1         | 16,0              | 57,3         | 61,2              | 366                  | 449               |  |
| Всього за день:                             |              |                   | 52,9           | 58,5              | 44,1         | 56,3              | 194,1        | 241,1             | 1384                 | 1698              |  |

| П'ЯТНИЦЯ ІІ ТИЖДЕНЬ                         |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |              |                   |
|---------------------------------------------|--------------|-------------------|----------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|----------------------|--------------|-------------------|
| Найменування продуктів<br>(індекс алергену) | Маса нетто   |                   | Хімічний склад |                   |              |                   |              |                   |                      |              |                   |
|                                             |              |                   | Білки          |                   | Жири         |                   | Вуглеводи    |                   | Енергетична цінність |              |                   |
|                                             | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років   | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років         | від 3-4років | від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                                   |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |              |                   |
| Салат вітамінний                            | 60           | 80                | 0, 6           | 0,7               | 2,1          | 2, 1              | 3,7          | 4,5               | 44                   | 58           |                   |
| Тюфтельки курячі з рисом(Г, ЗП,Я)           | 100/45       | 120/60            | 11,3           | 12,1              | 10,27        | 13,5              | 19,9         | 30,4              | 220                  | 266          |                   |
| Компот із сухофруктів (Ф)                   | 150          | 180               | 1,6            | 1,8               | 0,3          | 0,3               | 20,6         | 24,1              | 90                   | 104          |                   |
| Хліб цільнозерновий ( ЗП Г)                 | 30           | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4          | 2,4               | 9,9          | 9,9               | 71                   | 71           |                   |
| Всього за сніданок                          |              |                   | 14,5           | 15,8              | 14,6         | 18,2              | 49,8         | 67,1              | 410                  | 510          |                   |
| Обід:                                       |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |              |                   |
| Огірки свіжі                                | 60           | 80                | 0,3            | 0,3               | 0,0          | 0,0               | 0,7          | 0,7               | 4                    | 4            |                   |
| Борщ буряковий зі сметаною                  | 150/15       | 200/25            | 4,6            | 5,7               | 2,8          | 4,3               | 11,3         | 20,5              | 105                  | 146          |                   |
| Котлета куряча (Я, Г)                       | 47/45        | 62/60             | 8,0            | 10,7              | 10,2         | 13,3              | 0,1          | 0,2               | 142                  | 177          |                   |
| Каша пшенична в'язка (ЗП, Г, МП, Л)         | 120          | 150               | 3,0            | 3,4               | 2,0          | 2,7               | 53,6         | 68,4              | 109                  | 115          |                   |
| Компот із сухофруктів (Ф)                   | 150          | 180               | 1,6            | 1,8               | 0,3          | 0,3               | 20,6         | 24,1              | 90                   | 104          |                   |
| Фрукти свіжі (черешня) (Ф)                  | 60           | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3               | 80                   | 36           |                   |
| Хліб цільнозерновий (Г)                     | 30           | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4          | 2,4               | 9,9          | 9,9               | 71                   | 71           |                   |
| Всього за обід:                             |              |                   | 18,7           | 21,3              | 16,1         | 23,4              | 76,9         | 93,3              | 527                  | 639          |                   |
| Вечеря:                                     |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |              |                   |
| Салат моркв'яно-яблучний                    | 60           | 80                | 0,06           | 0,78              | 0,1          | 0,15              | 2,49         | 3,3               | 12,42                | 16,56        |                   |
| Сирники з родзинками (Г, МП, Л,Я ,Ф)        | 110/100      | 130/125           | 13,0           | 15,5              | 10,2         | 12,8              | 53           | 59                | 341                  | 415          |                   |
| Компот із свіжих яблук (Ф)                  | 150          | 180               | 3,0            | 3,3               | 2,5          | 3,1               | 9,7          | 14,8              | 27                   | 36           |                   |
| Фрукти свіжі (персики)(Ф)                   | 60           | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3               | 80                   | 36           |                   |
| Всього за вечерю:                           |              |                   | 16,3           | 19,9              | 13,0         | 16,4              | 65,6         | 75,7              | 439                  | 542          |                   |
| Всього за день:                             |              |                   | 49,5           | 57,6              | 43,7         | 58,0              | 192,3        | 236,1             | 1380                 | 1692         |                   |



| ПОНЕДІЛОК ІІІ ТИЖДЕНЬ                               |              |                   |              |                   |              |                   |              |                   |              |                      |              |                   |    |
|-----------------------------------------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|----------------------|--------------|-------------------|----|
| Найменування продуктів<br>(індекс алергену)         | Маса нетто   |                   |              | Хімічний склад    |              |                   |              |                   |              |                      |              |                   |    |
|                                                     |              |                   |              | Білки             |              | Жири              |              | Вуглеводи         |              | Енергетична цінність |              |                   |    |
|                                                     | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років    | від 3-4років | від 4-6 (7) років |    |
| Сніданок:                                           |              |                   |              |                   |              |                   |              |                   |              |                      |              |                   |    |
| Салат із томатів свіжих                             | 60           | 80                | 0,3          | 0,3               | 2,5          | 2,5               | 2,5          | 1,1               | 1,1          | 28                   | 28           | 28                | 28 |
| Каша гречана розсипчаста(ЗП, МП, Л)                 | 120          | 130               | 6,3          | 7,3               | 9,8          | 11,7              | 20,9         | 25,9              | 261          | 310                  |              |                   |    |
| Яйце відварене (Я)                                  | 50           | 50                | 5,3          | 5,6               | 6,1          | 6,1               | 2,5          | 2,5               | 89           | 89                   |              |                   |    |
| Какао на молоді (МП, Л)                             | 150          | 200               | 5,0          | 6,0               | 4,2          | 5,10              | 6,3          | 8,6               | 70           | 95                   |              |                   |    |
| Фрукти свіжі (абрикоси) Ф                           | 60           | 80                | 0,2          | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3               | 27           | 36                   |              |                   |    |
| Всього за сніданок                                  |              |                   | 15,9         | 17,8              | 14,7         | 17,2              | 56,4         | 71,4              | 440          | 514                  |              |                   |    |
| Обід:                                               |              |                   |              |                   |              |                   |              |                   |              |                      |              |                   |    |
| Салат вітамнний                                     | 60           | 80                | 0,6          | 0,78              | 2,5          | 0,15              | 6,6          | 3,3               | 12,4         | 16,6                 |              |                   |    |
| Суп рисовий (ЗП, МП)                                | 150          | 200               | 3,1          | 4,1               | 9,0          | 11,0              | 11,3         | 15,8              | 90           | 115                  |              |                   |    |
| 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 (Г, МП, Л)                        | 120          | 150               | 4,9          | 6,4               | 3,8          | 5,0               | 21,7         | 27,3              | 193          | 231                  |              |                   |    |
| Фрукти свіжі (полуниця) (Ф)                         | 60           | 80                | 0,2          | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3               | 27           | 36                   |              |                   |    |
| Компот із сухофруктів (Ф)                           | 150          | 180               | 1,6          | 1,8               | 0,3          | 0,3               | 20,6         | 24,1              | 90           | 104                  |              |                   |    |
| Хліб цільнозерновий (Г)                             | 30           | 30                | 2,1          | 2,1               | 2,4          | 2,4               | 9,9          | 9,9               | 71           | 71                   |              |                   |    |
| Всього за обід:                                     |              |                   | 19,1         | 20,2              | 16,6         | 22,7              | 81,0         | 98,9              | 536          | 678                  |              |                   |    |
| Вечеря:                                             |              |                   |              |                   |              |                   |              |                   |              |                      |              |                   |    |
| Салат із свіжих огірків                             | 60           | 80                | 0,6          | 0,8               | 6,4          | 6,6               | 2,8          | 3,9               | 48           | 50                   |              |                   |    |
| Вареники з курячим м'ясом зі сметаною(Л, МП, ЗП, Г) | 90/45/15     | 100/60/25         | 8,16         | 8,66              | 2,4          | 4,0               | 16,2         | 20,9              | 114          | 168                  |              |                   |    |
| Сік фруктовий (Ф)                                   | 120          | 180               | 0,1          | 0,1               | 0,0          | 0,0               | 19,0         | 28,6              | 92           | 122                  |              |                   |    |
| Всього за вечерю:                                   |              |                   | 17,9         | 19,2              | 12,6         | 15,3              | 57,6         | 69,8              | 410,5        | 508,2                |              |                   |    |
| Всього за день:                                     |              |                   | 52,9         | 57,2              | 43,9         | 55,2              | 195,0        | 240,1             | 1386,6       | 1700,2               |              |                   |    |

| ВІВТОРОК ІІІ ТИЖДЕНЬ                              |               |                   |                |                   |               |               |                   |               |                   |                      |                   |
|---------------------------------------------------|---------------|-------------------|----------------|-------------------|---------------|---------------|-------------------|---------------|-------------------|----------------------|-------------------|
| Найменування продуктів<br>(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 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           | 3,7           | 2,1               | 4,5           | 34                | 38                   |                   |
| Плов з курячого мяса та рису(МП, Л, ЗП)           | 50            | 70                | 8,8            | 13,9              | 10,0          | 35,2          | 15,7              | 48,9          | 296               | 344                  |                   |
| Компот із свіжих яблук (Ф)                        | 150           | 180               | 3,0            | 3,3               | 2,5           | 9,7           | 3,1               | 14,8          | 27                | 36                   |                   |
| Хліб цільнозерновий з твердим сиром (ЗП,Г, МП, Л) | 30/10         | 30/15             | 6,8            | 7,9               | 3,95          | 13,68         | 5,35              | 13,68         | 110,9             | 128,55               |                   |
| Всього за сніданок                                |               |                   | 18,0           | 19,5              | 16,2          | 57,8          | 18,4              | 71,1          | 466               | 525                  |                   |
| Обід:                                             |               |                   |                |                   |               |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Огірки свіжі                                      | 60            | 80                | 0,6            | 0,6               | 2,6           | 6,3           | 2,6               | 6,3           | 48                | 48                   |                   |
| Борщ український зі сметаною                      | 150/15        | 200/25            | 5,5            | 7,4               | 3,5           | 13,8          | 4,5               | 18,5          | 145               | 227                  |                   |
| Печеня по-домашньому з курячим м'ясом (Я, Г)      | 80/45         | 100/60            | 6,3            | 8,1               | 10,3          | 14,1          | 13,9              | 23,6          | 232               | 292                  |                   |
| Компот із суміші сухофруктів (Ф)                  | 120           | 180               | 0,23           | 0,23              | 0,0           | 10,5          | 0,0               | 16,5          | 39                | 39                   |                   |
| Фрукти свіжі (персики)(Ф)                         | 60            | 80                | 0,5            | 0,7               | 0,1           | 5,7           | 0,1               | 7,6           | 24                | 32                   |                   |
| Хліб цільнозерновий (Г)                           | 30            | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4           | 9,9           | 2,4               | 9,9           | 71                | 71                   |                   |
| Всього за обід:                                   |               |                   | 19,9           | 21,9              | 13,7          | 64,5          | 20,4              | 107,1         | 512               | 657                  |                   |
| Вечеря:                                           |               |                   |                |                   |               |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Салат зі свіжої моркви                            | 60            | 80                | 0,3            | 0,3               | 0,0           | 0,7           | 0,0               | 0,7           | 48                | 49                   |                   |
| Вареники лінійні зі сметаною(Л, МП, Я, Г)         | 120/100/15    | 145/125/25        | 3,1            | 9,3               | 15,0          | 36,46         | 18,9              | 36,46         | 307               | 393                  |                   |
| Фрукти свіжі (черешня) (Ф)                        | 60            | 80                | 0,9            | 1,2               | 0,6           | 13,1          | 0,6               | 17,4          | 53                | 71                   |                   |
| Всього за вечерю:                                 |               |                   | 14,9           | 15,6              | 15,6          | 54,8          | 19,4              | 61,6          | 406               | 518                  |                   |
| Всього за день:                                   |               |                   | 52,8           | 57,0              | 45,0          | 187,1         | 57,9              | 239,9         | 1384              | 1700                 |                   |



**СЕРЕДА ІІІ ТИЖДЕНЬ**

| Найменування продуктів<br>(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 |
| <b>Сніданок:</b>                                |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Салат зі свіжих томатів                         | 60            | 80                | 0,48           | 0,6               | 0,07          | 0,09              | 1,28          | 2,58              | 8                    | 11                |
| Гуляш курячий                                   | 66/45         | 78/60             | 9,42           | 9,57              | 9,0           | 9,0               | 0,9           | 0,9               | 143                  | 143               |
| Каша в'язка пшенична (ЗП, Г, МП, Л)             | 130           | 160               | 5,2            | 5,1               | 1,8           | 4,2               | 19,2          | 30,9              | 187                  | 231               |
| Кефір 2,5 %(МП, Л)                              | 100           | 125               | 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                |
| <b>Всього за сніданок</b>                       |               |                   | <b>15,5</b>    | <b>15,40</b>      | <b>17,5</b>   | <b>21,0</b>       | <b>44,9</b>   | <b>61,8</b>       | <b>547</b>           | <b>651</b>        |
| <b>Обід:</b>                                    |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Салат вітамінний                                | 60            | 80                | 0,6            | 0,7               | 2,1           | 2,1               | 3,7           | 4,5               | 34                   | 58                |
| Суп селянський (ГМПЛ)                           | 150           | 200               | 5,8            | 7,0               | 4,2           | 4,8               | 23,6          | 28,1              | 209                  | 263               |
| Рулет курячий з фаршированим яйцем(Г, Я, МП, Л) | 49/45         | 65/60             | 12,8           | 16,9              | 4,5           | 5,6               | 16,7          | 22,1              | 178                  | 244               |
| Пюре картопляне (МП Л)                          | 80            | 100               | 2,16           | 2,5               | 2,24          | 2,5               | 20,21         | 30,35             | 168                  | 189               |
| Компот із свіжих фруктів(Ф)                     | 150           | 180               | 3,0            | 3,3               | 2,5           | 3,1               | 9,7           | 14,8              | 27                   | 36                |
| Фрукти свіжі (полуниця)(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                |
| <b>Всього за обід:</b>                          |               |                   | <b>22,04</b>   | <b>27,8</b>       | <b>11,49</b>  | <b>13,34</b>      | <b>76,29</b>  | <b>94,79</b>      | <b>595</b>           | <b>784</b>        |
| <b>Вечеря:</b>                                  |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Салат з моркви свіжої                           | 60            | 80                | 0,4            | 0,5               | 4,0           | 5,0               | 1,5           | 2,0               | 42                   | 53                |
| Локшинник з фруктами та соусом ягідним (Я Г)    | 110           | 130               | 10,3           | 14,1              | 4,7           | 6,8               | 6,0           | 9,1               | 196                  | 207               |
| Компот із сухофруктів                           | 150           | 200               | 2,8            | 4,2               | 2,5           | 3,8               | 12,5          | 18,6              | 95                   | 123               |
| Фрукти свіжі (абрикоси)(Ф)                      | 60            | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 6,2           | 8,3               | 27                   | 36                |
| <b>Всього за вечерю:</b>                        |               |                   | <b>19,9</b>    | <b>25,2</b>       | <b>14,3</b>   | <b>17,8</b>       | <b>54,2</b>   | <b>65,5</b>       | <b>360</b>           | <b>419</b>        |
| <b>Всього за день:</b>                          |               |                   | <b>57,44</b>   | <b>68,4</b>       | <b>43,29</b>  | <b>52,14</b>      | <b>175,39</b> | <b>222,09</b>     | <b>1502</b>          | <b>1854</b>       |

| ЧЕТВЕР ІІІ ТИЖДЕНЬ                                        |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
|-----------------------------------------------------------|--------------|-------------------|----------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|----------------------|-------------------|--|
| Найменування продуктів<br>(індекс алергену)               | Маса нетто   |                   | Хімічний склад |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
|                                                           |              |                   | Білки          |                   | Жири         |                   | Вуглеводи    |                   | Енергетична цінність |                   |  |
|                                                           | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років   | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років         | від 4-6 (7) років |  |
| Сніданок:                                                 |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
| Салат морк'яно-яблучний                                   | 60           | 80                | 0,4            | 0,5               | 0,1          | 0,1               | 1,6          | 2,3               | 8                    | 12                |  |
| Запіканка сирна з манкою (ЗП, МП, Л)                      | 110/100      | 135/12            | 6,9            | 11,5              | 10,1         | 16,2              | 2,8          | 4,4               | 208                  | 238               |  |
| Компот із сухофруктів                                     | 150          | 200               | 2,8            | 4,2               | 2,5          | 3,8               | 12,5         | 18,6              | 95                   | 123               |  |
| Фрукти свіжі (песики) (Ф )                                | 60           | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3               | 27                   | 36                |  |
| Всього за сніданок                                        |              |                   | 16,5           | 22,2              | 17,0         | 25,1              | 43,0         | 43,5              | 405                  | 502               |  |
| Обід:                                                     |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
| Салат із свіжих огірків                                   | 60           | 80                | 0,6            | 0,8               | 4,1          | 5,1               | 2,8          | 3,9               | 49                   | 63                |  |
| Борщ капустяний зі сметаною (МП, Л)                       | 150/15       | 200/25            | 2,1            | 2,8               | 2,5          | 3,1               | 10,0         | 13,1              | 87                   | 139               |  |
| Суфле м'ясне (зі свинини) (Я)                             | 47/45        | 63/60             | 7,80           | 9,9               | 14,7         | 19,4              | 1,1          | 1,5               | 165                  | 261               |  |
| Каша перлова в'язка (ЗП, Г, МП, Л)                        | 130          | 160               | 1,7            | 2,1               | 1,6          | 2,1               | 12,2         | 15,2              | 94                   | 179               |  |
| Кисіль із свіжих фруктів (Ф)                              | 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:                                           |              |                   | 19,1           | 18,3              | 24,4         | 31,3              | 126,9        | 141               | 613                  | 747               |  |
| Вечеря:                                                   |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
| Салат зі свіжої капусти                                   | 60           | 80                | 16,1           | 22,6              | 11,7         | 14,5              | 26,6         | 33,2              | 45                   | 46                |  |
| Кнелі з курятини та рисом в томатному соусу (Я ЗП, МП, Л) | 130/45       | 145/60            | 0,3            | 0,3               | 0,0          | 0,0               | 0,7          | 0,7               | 175                  | 235               |  |
| Какао на молоці (МП,Л)                                    | 150          | 200               | 0,1            | 0,1               | 0,0          | 0,0               | 19,0         | 28,6              | 92                   | 122               |  |
| Хліб цільнозерновий (Г)                                   | 30           | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4          | 2,4               | 9,9          | 9,9               | 71                   | 71                |  |
| Фрукти свіжі (черешня) (Ф)                                | 60           | 80                | 0,9            | 1,2               | 0,6          | 0,8               | 13,1         | 17,4              | 53                   | 71                |  |
| Всього за вечерю:                                         |              |                   | 17,3           | 18,83             | 9,1          | 11,4              | 55,0         | 66,9              | 366                  | 449               |  |
| Всього за день:                                           |              |                   | 52,9           | 58,93             | 51,0         | 68,1              | 224,9        | 251,4             | 1384                 | 1698              |  |



| П'ЯТНИЦЯ ІІІ ТИЖДЕНЬ                        |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |
|---------------------------------------------|--------------|-------------------|----------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|----------------------|-------------------|
| Найменування продуктів<br>(індекс алергену) | Маса нетто   |                   | Хімічний склад |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |
|                                             |              |                   | Білки          |                   | Жири         |                   | Вуглеводи    |                   | Енергетична цінність |                   |
|                                             | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років   | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років         | від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                                   |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |
| Салат з огірків свіжих                      | 60           | 80                | 0,48           | 0,61              | 4,4          | 5,7               | 1,8          | 2,3               | 46                   | 61                |
| Омлет (МП, Л, Я)                            | 60           | 60                | 5,3            | 5,3               | 6,4          | 6,4               | 1,9          | 1,9               | 86                   | 86                |
| Макарони відварені з овочами                | 120          | 150               | 8,5            | 8,99              | 3,4          | 5,6               | 21,4         | 26,8              | 162                  | 215               |
| Кефір 2,5 % (МП Л)                          | 100          | 125               | 2,8            | 3,4               | 2,5          | 3,0               | 4,7          | 5,7               | 52                   | 62                |
| Фрукти свіжі (абрикоси) Ф                   | 60           | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3               | 27                   | 36                |
| Всього за сніданок                          |              |                   | 14,5           | 15,8              | 14,6         | 18,2              | 49,8         | 67,2              | 410                  | 510,2             |
| Обід:                                       |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |
| Салат вітамінний                            | 60           | 80                | 0,97           | 1,28              | 2,0          | 2,7               | 3,7          | 4,8               | 34,7                 | 45,6              |
| Суп польовий                                | 150          | 200               | 4,6            | 5,3               | 3,8          | 5,3               | 19,3         | 22,5              | 125                  | 156               |
| Кабачки фаршировані з м'ясом                | 80/45        | 100/60            | 12,9           | 16,9              | 3,4          | 4,5               | 24,8         | 31,4              | 177                  | 225               |
| Сік фруктовий (Ф)                           | 120          | 180               | 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:                             |              |                   | 20,1           | 22,9              | 16,3         | 24,3              | 87,5         | 99,2              | 587,2                | 669,5             |
| Вечеря:                                     |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |
| Томати свіжі                                | 60           | 80                | 2,9            | 3,7               | 0,1          | 0,1               | 25,2         | 31,5              | 71                   | 100               |
| Товченики рибні                             | 42/40        | 63/60             | 7,6            | 7,8               | 4,8          | 6,3               | 10,8         | 14,9              | 56                   | 106               |
| Каша пшенична в'язка (МП, Л, ЗП)            | 120          | 150               | 3,2            | 3,6               | 3,6          | 3,7               | 9,8          | 11,6              | 85                   | 112               |
| Хліб цільнозерновий (ЗП, Г, МП, Л)          | 30           | 30                | 4,3            | 4,9               | 4,9          | 3,3               | 9,8          | 14,9              | 72                   | 79                |
| Ягоди свіжі (полуниця) (Ф)                  | 60           | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3               | 27                   | 36                |
| Молоко (МП, Л)                              | 150          | 200               | 2,8            | 3,4               | 2,5          | 3,0               | 4,7          | 5,7               | 52                   | 62                |
| Всього за вечерю:                           |              |                   | 14,5           | 19,1              | 12,8         | 15,4              | 12,8         | 71,3              | 399                  | 509               |
| Всього за день:                             |              |                   | 49,0           | 57,8              | 43,7         | 56,2              | 193,0        | 237,7             | 1397                 | 1698              |

# ПОНЕДІЛОК ІV ТИЖДЕНЬ

| Найменування продуктів<br>(індекс алергену) | Маса нетто   |                   | Хімічний склад |                   |              |                   |              |                   |              |                   | Енергетична цінність |                   |
|---------------------------------------------|--------------|-------------------|----------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|----------------------|-------------------|
|                                             |              |                   | Білки          |                   | Жири         |                   | Вуглеводи    |                   |              |                   |                      |                   |
|                                             | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років   | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років         | від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                                   |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |
| Салат зі свіжої капусти                     | 60           | 80                | 0,7            | 0,9               | 2,12         | 2,8               | 4,6          | 5,7               | 38           | 50,4              |                      |                   |
| Плов з курячого м'яса                       | 130/45       | 150/60            | 11,1           | 11,9              | 9,7          | 12,7              | 12,9         | 12,9              | 186          | 232               |                      |                   |
| Молоко (МП, Л)                              | 150          | 200               | 0,5            | 0,6               | 0,2          | 0,3               | 16,3         | 22,5              | 88,3         | 120,3             |                      |                   |
| Хліб цільнозерновий (Г)                     | 30           | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4          | 2,4               | 9,9          | 9,9               | 71           | 71                |                      |                   |
| Всього за сніданок                          |              |                   | 9,4            | 15,8              | 14,6         | 18,2              | 49,8         | 67,1              | 410          | 510               |                      |                   |
| Обід:                                       |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |
| Огірки свіжі                                | 60           | 80                | 0,3            | 0,3               | 0,0          | 0,0               | 0,7          | 0,7               | 4            | 4                 |                      |                   |
| Суп з м'ясною фрикаделькою (ЗП, МП, Л)      | 150          | 200               | 1,5            | 2,0               | 3,4          | 4,4               | 8,9          | 11,9              | 110          | 161               |                      |                   |
| Хлібець рибиий(Я, Г, Р)                     | 41/40        | 62/60             | 8,1            | 8,6               | 4,9          | 8,2               | 9,2          | 9,7               | 114          | 133               |                      |                   |
| Картопляне пюре (МП, Л)                     | 80           | 100               | 2,1            | 2,5               | 2,1          | 2,6               | 14,5         | 18,2              | 195          | 240               |                      |                   |
| Компот із свіжих фруктів (Ф)                | 150          | 180               | 1,6            | 1,8               | 0,3          | 0,3               | 23,5         | 24,5              | 90           | 104               |                      |                   |
| Фрукти свіжі (черешня) 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:                             |              |                   | 18,7           | 21,3              | 16,1         | 23,4              | 76,9         | 93,3              | 527          | 639               |                      |                   |
| Вечеря:                                     |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |
| Салат моркв'яно-яблучний                    | 60           | 80                | 0,6            | 0,72              | 1,4          | 1,6               | 5,4          | 8,6               | 35           | 50                |                      |                   |
| Сирники з родзинками (Г,Я, МП, Л)           | 110/100/     | 135/125/          | 14,4           | 17,4              | 9,2          | 9,3               | 4,1          | 5,3               | 133          | 156               |                      |                   |
| Фрукти свіжі (абрикоси) (Ф)                 | 60           | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3               | 27           | 36                |                      |                   |
| Компот із сухофруктів (Ф)                   | 120          | 180               | 1,1            | 1,2               | 0,0          | 0,0               | 10,5         | 16,5              | 39           | 39                |                      |                   |
| Всього за вечерю:                           |              |                   | 16,3           | 19,9              | 13,0         | 18,8              | 64,6         | 74,6              | 438          | 536               |                      |                   |
| Всього за день:                             |              |                   | 49,5           | 57,6              | 43,7         | 57,4              | 191,3        | 235,0             | 1379         | 1686              |                      |                   |



| ВІВТОРОК IV ТИЖДЕНЬ                         |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
|---------------------------------------------|--------------|-------------------|----------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|----------------------|-------------------|--|
| Найменування продуктів<br>(індекс алергену) | Маса нетто   |                   | Хімічний склад |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
|                                             |              |                   | Білки          |                   | Жири         |                   | Вуглеводи    |                   | Енергетична цінність |                   |  |
|                                             | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років   | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років         | від 4-6 (7) років |  |
| Сніданок:                                   |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
| Салат зі свіжої капусти                     | 60           | 80                | 1,3            | 1,9               | 3,7          | 5,4               | 6,6          | 9,7               | 115                  | 137               |  |
| 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 (ЗП, МП, Л)                | 80           | 100               | 4,1            | 5,3               | 4,6          | 5,8               | 15,6         | 21,0              | 210                  | 281               |  |
| Кефір 2.5 %(МП, Л)                          | 100          | 125               | 2,8            | 3,4               | 2,5          | 3,0               | 4,7          | 5,7               | 52                   | 62                |  |
| Фрукти свіжі (черешні)(Ф)                   | 120          | 180               | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3               | 27                   | 36                |  |
| Всього за сніданок                          |              |                   | 18,0           | 19,5              | 16,2         | 18,4              | 57,8         | 71,2              | 466                  | 525               |  |
| Обід:                                       |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
| Салат з свіжих огірків                      | 60           | 80                | 0,6            | 0,8               | 0,1          | 0,2               | 2,42         | 3,3               | 46                   | 61                |  |
| Борщ капустяний зі сметаною(МП, Л)          | 150/15       | 200/25            | 1,42           | 2,0               | 2,0          | 2,9               | 11,0         | 15,1              | 76                   | 125               |  |
| М'ясо яловиче варене(Г, МП, Л)              | 48/45        | 63/60             | 4,6            | 8,4               | 11,6         | 12,2              | 13,8         | 28,6              | 123                  | 190               |  |
| Каша гречана розсипчаста (МП,ЗП Л)          | 120          | 150               | 4,5            | 4,9               | 3,2          | 3,4               | 38,1         | 57,3              | 140                  | 223               |  |
| Сік фруктовий (Ф)                           | 120          | 180               | 0,1            | 0,1               | 0,0          | 0,0               | 19,0         | 28,6              | 92                   | 122               |  |
| Хліб цільнозерновий (Г)                     | 30           | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4          | 2,4               | 9,9          | 9,9               | 71                   | 71                |  |
| Всього за обід:                             |              |                   | 19,9           | 21,9              | 13,7         | 20,4              | 74,5         | 107,1             | 512                  | 657               |  |
| Вечеря:                                     |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |                   |  |
| Салат з моркви свіжої                       | 60           | 80                | 0,64           | 0,74              | 2,7          | 2,7               | 6,4          | 6,6               | 48                   | 49                |  |
| Вареники з сиром (МП, Л, ЗП, Я)             | 110/50       | 120/65            | 7,5            | 12,8              | 9,8          | 13,0              | 20,9         | 23,5              | 211                  | 276               |  |
| Фрукти свіжі (персики) (Ф )                 | 60           | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3               | 27                   | 36                |  |
| Компот із сухофруктів (Ф)                   | 120          | 180               | 2,1            | 2,2               | 0,0          | 0,0               | 10,5         | 16,5              | 39                   | 39                |  |
| Всього за вечерю:                           |              |                   | 11,9           | 15,6              | 15,6         | 19,1              | 54,8         | 61,6              | 406                  | 518               |  |
| Всього за день:                             |              |                   | 52,8           | 57,0              | 45,0         | 57,9              | 187,1        | 239,9             | 1384                 | 1700              |  |

**СЕРЕДА ІV ТИЖДЕНЬ**

| Найменування продуктів<br>(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 |
| <b>Сніданок:</b>                                  |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Салат із свіжих томатів в та огірків              | 60            | 80                | 0,48           | 0,63              | 0,07          | 0,09              | 2,6           | 3,5               | 8                    | 10                |
| Тюфтельська рибна (Г, Р)                          | 45/40         | 90/45             | 8,7            | 13,1              | 6,2           | 8,8               | 9,5           | 14,6              | 179                  | 241               |
| Каша ячна в'язка (ЗП, МП, Г, Л)                   | 80            | 100               | 3,0            | 3,4               | 1,8           | 2,2               | 20,0          | 22,7              | 145                  | 195               |
| Какао на молоці (МП, Л)                           | 150           | 200               | 5,1            | 5,2               | 4,4           | 4,6               | 8,1           | 9,6               | 89                   | 107               |
| Фрукти свіжі (абрикоси)(Ф)                        | 60            | 80                | 0,5            | 0,7               | 0,1           | 0,1               | 5,7           | 7,6               | 24                   | 32                |
| <b>Всього за сніданок</b>                         |               |                   | <b>17,8</b>    | <b>19,6</b>       | <b>11,9</b>   | <b>15,0</b>       | <b>48,0</b>   | <b>59,0</b>       | <b>402</b>           | <b>514</b>        |
| <b>Обід:</b>                                      |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Салат вітамінний                                  | 60            | 80                | 0,6            | 0,7               | 2,1           | 2,1               | 3,7           | 4,5               | 34                   | 3                 |
| Суп картопляний з галушками (ЗП, МП, Л)           | 150           | 200               | 1,7            | 2,3               | 1,3           | 1,8               | 13,1          | 17,4              | 191                  | 210               |
| Рагу із курятини (Г)                              | 102/45        | 136/60            | 13,4           | 16,9              | 5,1           | 6,7               | 15,1          | 20,1              | 189                  | 251               |
| Компот із свіжих фруктів (з яблук)                | 150           | 180               | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 12,2          | 16,3              | 50                   | 66                |
| Фрукти свіжі (полуниця)(Ф)                        | 60            | 80                | 0,9            | 1,2               | 0,6           | 0,8               | 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                |
| <b>Всього за обід:</b>                            |               |                   | <b>19,0</b>    | <b>21,5</b>       | <b>11,1</b>   | <b>13,4</b>       | <b>67,1</b>   | <b>85,7</b>       | <b>584</b>           | <b>685</b>        |
| <b>Вечеря:</b>                                    |               |                   |                |                   |               |                   |               |                   |                      |                   |
| Огірки свіжі                                      | 60            | 80                | 0,8            | 1,2               | 0,8           | 1,2               | 7,9           | 11,4              | 33                   | 34                |
| Омлет (Г, МП, Л)                                  | 60            | 60                | 5,3            | 5,3               | 6,4           | 6,4               | 1,9           | 1,9               | 86                   | 86                |
| Каша перлова в'язка ЗП, МП, Л)                    | 120           | 150               | 11,0           | 14,5              | 4,4           | 5,7               | 3,1           | 4,1               | 209                  | 266               |
| Компот зі сухофруктів (Ф)                         | 150           | 180               | 0,2            | 0,3               | 0,2           | 0,3               | 12,2          | 16,3              | 50                   | 66                |
| Хліб цільнозерновий з твердим сиром (Г ЗП, МП, Л) | 30/10         | 30/15             | 6,8            | 7,9               | 3,95          | 5,35              | 13,68         | 13,68             | 110,9                | 128,55            |
| <b>Всього за вечерю:</b>                          |               |                   | <b>16,1</b>    | <b>17,9</b>       | <b>14,0</b>   | <b>18,0</b>       | <b>53,1</b>   | <b>71,2</b>       | <b>399</b>           | <b>503</b>        |
| <b>Всього за день:</b>                            |               |                   | <b>52,9</b>    | <b>59,0</b>       | <b>37,0</b>   | <b>45,9</b>       | <b>168</b>    | <b>216,0</b>      | <b>1386</b>          | <b>1702</b>       |



| ЧЕТВЕР ІV ТИЖДЕНЬ                           |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |              |                   |
|---------------------------------------------|--------------|-------------------|----------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|-------------------|----------------------|--------------|-------------------|
| Найменування продуктів<br>(індекс алергену) | Маса нетто   |                   | Хімічний склад |                   |              |                   |              |                   |                      |              |                   |
|                                             |              |                   | Білки          |                   | Жири         |                   | Вуглеводи    |                   | Енергетична цінність |              |                   |
|                                             | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років   | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років         | від 3-4років | від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                                   |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |              |                   |
| Салат з свіжої капусти                      | 60           | 80                | 0,7            | 0,9               | 3,0          | 4,0               | 4,5          | 6,0               | 46                   |              | 61                |
| Банош по –гуцульськи                        | 36/10        | 48/15             | 10,7           | 15,9              | 4,3          | 5,3               | 4,2          | 5,3               | 112                  |              | 139               |
| Молоко (МП Л)                               | 150          | 200               | 2,8            | 3,4               | 2,5          | 3,0               | 4,7          | 5,7               | 52                   |              | 62                |
| Фрукти свіжі (черешні)(Ф)                   | 60           | 80                | 0,9            | 1,2               | 0,6          | 0,8               | 13,1         | 17,4              | 53                   |              | 71                |
| Всього за сніданок                          |              |                   | 12,0           | 17,7              | 12,7         | 18,6              | 57,0         | 68,1              | 405                  |              | 502               |
| Обід:                                       |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |              |                   |
| Томати свіжі                                | 60           | 80                | 0,3            | 0,3               | 0,0          | 0,0               | 0,7          | 0,7               | 4                    |              | 4                 |
| Борщ буряковий з сметаною(Я)                | 150/15       | 200/25            | 5,8            | 8,6               | 2,7          | 4,0               | 9,9          | 15,7              | 145                  |              | 205               |
| Нагетси курячі(Г, Я,)                       | 48/45        | 65/60             | 10,4           | 13,0              | 4,0          | 5,3               | 22,4         | 28,2              | 190                  |              | 270               |
| Каша ячна в'язка (Г, МП, Л)                 | 120          | 150               | 4,5            | 4,6               | 2,3          | 6,1               | 21           | 22,3              | 157                  |              | 197               |
| Сік фруктовий (Ф)                           | 120          | 180               | 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:                             |              |                   | 18,9           | 24,5              | 9,3          | 12,1              | 91,9         | 121,7             | 611                  |              | 741               |
| Вечеря:                                     |              |                   |                |                   |              |                   |              |                   |                      |              |                   |
| Салат вітамінний                            | 60           | 80                | 0,6            | 0,7               | 2,1          | 2,1               | 3,7          | 4,5               | 34                   |              | 51                |
| Тюфтелька з курячого м'яса(Г, МП, Я Л)      | 46/45        | 62/60             | 16,8           | 21,0              | 10,3         | 13,0              | 18,9         | 23,9              | 185                  |              | 264               |
| Пюре з бобових (горох лущений) з цибулею    | 120          | 150               | 1,6            | 1,8               | 2,7          | 3,0               | 15,7         | 16,3              | 73                   |              | 78                |
| Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)                 | 30           | 30                | 2,1            | 2,1               | 2,4          | 2,4               | 9,9          | 9,9               | 71                   |              | 71                |
| Какао на молоці (МП, Л)                     | 150          | 200               | 5,1            | 5,2               | 4,4          | 4,6               | 8,1          | 9,6               | 89                   |              | 107               |
| Фрукти свіжі (абрикоси) (Ф)                 | 60           | 80                | 0,5            | 0,7               | 0,1          | 0,1               | 5,7          | 7,6               | 24                   |              | 32                |
| Всього за вечерю:                           |              |                   | 21,6           | 28,0              | 10,0         | 13,1              | 42,5         | 51,8              | 366                  |              | 449               |
| Всього за день:                             |              |                   | 52,5           | 70,2              | 32,2         | 43,9              | 191,1        | 242,0             | 1382                 |              | 1692              |

| П'ЯТНИЦЯ ІV ТИЖДЕНЬ                            |               |                   |                |                   |              |                   |              |              |                      |                   |
|------------------------------------------------|---------------|-------------------|----------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|--------------|----------------------|-------------------|
| Найменування продуктів<br>(індекс алергену)    | Маса нетто    |                   | Хімічний склад |                   |              |                   |              |              |                      |                   |
|                                                |               |                   | Білки          |                   | Жири         |                   | Вуглеводи    |              | Енергетична цінність |                   |
|                                                | від 3-4рокі в | від 4-6 (7) років | від 3-4років   | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 4-6 (7) років | від 3-4років | від 3-4років |                      | від 4-6 (7) років |
| Сніданок:                                      |               |                   |                |                   |              |                   |              |              |                      |                   |
| Салат зі свіжої моркви                         | 60            | 80                | 0,64           | 0,74              | 2,7          | 2,7               | 4,6          | 6,6          | 48                   | 49                |
| Макаронны виробы з твердим сиром(ЗП, Г, МП, Л) | 110/10        | 125/15            | 8,46           | 11,16             | 5,7          | 8,1               | 33           | 53           | 210                  | 339               |
| Яйце відварене (Я)                             | 50            | 50                | 5,7            | 5,7               | 6,1          | 6,1               | 2,6          | 2,6          | 89                   | 89                |
| Компот із свіжих фруктів                       | 150           | 180               | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 12,2         | 16,3         | 50                   | 66                |
| Фрукты свіжі ( персики) (Ф)                    | 60            | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3          | 27                   | 36                |
| Всього за сніданок                             |               |                   | 15,0           | 17,8              | 14,7         | 17,2              | 56,4         | 71,4         | 440,0                | 514               |
| Обід:                                          |               |                   |                |                   |              |                   |              |              |                      |                   |
| Салат вітамінний                               | 60            | 80                | 0,73           | 0,97              | 2,04         | 2,05              | 2,79         | 3,7          | 30,64                | 34,77             |
| Суп гороховий з грінками (МП, Л, Г)            | 150           | 200               | 2,0            | 1,9               | 3,1          | 4,9               | 9,0          | 11,4         | 90                   | 115               |
| Болоньезе (зі свинини)                         | 55/45         | 74/60             | 8,9            | 9,83              | 14,2         | 18,8              | 3,2          | 4,2          | 166                  | 204               |
| Каша перлова розсипчаста (МП, Л)               | 80            | 100               | 4,9            | 5,5               | 2,2          | 2,7               | 13,9         | 30,9         | 89                   | 108               |
| Компот із сухофруктів ( МП, Л)                 | 150           | 200               | 0,5            | 0,6               | 0,2          | 0,3               | 17,5         | 25,5         | 88,3                 | 120,3             |
| Хліб цільнозерновий (Г)                        | 30            | 30                | 2,4            | 2,1               | 2,4          | 2,4               | 9,9          | 9,9          | 71                   | 71                |
| Фрукты свіжі (сливи) (Ф )                      | 60            | 80                | 0,2            | 0,3               | 0,2          | 0,3               | 6,2          | 8,3          | 27                   | 36                |
| Всього за обід:                                |               |                   | 19,1           | 16,6              | 22,8         | 22,7              | 81,0         | 98,9         | 536,0                | 678               |
| Вечеря:                                        |               |                   |                |                   |              |                   |              |              |                      |                   |
| Томати свіжі                                   | 60            | 80                | 0,48           | 0,63              | 0,07         | 0,09              | 1,38         | 2,58         | 7,8                  | 11                |
| Биточки січені з курячого м'яса                | 50/45         | 86/60             | 9,6            | 9,9               | 5,2          | 6,4               | 19,9         | 23,9         | 144                  | 109               |
| Каша гречана розсипчаста                       | 100           | 120               | 2,6            | 3,9               | 3,3          | 4,9               | 25,9         | 38,8         | 108                  | 117               |
| Кефір 2,5 %(МП, Л)                             | 100           | 125               | 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                |
| Всього за вечерю:                              |               |                   | 17,9           | 12,6              | 20,1         | 15,3              | 57,6         | 69,8         | 410,5                | 508,2             |
| Всього за день:                                |               |                   | 52,0           | 43,9              | 58,1         | 55,2              | 195,05       | 240,1        | 1386                 | 1700              |