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

ПОНЕДІЛОК І ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (індекс алергену)	**Маса нетто**		**Хімічний склад**							
			Білки		**Жири**		**Вуглеводи**		**Енергетична цінність**	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Салат 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)*	80	100	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
Йогурт	100	125	3,3	3,7	2,5	3,1	4,5	5,3	79	116
Фрукти свіжі (яблука) 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)	80	100	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 (банани)(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)	80	100	4,04	4,3	1,6	3,2	19,2	26,7	118	157
Чай чорний	120	180	0.48	0.72	0	0	12.36	18.54	50.4	75.6
Хліб цільнозерновий з твердим сиром *(Г)*	30/10	30/15	6,8	7,9	3,95	5,35	13,68	13,68	110,9	128,55
Фрукти свіжі (апельсии) Ф	60	80	0.2	0.3	0.2	0.3	6.2	8.3	27	36
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 (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)*	80	100	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 на молоці (МП, Л)	150	200	0,2	0,2	0,0	0,0	22,1	9,9	50.4	66
Фрукти свіжі (груші) 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
Пюре картопляне *(ЗП, МП, Л)*	80	100	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
Фруктовий плов *(ЗП, МП, Л)*	80	100	3,6	5,0	5,0	6,7	15,8	18,0	198	241
Йогурт	100	125	3,3	3,7	2,5	3,1	4,5	5,3	79	116
Фрукти свіжі (апельсини) 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 (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 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
Каша рисова розсипчаста *(МП, Л,Г)*	80	100	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
Всього за сніданок			**17.8**	**18.7**	**11.7**	**16.1**	**50.7**	**62.5**	**387**	**467**
Обід:										
Огірки свіжі	60	80	0.73	0.97	4.0	5.0	1.5	2.0	42	53
Суп квасолевий	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
Каша гречана розспчаста *(МП, Л)*	80	100	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 (груші) *(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
Всього за обід:			**19.0**	**20.6**	**19.7**	**23.2**	**87.0**	**106**	**583**	**685**
Вечеря:										
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)	80	100	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
Лимонний напій	120	180	0.2	0.3	0.2	0.3	12,2	16,3	50	66
Фрукти свіжі (яблука) *(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
Всього за вечерю:			**16.1**	**18.3**	**12.9**	**16.2**	**45.5**	**70.6**	**399**	**503**
Всього за день:			**52.9**	**57.6**	**44.3**	**55.5**	**193.8**	**239.1**	**1384**	**1702**

ЧЕТВЕР І ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (індекс алергену)	**Маса нетто**		**Хімічний склад**							
			Білки		**Жири**		**Вуглеводи**		**Енергетична цінність**	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Салат зі свіжої моркви	60	80	0.6	0.72	1.44	1.6	5.4	8.2	34.6	49.6
Каша перлова в'язка (МП, Л ,З,П)	80	100	14.81	14.47	12.61	15.32	21.51	27.2	265	274.42
Яйце варене	60	80	5.7	5.7	6.1	6.1	3.3	2.6	89	89
Йогурт	100	125	2,8	3,4	2,5	3,0	4,7	5,7	52	62
Фрукти свіжі (апельсини) *(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:										
Салат зі свіжих огірків та томатів	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)*	80	100	3,4	4,4	2,3	6,1	12,2	25,4	154	198
Сік фруктовий (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
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,З,П)	80/45	100/60	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
Фрукти свіжі (яблука) *(Ф)*	60	80	0,9	1,2	0,06	0,08	13	7,6	24	32
Всього за день:			**52.9**	**58.1**	**44.1**	**56.3**	**194.1**	**241.1**	**1384**	**1698**

П'ЯТНИЦЯ І ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (індекс алергену)	**Маса нетто**		**Хімічний склад**							
			Білки		**Жири**		**Вуглеводи**		**Енергетична цінність**	
	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років	від 3-4 років	від 4-6 (7) років
Сніданок:										
Салат 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 пшенична з цибулею *(ЗП, МП, Л, Я)*	80	100	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 вермішелевий *(Г, Я МП, Л)*	150	200	4.6	5.7	2,8	4.9	20.9	23.2	123.1	217
Зрази картопляні з курячим м'ясом «Човники» *(Я, Г)*	80/45	100/60	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 (яблука) (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
Горохове пюре *(ЗП, МП, Л)*	80	100	3,6	5,0	5,0	6,7	15,8	18,0	198	241
Фрукти свіжі (банани)(Ф)	60	80	0.2	0,2	0,1	0,1	11,5	11,5	39	39
Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15	6,8	7,9	3,95	5,35	13,68	13,68	110,9	128,55
Чай чорний	150	200	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 II ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (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 свіжих помідорів	60	80	0,73	0,97	2,04	2,05	2,79	3,7	30.64	34.77
Каша пшоняна в'язка *(МП,Л, Г ЗП)*	80	100	8,37	13,0	3,3	8,75	39,81	56,8	293.4	354.2
Котлета з курятини *(Г)*	46/45	61/60	8,0	8.14	3,4	4,3	17,2	21,5	121.3	168.3
Молоко (МП ,Л)	150	200	0,5	0,6	0,2	0,3	17.3	24.5	88.3	120.3
Фрукти свіжі (банани) (Ф)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6.2	8.3	27	36
Всього за сніданок			**15,5**	**17,8**	**14.7**	**17,2**	**56,4**	**71, 4**	**440**	**514**
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)	80	100	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 (апельсини)*(Ф)*	60	80	0,2	0.3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36
Всього за обід:			**17,0**	**20,2**	**16,6**	**22, 7**	**81,0**	**98,9**	**536**	**678**
Вечеря:										
Свіжий помідор	60	80	0,6	0,78	0,1	0,15	2,49	3,3	12.4	16.6
Каша ячна в'язка *(Г)*	80	100	12,2	12,62	7,4	9,45	34,31	47	248	326.4
Омлет *(Я, МП, Л, Г)*	60	80	5,7	5,6	6,1	6,1	2,6	2,6	89	89
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**	**19,2**	**12,6**	**15,3**	**57,6**	**69,8**	**410**	**508**
Всього за день:			**50,4**	**57,2**	**43,9**	**55,2**	**195,0**	**240,1**	**1368**	**1700**

ВІВТОРОК ІІ ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (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:										
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
Картопля тушкована *(ЗП, Г МП, Л)*	80	100	3,1	3,6	2,4	2,5	17,9	23,3	131	138
Чай чорний	150	200	0,2	0,2	0,0	0,0	22,1	9,9	50.4	66
Фрукти свіжі (яблука) *(Ф)*	60	80	0,2	0,3	0, 2	0, 3	6,2	8,3	27	36
Хліб цільнозерновий 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 буряковий 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)*	80	100	4,5	6,2	2,5	4.0	9,0	25.8	70	120
Сік фруктовий *(Ф)*	120	180	0,6	0,9	0	0	17,4	26,1	71	106
Хліб цільнозерновий *(Г)*	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за обід:			**19,9**	**21,9**	**13,7**	**20,4**	**74,5**	**107.1**	**512**	**657**
Вечеря:										
Салат моркв'яно-яблучний	60	80	0,73	0,97	2,04	2,05	2,79	3,7	31	34.8
Йогурт	100	125	2,8	3,4	2,5	3,0	4,7	5,7	52	62
Фруктовий плов *(ЗП, МП, Л)*	80	100	3,6	5,0	5,0	6,7	15,8	18,0	198	241
Фрукти свіжі (груші) *(Ф)*	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36

СЕРЕДА ІІ ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (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 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 перлова в'язка *(Г, ЗП, МП,Л)*	80	100	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 (апельсини)*(Ф)*	60	80	0,2	0,3	0, 2	0, 3	6,2	8,3	27	36
Хліб цільнозерновий *(ЗП,Г)*	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
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 квасолевий *(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
Горохове пюре (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 (банани) *(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 пшенична в'язка (ЗП МП Л)	80	100	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 (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
Каша гречана в'язка *(Г, Я,МП, Л)*	80	100	11,6	12,6	7,6	9,4	32,3	33,4	282	297
Омлет *(Я, МП, Л, Г)*	60	80	5,7	5,6	6,1	6,1	2,6	2,6	89	89
Йогурт	100	125	2,8	3,4	2,5	3,0	4.7	5,7	52	62
Фрукти свіжі (груші) *(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 гороховий *(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)*	80	100	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
Котлета куряча (МП , Л)	55/45	70/60	9.5	9.9	5.01	5.6	21.3	22.4	141	166
Каша перлова розсипчаста (МП Л)	80	100	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 (яблука) (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 II ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (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 вітамінний	60	80	0, 6	0,7	2,1	2, 1	3,7	4,5	44	58
Тюфтельки курячі	60/45	80/60	11,3	12,1	10,27	13,5	19,9	30,4	220	266
Каша вівсяна розсипчаста	80	100	3.0	3.4	2.0	2.7	52.5	66.8	110	113
Чай чорний	150	200	0,2	0,2	0,0	0,0	22,1	9,9	50.4	66
Хліб цільнозерновий 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			**14,5**	**15,8**	**14,6**	**18,2**	**49,8**	**67,1**	**410**	**510**
Обід:										
Салат зі свіжих огірків та томатів	60	80	0,3	0,3	0,0	0,0	0,7	0,7	4	4
Борщ капустяний 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
Пюре картопляне *(ЗП, Г, МП, Л)*	80	100	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 (банани) (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
Вермішелево- сирна запіканка з родзинками (Г, МП, Л,Я ,Ф)	110/100	130/125	13.0	15,5	10,2	12,8	53	59	341	415
Фруктовий плов *(ЗП, МП, Л)*	80	100	3,6	5,0	5,0	6,7	15,8	18,0	198	241
Компот із свіжих яблук (Ф)	150	180	3.0	3.3	2.5	3.1	9.7	14.8	27	36
Фрукти свіжі (сливи)(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 (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 із томатів свіжих	60	80	0,3	0,3	2,5	2,5	1,1	1,1	28	28
Каша гречана розсипчаста*(ЗП, МП, Л)*	80	100	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 молоці *(МП, Л)*	150	200	5,0	6,0	4,2	5,10	6,3	8,6	70	95
Фрукти свіжі (яблука) 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 вітамінний	60	80	0,6	0,78	2,5	0,15	6,6	3,3	12.4	16.6
Суп гороховий з грінками *(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
Каша з перова в'язка *(Г, МП, Л)*	80	100	4,9	6,4	3,8	5,0	21,7	27,3	193	231
Фрукти свіжі (апельсини) *(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
Каша пшенична розсипчаста*(ЗП, МП,*	80	100	6,3	7,3	9,4	9,8	16,2	20,9	114	168
Хліб цільнозерновий 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
Чай травяний	120	200	0,1	0,1	0,0	0,0	19,0	28,6	92	122
Фрукти свіжі (банан) *(Ф)*	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36
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 (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 вітамінний	60	80	0,6	0,7	2,1	2,1	3,7	4,5	34	38
Зрази картопляні з курячого м'яса *МП, Л, ЗП)*	80/45	100/60	8,8	13,9	10,0	15,7	35,2	48,9	296	344
Чай	120	180	0,1	0,1	0,0	0,0	19,0	28,6	92	122
Хліб цільнозерновий 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**	**71,1**	**466**	**525**
Обід:										
Огірки свіжі	60	80	0,6	0,6	2,6	2,6	6,3	6,3	48	48
Борщ український зі сметаною	150/15	200/25	5,5	7,4	3,5	4,5	13,8	18,5	145	227
Каша гречана в'язка (Я, Г)	80	100	5,3	6,1	6,3	8,9	14,1	23,6	232	292
Котлети Полтавські	48/45	69/60	8,0	10,7	10,2	13,3	0,1	0,2	142	177
Сік фруктовий (Ф)	120	180	0,1	0,1	0,0	0,0	19,0	28,6	92	
Фрукти свіжі (груші)*(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:			**19,9**	**21,9**	**13,7**	**20,4**	**64,5**	**107,1**	**512**	**657**
Вечеря:										
Салат зі свіжої моркви	60	80	0.3	0.3	0.0	0.0	0.7	0.7	48	49
Макарони відварені з твердим сиром *(Л, МП, Я, Г)*	80/10	10015	3.1	9.3	15.0	18.9	36.46	36.46	307	393
Фрукти свіжі (банани) (Ф)	60	80	0.9	1.2	0.6	0.6	13.1	17.4	53	71
Компот із сухофруктів (Ф)	150	180	1,6	1,8	0,3	0,3	20,6	24,1	90	104
Всього за вечерю:			**14,9**	**15,6**	**15,6**	**19,4**	**54,8**	**61,6**	**406**	**518**
Всього за день:			**52,8**	**57,0**	**45,0**	**57,9**	**187,1**	**239,9**	**1384**	**1700**

СЕРЕДА ІІІ ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (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 моркви	60	80	0.48	0.6	0, 07	0,09	1,28	2,58	8	11
Рис з родзинками	80	100	9,42	9,57	9,0	9,0	0,9	0,9	143	143
Йогурт	100	125	2,8	3,4	2,5	3,0	4.7	5,7	52	62
Фрукти свіжі (сливи)(Ф)	60	80	0,2	0,3	0,2	0,3	6,2	8,3	27	36
Всього за сніданок			**15,5**	**15,40**	**17,5**	**21,0**	**44,9**	**61,8**	**547**	**651**
Обід:										
Салат вітамінний	60	80	0,6	0,7	2,1	2,1	3,7	4,5	34	58
Суп квасолевий*(Г МП Л)*	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
Горохове пюре (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 (яблука)*(Ф)*	60	80	0.9	1,2	0,16	0,18	13,0	17,4	53	71
Хліб цільнозерновий *(Г)*	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Всього за обід:			**22,04**	**27,8**	**11,49**	**13,34**	**76,29**	**94, 79**	**595**	**784**
Вечеря:										
Салат з томатів свіжих	60	80	0,4	0,5	4,0	5,0	1,5	2,0	42	53
Гуляш з курячого мяса	45	60	10,3	14,1	4,7	6,8	6,0	9,1	196	207
Каша в'язка пшенична *(ЗП, Г, МП, Л)*	80	100	5,2	5,1	1,8	4,2	19,2	30,9	187	231
Кефір	100	125	2,8	3,4	2,5	3,0	4.7	5,7	52	62
Всього за вечерю:			**19,9**	**25,2**	**14,3**	**17,8**	**54,2**	**65,5**	**360**	**419**
Всього за день:			**57,44**	**68,4**	**43,29**	**52,14**	**175,39**	**222,09**	**1502**	**1854**

ЧЕТВЕР ІІІ ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (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 моркв'яно-яблучний	60	80	0,4	0,5	0,1	0,1	1,6	2,3	8	12
Фруктовий плов *(ЗП, МП, Л)*	80	100	3,6	5,0	5,0	6,7	15,8	18,0	198	241
Йогурт	100	125	3,3	3,7	2,5	3,1	4,5	5,3	79	116
Фрукти свіжі (апельсини) Ф	60	80	0,9	0,3	0,6	0.3	13,1	8,3	27	36
Обід:										
Салат із свіжих огірків	60	80	0.6	0,8	4.1	5,1	2.8	3,9	49	63
Борщ картопляний 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
Пюре картопляне *(ЗП, Г, МП, Л)*	80	100	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 свіжоі капусти та томатів свіжих	60	80	16,1	22,6	11,7	14,5	26.6	33,2	45	46
Котлета куряча (Я ЗП, МП ,Л)	55/45	67/60	0.3	0.3	8.0	9.5	8.7	12.7	175	235
Каша пшенична розсипчаста *(ЗП, Г, МП, Л)*	80	100	1,7	2,1	1,6	2,1	12,2	15,2	94	179
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 (груші) *(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 III ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (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
Каша гречана в'язка	80	100	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 (банани) 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 вермішелевий	150	200	4,6	5,3	3,8	5,3	19,3	22,5	125	156
Плов 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 ячна в'язка (МП, Л ,ЗП)	80	100	3.2	3.6	3.6	3.7	9.8	11.6	85	112
Хліб цільнозерновий (ЗП, Г,)	30	30	4.3	4.9	4.9	3.3	9.8	14.9	72	79
Фрукти свіжі (яблука) (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 IV ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (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 свіжоі капусти	60	80	0,7	0,9	2,12	2,8	4,6	5,7	38	50.4
Тюфтеля з курячого мяса	45	60	11,1	11,9	9,7	12,7	12,9	12,9	186	232
Каша гречана вязка	80	100	2,1	2,5	2,1	2,6	14,5	18,2	195	240
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:										
Салат зі свіжих огірків та томатів	60	80	0.3	0,3	0,0	0,0	0,7	0,7	4	4
Суп гороховий *(ЗП, МП,)*	150	200	1,5	2,0	3,4	4,4	8,9	11,9	110	161
Хлібець рибний*(Я, Г, Р)*	41/45	62/60	8,1	8,6	4,9	8,2	9,2	9,7	114	133
Каша пшенична в'язка *(МП, Л)*	80	100	2,1	2,5	2,1	2,6	14,5	18,2	195	240
Чай чорний	150	200	1,6	1.8	0,3	0,3	23,5	24,5	90	104
Фрукти свіжі (груші) 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
Вермішелево-сирна запіканка *(Г,Я, МП, Л)*	80/ 100/	100/125	14,4	17,4	9,2	9,3	4,1	5,3	133	156
Каша кукурудзяна *(ЗП, МП, Л)*	80	100	4,1	5,3	4,6	5,8	15,6	21,0	210	281
Фрукти свіжі (апельсини) (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 (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 гречана *(ЗП, МП, Л)*	80	100	4,1	5,3	4,6	5,8	15,6	21,0	210	281
Кефір	100	125	2,8	3,4	2,5	3,0	4.7	5,7	52	62
Фрукти свіжі (банани)*(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 буряковий 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)*	80	100	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
Плов фруктовий	80	100	7,5	12,8	9,8	13,0	20,9	23,5	211	276
Фрукти свіжі (яблука) (Ф)	60	80	0.2	0.3	0.2	0.3	6.2	8.3	27	36
Йогурт	100	125	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 IV ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (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 із свіжих томаті в та огірків	60	80	0,48	0,63	0,07	0,09	2,6	3,5	8	10
Тюфтелька рибна *(Г, Р)*	45/45	90/60	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 (груші)(Ф)	60	80	0,5	0,7	0,1	0,1	5,7	7,6	24	32
Всього за сніданок			**17,8**	**19,6**	**11,9**	**15,0**	**48,0**	**59,0**	**402**	**514**
Обід:										
Салат вітамінний	60	80	0,6	0,7	2,1	2,1	3,7	4,5	34	3
Суп рисовий *(ЗП, МП, Л)*	150	200	1,7	2,3	1,3	1,8	13,1	17,4	191	210
Зрази картопляні м'ясом	80/45	100/60	10,6	13,1	7,1	8,0	18,8	23,3	194	269
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	150	180	0,2	0,3	0,2	0,3	12,2	16,3	50	66
Фрукти свіжі (апельсини)*(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
Всього за обід:			**19,0**	**21,5**	**11,1**	**13,4**	**67,1**	**85,7**	**584**	**685**
Вечеря:										
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)*	80	100	11,0	14,5	4,4	5,7	3,1	4,1	209	266
Кефір	100	125	2,8	3,4	2,5	3,0	4.7	5,7	52	62
Фрукти свіжі (яблука)*(Ф)*	60	80	0,9	1,2	0,6	0,8	13,1	17,4	53	71
Всього за вечерю:			**16,1**	**17,9**	**14,0**	**18,0**	**53,1**	**71,2**	**399**	**503**
Всього за день:			**52,9**	**59,0**	**37,0**	**45,9**	**168**	**216.0**	**1386**	**1702**

ЧЕТВЕР IV ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (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 свіжої капусти	60	80	0,7	0,9	3,0	4,0	4,5	6,0	46	61
Тюфтелька куряча	55/45	67/60	0.3	0.3	8.0	9.5	8.7	12.7	175	235
Каша пшоняна розсипчаста	80	100	4.5	4.6	2.3	6.1	21	22.3	157	197
Молоко (МП Л)	150	200	2,8	3,4	2,5	3,0	4,7	5,7	52	62
Фрукти свіжі (банани)*(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
Капусняк зі 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 пшенична в'язка *(Г, МП, Л)*	80	100	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	80	100	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 (яблука) (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 IV ТИЖДЕНЬ										
Найменування продуктів (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 моркви	60	80	0,64	0,74	2,7	2,7	4,6	6,6	48	49
Каша ячна в'язка *(ЗП, Г, МП, Л)*	80	100	4,9	5,5	2,2	2,7	13,9	30,9	89	108
Яйце відварене *(Я)*	50	50	5,7	5,7	6,1	6,1	2,6	2,6	89	89
Чай чорний	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
Фрукти свіжі (апельсини) (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 квасолевий *(МП, Л, Г)*	150	200	2,0	1,9	3,1	4,9	9,0	11,4	90	115
Болоньеєзе (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
Фрукти свіжі (банани) (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
Пюре картопляне	80	100	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

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**