

ПОГОДЖЕНО

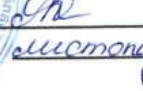
Заступник начальника управління- начальник
відділу державного нагляду за дотриманням
санітарного законодавства управління безпеності
харчових продуктів та ветеринарної медицини,
державного нагляду за дотриманням санітарного
законодавства Бучанського району

 **Олена ЗАПОЛЬСЬКА**

2024 р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Пісківської гімназії

 **Анна КЛОКУН**

29 листопада 2024 р.

**ПЕРСПЕКТИВНЕ МЕНЮ
ДЛЯ ТРИРАЗОВОГО ХАРЧУВАННЯ
ДІТЕЙ У ДОШКІЛЬНОМУ ПІДРОЗДІЛІ
ПІСКІВСЬКОЇ ГІМНАЗІЇ
(зимовий період)
2024-2025 р.**

*Розроблено відповідно до Технологічних карт страв та виробів для харчування дітей віком від 6 до 18 років у
закладах освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та дитячих закладах сфери соціального захисту,
автор Є.Клопотенко.*

Понеділок 1 тиждень

Понеділок 1 тиждень					
№ техноло гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
3.30	Морква тушкована з чорносливом	60	80	57.1	76.1
1.15	Локшинник з фруктами	140	175	214.37	267.84
12.01	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	15/10	15/10	83.2	83.2
6.04	Чай каркаде	150	180	0.62	0.74
12.1	Фрукти(мандарин)	60	60	24	24
Всього за сніданок:				379.29	461.88
Обід:					
1.23	Салат з капусти,моркви та зеленого горошку	50	70	35	52
2.02	Полтавський борщ	150	200	116.15	154.8
7.7	Рибна паличка	45	65	82.35	118.85
10.6	Гречана каша з чебрецем	80	100	122.4	153
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
11.01	Компот з фруктів(яблук) та м'яти	150	180	33.3	40
Всього за обід:				460.2	589.65
Вечеря:					
08.14	Овочі припущені в сметанному соусі	60	80	50.98	67.78
3.02	Суфле ячне	75	75	118.5	118.5
8.04	Рис розсипчастий з орегано	80	100	109.04	136.3
12.3	Сік апельсиновий	100	150	59	88.5
12.01	Хліб цільнозерновий	10	10	23.6	23.6
Всього за вечерю:				361.12	434.68
Всього за день:				1200.61	1486.21

Вівторок 1 тиждень

Вівторок 1 тиждень					
№ техноло гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
1.18	Салат з моркви з родзинками та сметаною	50	80	44	70.4
4.04	Плов з курячим м'ясом	125	150	194.31	233.17
12.01	Хліб цільнозерновий з маслом	30/2	30/2	94	94
13.13	Кисіль ягідний	150	180	63.2	75.8
	Всього за сніданок:			395.51	473.37
Обід:					
2.12	Суп квасолевий	150	200	102.6	136.8
4.03	Капуста тушкована	40	40	36	36
9.3	Шніцель курячий	45	60	94.5	126
08.15	Кус кус розсипчастий	80	100	104.08	130.1
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
11.03	Узвар(яблука,груші)	120	150	64.6	80.8
	Всього за обід:			472.78	580.7
Вечеря:					
10.03	Каша гарбузова	70	90	68.97	86.87
14.26	Оладки з яблук та корицею	65	75	166.85	191.25
9.03	Йогурт	100	125	75.68	86
12.1	Фрукти(банан)	50	80	45	72
	Всього за вечерю:			356.5	436.12
	Всього за день:			1224.79	1490.19

Середа 1 тиждень

Середа 1 тиждень					
№ техноло- гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
1.67	Салат буряково-гарбузовий	60	85	49	69.7
9.27	Ліниві голубці з курячим м'ясом	150	180	156.15	187.38
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
11.05	Какао з молоком	200	250	112.48	140.6
Всього за сніданок:				388.63	468.68
Обід:					
2.07	Суп овочевий	150	200	71.2	94.9
08.26	Каша пшенична	80	100	95.52	119.4
4.06	Котлета рублена з курятини	58	77	110.74	147.55
6.02	Компот з кураги	150	180	72.3	86.76
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
Всього за обід:				420.76	519.61
Вечеря:					
07.13	Львівський сирник з морквою	150	180	296.7	356.1
13.18	Напій з карпатських трав	140	180	16.8	21
12.2	Фрукти(банан)	50	60	45	54
Всього за вечерю:				358.5	431.1
Всього за день:				1167.89	1419.39

Четвер 1 тиждень					
№ техноло- гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
1.20	Салат з варених овочів	38	51	37.68	49.08
8.25	Булгур	80	100	88	110
4.09	Курячі нагетси	40	50	87.72	109.62
6.08	Сік виноградний	120	180	70.8	106.2
12.01	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	20/5	20/5	65.2	65.2
12.1	Фрукти(яблуко)	60	60	31.44	31.44
Всього за сніданок:				380.84	471.54
Обід:					
3.05	Картопляний крем-суп	150	200	99.81	133.1
4.03	Куліш з курячим м'ясом	100	150	150.03	225
1.30	Салат з капусти,моркви та зеленого горошку	50	75	34	51
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
11.03	Узвар(з яблук)	120	150	64.6	80.8
Всього за обід:				419.44	560.9
Вечерю:					
07.23	Вегетаріанський закритий пиріг	140	150	232.68	249.3
1.08	Буяк тушкований з чорносливом	35	47	45.85	62.31
9.03	Молоко кип'ячене	120	200	62.4	104
12.01	Хліб цільнозерновий	10	10	23.6	23.6
Всього за вечерю:				364.54	439.21
Всього за день:				1164.82	1471.65

П'ятниця 1 тиждень

П'ятниця 1 тиждень					
№ техноло- гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
1.12	Салат моркв'яно-яблучний	40	40	45	45
10.16	Кус кус розсипчастий	80	100	104.08	130.1
3.03	Пухкий омлет	50	50	80.5	80.5
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
9.03	Йогурт	100	125	75.68	86
12.1	Фрукти(апельсин)	50	80	20	36
Всього за вечерю:				396.26	448.6
Обід:					
2.11	Суп гороховий	150	200	97.05	129.4
1.36	Салат з буряка	60	75	41.52	51.9
8.13	Картопляне пюре	75	100	101.64	135.51
7.06	Фрикадельки рибні	60	90	45.1	67.6
11.06	Напій з шипшини	150	180	85.2	102.24
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
Всього за обід:				441.51	557.65
Вечеря:					
06.1	Вареники лінійні	150	180	273	327
1.32	Пюре з гарбуза	50	75	33.83	51.1
11.03	Узвар(груша)	120	120	64.6	64.6
Всього за сніданок:				371.43	439.7
Всього за день:				1209.2	1445.95

Понеділок 2 тиждень

Понеділок 2 тиждень					
№ техноло- гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
1.28	Салат з капусти	50	75	27.7	41.5
10.6	Гречана каша	80	100	125.45	157.23
4.09	Курячі нагетси	45	50	98.66	109.62
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
9.03	Йогурт	100	125	75.68	86
Всього за сніданок:				398.49	465.35
Обід:					
1.03	Суп польовий	150	200	71.21	94.09
11.29	Каша рисова розсипчаста	92	103	112	149
15.02	Фіш боли в томатному соусі	31/27	62/41	60	109
1.36	Салат з буряка	75	75	51.9	51.9
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
11.03	Узвар (сушені яблука,груші)	180	200	96.9	107.7
Всього за обід:				463.01	582.69
Вечеря:					
07.07	Вертуга з яблуком	80	100	244.3	305.38
8.08	Сік апельсиновий	120	120	65	65
12.1	Фрукти(апельсин)	60	80	24	32
08.14	Овочі припущені в сметанному соусі	60	60	50.98	50.98
Всього за вечерю:				384.28	453.36
Всього за день:				1245.78	1501.4

Вівторок 2 тиждень

Вівторок 2 тиждень					
№ техноло гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
1.13	Салат з капусти з хріном	50	75	34.7	52.1
5.1	Омлет драчена	42	42	95.81	95.81
10.16	Кус кус розсипчастий	75	100	97.55	130.1
11.08	Чай масала	140	180	53.85	69.18
12.01	Хліб цілнозерновий з твердим сиром	30/5	30/5	89	89
Всього за сніданок:				370.91	436.19
Обід:					
2.10	Суп з крупою рисовою та томатом	150	200	70.05	93.4
11.19	Пюре картопляне	90	100	150	167
8.07	Тюфтелька куряча з овочами	66/24	88/32	141	184
7.04	Компот із сухофруктів	150	180	50	66
12.01	Хліб цілнозерновий	30	30	71	71
Всього за обід:				482.05	581.4
Вечеря:					
6.21	Сирники рожеві (з морквою)	100	130	230	298.83
12.1	Фрукти (банан)	60	60	53.4	53.4
11.04	Кисіль ягідний(вишневий)	160	180	67.41	75.8
Всього за вечерю:				350.81	428.03
Всього за день:				1203.77	1445.62

Середа 2 тиждень

Середа 2 тиждень					
№ техноло гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
10.05	Каша кукурудзяна розсипчаста	80	90	100.1	112.64
4.07	Овочі припущені в сметанному соусі	55	65	47.5	56.1
9.25	Котлета рублена з курятини	58	77	110.74	147.55
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
11.06	Напій з шипшини	100	140	56.8	79.52
	Всього за сніданок:			386.14	466.81
Обід:					
2.07	Суп овочевий	150	200	71.2	94.9
4.04	Плов з м'ясом	150	200	233.18	310.9
6.02	Компот з кураги	160	180	77	86.6
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
	Всього за обід:			452.38	563.4
Вечеря:					
17.01	Шарлотка яблучна	120	140	244	284.6
9.02	Молоко кип'ячене	100	160	52	83
4.11	Морква припущена з родзинками	58	85	37.81	54.81
12.01	Фрукти(мандарин)	50	60	21.6	24
	Всього за вечерю:			355.41	446.41
	Всього за день:			1193.93	1476.62

Четвер 2 тиждень					
№ технологічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
07.17	Оладки кукурудзяні з морквою	80	100	161.23	201.54
1.35	Каша молочна гречана з маслом	150/2	200/2	85	105
12.01	Хліб цільнозерновий	20	20	47.2	47.2
11.03	Компот(груша,яблуко)	150	180	80.8	96.9
	Всього за сніданок:			374.23	450.64
Обід:					
2.02	Борщ полтавський	150	200	116.15	154.8
5.02	Печеня по-домашньому зі свининою	150	200	234	311.9
11.10	Чай з липою	150	180	0.62	0.74
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
	Всього за обід:			421.77	538.44
Вечеря:					
1.20	Гарбуз припущений	50	66	37.48	46.97
8.15	Кус кус розсипчастий	75	100	97.55	130.1
5.34	Котлета рибна любительська	59	59	81.21	81.21
12.1	Фрукти(яблуко)	60	60	31.44	31.44
6.08	Сік виноградний	120	180	70.8	106.2
12.01	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	10/5	10/5	41.6	41.6
	Всього за вечерю:			360.08	437.52
	Всього за день:			1156.08	1426.6

П'ятниця 2 тиждень					
№ технологічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
1.36	Салат зі буряка	50	75	34.6	51.9
5.10	Омлет з пряними травами	65	65	96	96
2.10	Каша в'язка пшенична	90	113	86.92	108.65
12.04	Кисіль з апельсинів	150	180	70.01	77.84
12.01	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/5	30/10	89	107
Всього за сніданок:				376.53	441.39
Обід:					
2.19	Сочевичний суп пюре	150	200	117	156
1.09	Салат з варених овочів	38	51	37.7	49.8
4.46	Макарони відварені	100	130	120.88	156.58
7.01	Нагетси курячі	45	45	98.64	98.64
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
11.02	Компот з яблук та м'яти	100	150	22.21	33.3
Всього за обід:				467.43	565.32
Вечеря:					
07.12	Запіканка сирна з бананом зі ягідним кюлі	150/20	180/20	289	344.38
6.04	Чай каркаде	150	180	0.62	0.74
4.08	Салат моркв'яно-яблучний	46	63	38.65	54.99
12.1	Фрукти(апельсин)	60	80	24	28.8
Всього за вечерю:				352.27	428.91
Всього за день:				1196.23	1435.62

Понеділок 3 тиждень

Понеділок 3 тиждень					
№ технологічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
4.04	Морква тушкована	65	80	68	84.5
08.25	Булгур	80	100	88	110
4.06	Котлета по міланськи з сиром	50	60	126.76	152.11
12.01	Хліб цільнозерновий	15	15	35.5	35.5
6.04	Чай каркаде	150	180	0.62	0.74
12.1	Фрукти(банан)	60	80	53.4	71.2
				372.28	453.55
Всього за сніданок:					
Обід:					
1.28	Салат з капусти	60	80	33.24	44.32
2.13	Суп польовий	150	200	71.21	94.09
8.13	Картопля тушкована з цибулею та томатом	100	113	118.56	135.45
6.01	Рибні нагетси	40	60	68.07	102.09
11.04	Кисіль яблучний	150	180	63.2	75.9
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
				425.28	522.85
Всього за обід:					
Вечеря:					
07.20	Вареники ліниві	100	120	181.97	236.56
11.06	Напій з шипшини	180	200	102.24	113.6
1.20	Салат з варених овочів	38	51	37.68	49.08
12.01	Хліб цільнозерновий	15	15	35.5	35.5
				357.39	434.74
Всього за вечерю:					
				1154.95	1411.14
Всього за день:					

Вівторок 3 тиждень					
№ технологічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
4.01	Капуста тушкована з овочами та курячим м'ясом	75	100	93.45	124.6
08.26	Каша пшенична	80	100	95.52	119.4
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
6.08	Сік виноградний	120	180	70.8	106.2
12.1	Фрукти(яблуко)	60	60	31.44	31.44
Всього за сніданок:				362.21	442.64
Обід:					
08.14	Овочі припущені в сметанному соусі	60	80	50.98	67.78
2.12	Суп квасолевий	150	200	102.6	136.8
6.12	Оладки курячі	40	40	65.12	65.12
08.03	Рис з кмином	80	100	109.44	136.8
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
11.03	Узвар(груша,курага)	150	180	80.8	96.9
Всього за обід:				479.94	574.4
Вечеря:					
07.07	Вертуга з яблуком	80	100	244.3	305.38
11.06	Напій з шипшини	150	180	85.2	102.24
1.07	Морква припущена з родзинками	40	45	26.11	29.31
Всього за вечерю:				355.61	436.93
Всього за день:				1197.76	1453.97

Середа 3 тиждень

Середа 3 тиждень					
№ техноло гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
1.12	Салат моркв'яно-яблучний	40	40	43	43
10.16	Каша кукурудзяна розсипчаста	90	113	112.64	141.22
3.03	Суфле яєчне	75	80	118.5	120.08
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
9.02	Молоко кип'ячене	100	160	52	83.2
	Всього за сніданок:			397.14	458.5
Обід:					
4.12	Ікра з буряка	60	80	43.69	57.75
2.15	Суп болгарський	150	200	72.94	97.88
02.4	Макарони відварені з вершковим маслом	82	106	108	140
4.07	Курка по-італійськи	60	85	74.4	105.4
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
11.03	Узвар(яблуко,груша)	150	180	80.8	96.9
	Всього за обід:			450.83	568.93
Вечеря:					
07.12	Запіканка сирна з бананом	110	135	201.36	247.15
11.08	Чай масала	140	180	53.85	69.18
12.1	Фрукти(банан)	60	65	53.4	57.85
3.26	Гарбузова лазанья	80	80	44	52.8
	Всього за вечерю:			352.61	426.98
	Всього за день:			1200.58	1454.41

Четвер 3 тиждень

Четвер 3 тиждень					
№ техноло гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
08.14	Овочі припущені	50	50	36.8	36.8
08.02	Гречка з томатною пастою	80	100	91.44	114.3
4.10	Паличка куряча	45	60	102.7	134.35
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
9.03	Йогурт	100	125	75.68	86
	Всього за сніданок:			377.62	442.45
Обід:					
1.36	Салат з буряка	50	75	34.6	51.9
2.11	Суп гороховий	150	200	97.1	129.4
6.07	Котлета рибна	50	70	44.4	62
08.13	Картопляне пюре	80	100	108.4	135.51
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
11.04	Кисіль вишневий	150	180	63.2	75.8
	Всього за обід:			418.7	525.61
Вечеря:					
07.14	Запіканка рисова з ягідним кюлі	130/20	150/20	226.12	258.67
11.05	Какао з молоком	125	160	70.3	89.9
12.1	Фрукти(яблуко)	60	80	31.44	41.92
1.16	Салат з запеченої груші та моркви	60	80	39.1	48.95
	Всього за вечерю:			366.96	439.44
	Всього за день:			1163.28	1407.5

П'ятниця 3 тиждень

П'ятниця 3 тиждень					
№ техноло гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
1.24	Рулєт овочевий	56	84	82	123
7.08	Каша молочна манна	180	220	147.67	208.5
6.02	Компот з кураги	150	150	72	72
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
	Всього за сніданок:			372.67	474.5
Обід:					
5.02	Борщ український	150	200	69	89
4.04	Плов з курячим м'ясом	120	160	186.54	248.72
1.01	Яйце варене	1шт	1шт	62	62
6.08	Сік апельсиновий	120	180	65	97
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
	Всього за обід:			453.54	567.72
Вечеря:					
11.06	Каша гарбузова	70	90	68.97	86.87
07.09	Запiканка моркв'яно-яблучна	120	150	180.26	225.3
11.05	Какао з молоком	150	180	84.36	101.23
12.1	Фрукти(мандарин)	60	80	24	32
	Всього за вечерю:			357.59	445.4
	Всього за день:			1183.8	1487.62

Понеділок 4 тиждень

Понеділок 4 тиждень					
№ техноло гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
1.22	Салат з капусти з зеленим горошком	45	60	41.34	50.9
8.15	Кус кус розсипчастий	65	100	84.54	130.1
3.03	Суфле ячне	75	75	118,5	118.5
12.01	Хліб цільнозерновий з маслом та твердим сиром	30/2/10	30//2/10	121	121
11.02	Компот малиновий	150	180	33	39.6
				398.38	460.1
	Всього за сніданок:				
Обід:					
2.08	Суп із сочевиці з м'ясними фрикадельками	150/11	200/17	114.53	159.08
1.36	Салат з буряка з ароматною олією	50	75	34.6	51.9
08.10	Картопля тушкована з цибулею та томатом	100	113	118.56	135.45
13.03	Котлета рибна любительська	58	58	79	79
11.03	Узвар(груша,курага)	100	150	53.85	80.8
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
				471.54	577.23
	Всього за обід:				
Вечеря:					
08.02	Морква тушкована з чорносливом	50	70	51.69	66.61
4.03	Пудинг сирно-яблучний	140	170	255.72	307.37
11.10	Чай з липою	150	180	0.62	0.74
12.1	Фрукти(банан)	60	60	53.4	53.4
				361.43	428.12
	Всього за вечерю:			1231.35	1465.45
	Всього за день:				

Вівторок 4 тиждень

Вівторок 4 тиждень					
№ техноло гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
1.28	Салат з капусти	50	75	27.7	41.5
4.04	Плов з курячим м'ясом	120	150	186.54	233.17
12.04	Кисіль з яблук	150	180	63.2	75.9
12.01	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/5	30/5	89	89
12.1	Фрукти(апельсин)	60	80	24	32
	Всього за сніданок:			390.44	471.57
Обід:					
2.07	Суп овочевий	150	200	71.2	94.9
12.8	Пюре з сочевиці з цибулею	80	100	133.76	167.2
8.06	Котлета натуральна з філе курки в панірув.сухарях	48	65	97	126
6.08	Сік апельсиновий	120	120	65	65
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
	Всього за обід:			437.96	524.1
Вечеря:					
07.07	Вертута з яблуком	80	100	244.3	305.38
1.21	Гарбуз запечений з яйцем	55	55	52.04	52.04
9.03	Йогурт	100	125	75.68	86
	Всього за вечерю:			372.02	443.42
	Всього за день:			1200.42	1439.09

Середа 4 тиждень					
№ техноло гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
08.16	Салат з капусти з зеленим горошком	45	60	41.34	50.9
4.09	Курячі нагетси	40	60	87.72	131.52
08.26	Каша пшенична	80	100	95.52	119.4
11.05	Какао з молоком	150	150	84.36	84.36
12.01	Хліб цільнозерновий	10	10	23.6	23.6
12.1	Фрукти(банан)	60	60	53.4	53.4
Всього за сніданок:				385.94	463.18
Обід:					
1.02	Суп гречаний	150	200	56.22	76.94
4.20	Тюфтелька куряча з овочами	66/24	88/32	141.49	184.03
08.13	Картопляне пюре	80	100	108.4	135.51
6.08	Сік виноградний	120	150	70.8	88.5
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	71
Всього за обід:				447.91	555.98
Вечеря:					
07.19	Гратен «Зебра»	122	155	222.25	283.03
11.02	Компот з кураги	140	160	67.48	77.12
12.01	Хліб цільнозерновий	20	20	47.2	47.2
08.16	Буяк тушкований з яблуком	35	35	28.05	28.05
Всього за вечерю:				364.98	435.4
Всього за день:				1198.83	1454.56

Четвер 4 тиждень

Четвер 4 тиждень					
№ техноло гічної карти	Найменування продуктів	Маса нетто		Енергетична цінність	
		Від 3-4 років	Від 4-6(7) років	Від 3-4 років	Від 4-6(7) років
Сніданок:					
7.02	Оладки з м'яса курки	70	90	112	
02.04	Макарони відварені з овочами	100	130	120.98	144
9.03	Йогурт	100	125	75.68	156.58
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	86
	Всього за сніданок:			379.66	71
Обід:					
					457.58
2.16	Суп український з галушками	150/15	200/15	81.52	
4.07	Салат зі св.капусти та моркви	34	40	27	05.13
6.13	Фіш боли в томатному соусі	41/27	62/41	71.21	36
08.01	Каша гречана	82	103	125.45	08.56
12.01	Хліб цільнозерновий	30	30	71	57.23
11.03	Узвар(яблуко,груша,чорнослив)	150	180	80.8	71
	Всього за обід:			456.98	96.9
Вечеря:					
					581.82
09.22	Каша рисова з гарбузом	152	203	187.76	
07.12	Шарлотка	72	80	146.49	45.41
11.09	Чай з мелісою	150	180	0.92	52.73
12.1	Фрукти(мандарин)	60	80	24	1.1
					32
	Всього за вечерю:			359.17	
	Всього за день:			1195.81	441.24
1480.64					