

| І ТИЖДЕНЬ                       |                                                |              |                             |       |       |        |               |                             |       |       |        |               |                              |       |       |        |
|---------------------------------|------------------------------------------------|--------------|-----------------------------|-------|-------|--------|---------------|-----------------------------|-------|-------|--------|---------------|------------------------------|-------|-------|--------|
| Збірник<br>рецептур,<br>№ ТК    | Найменування страв та виробів                  | Діти 6-11 р. |                             |       |       |        | Діти 11-14 р. |                             |       |       |        | Діти 14-18 р. |                              |       |       |        |
|                                 |                                                | Вихід, г     | Енерго-<br>цінність<br>ккал | Б, г  | Ж, г  | В, г   | Вихід, г      | Енерго-<br>цінність<br>ккал | Б, г  | Ж, г  | В, г   | Вихід, г      | Енерго-<br>цінність,<br>ккал | Б, г  | Ж, г  | В, г   |
|                                 |                                                |              | 525-630                     | 18-21 | 17-21 | 73-88  |               | 600-720                     | 21-25 | 21-25 | 81-98  |               | 675-810                      | 23-27 | 23-27 | 93-112 |
|                                 |                                                |              | Понеділок                   |       |       |        |               |                             |       |       |        |               |                              |       |       |        |
| ТК № 1.31                       | Салат з білокачанної капусти з ароматною олією | 100,00       | 54,00                       | 1,76  | 3,09  | 5,59   | 100,00        | 54,00                       | 1,76  | 3,09  | 5,59   | 100,00        | 54,00                        | 1,76  | 3,09  | 5,59   |
| ТК №9.11                        | Курка тушкована в соусі гуляш з кмином         | 70           | 103                         | 17,1  | 2,4   | 3,2    | 100           | 147,00                      | 24,4  | 3,48  | 4,61   | 120           | 176,0                        | 29    | 4,2   | 5,5    |
| ТК №10.54                       | Булгур (розсипчастий)                          | 120          | 198                         | 5,1   | 3,1   | 30,7   | 150           | 248                         | 6,4   | 3,8   | 44,3   | 150           | 248                          | 6,4   | 3,8   | 44,3   |
| Пром-ве                         | Сир твердий                                    | 15           | 54                          | 3,45  | 4,4   | 0      | 15            | 54                          | 3,45  | 4,4   | 0      | 15            | 54                           | 3,45  | 4,4   | 0      |
| Пром-ве                         | Хліб цільнозерновий                            | 30           | 71                          | 2     | 2     | 10     | 50            | 118                         | 3     | 4     | 16,7   | 50            | 118                          | 3     | 4     | 16,7   |
| Збірник<br>рецептур,<br>№ ТК350 | Чай з лимоном без цукру                        | 200          | 10                          | 0,0   |       | 1,0    | 200           | 10                          | 0,0   |       | 1,0    | 200           | 10                           | 0,0   |       | 1,0    |
| ТК №12.01                       | Апельсини свіжі                                | 100          | 50                          | 0,90  | 0,20  | 11,00  | 100           | 50                          | 0,90  | 0,20  | 11,00  | 100           | 50                           | 0,90  | 0,20  | 11,00  |
|                                 | Всього:                                        |              | 540,00                      | 30,31 | 15,19 | 61,53  |               | 681,00                      | 39,92 | 18,99 | 83,16  |               | 710,00                       | 44,81 | 19,69 | 84,08  |
|                                 |                                                |              | Вівторок                    |       |       |        |               |                             |       |       |        |               |                              |       |       |        |
|                                 |                                                |              | Енерго-<br>цінність<br>ккал | Б, г  | Ж, г  | В, г   | Вихід, г      | Енерго-<br>цінність<br>ккал | Б, г  | Ж, г  | В, г   | Вихід, г      | Енерго-<br>цінність,<br>ккал | Б, г  | Ж, г  | В, г   |
| ТК №1,72                        | Салат з білокачанної капусти з яблуками        | 100,00       | 91,00                       | 0,94  | 6,93  | 5,33   | 100,00        | 91,00                       | 0,94  | 6,93  | 5,33   | 100,00        | 91,00                        | 0,94  | 6,93  | 5,33   |
| ТК №10.22                       | Картопляне пюре з орегано                      | 120          | 112                         | 2,6   | 3,05  | 18,68  | 150           | 140                         | 3,26  | 3,81  | 23,36  | 150           | 140                          | 3,26  | 3,81  | 23,36  |
| ТК №5.4                         | Пухкий омлет з орегано                         | 50,00        | 84,00                       | 5,86  | 5,19  | 3,28   | 50,00         | 84,00                       | 5,86  | 5,19  | 3,28   | 100,00        | 168,00                       | 11,72 | 10,39 | 6,55   |
| Пром-ве                         | Хліб цільнозерновий                            | 30           | 71                          | 2     | 2     | 10     | 50            | 118                         | 3     | 4     | 16,7   | 50            | 118                          | 3     | 4     | 16,7   |
| ТК №11.05                       | Какао з молоком                                | 200,00       | 112,48                      | 6,11  | 5,50  | 98,50  | 200,00        | 112,48                      | 6,11  | 5,50  | 98,50  | 200,00        | 112,48                       | 6,11  | 5,50  | 98,50  |
| ТК № 12.01                      | Яблука свіжі                                   | 100,00       | 52,00                       | 0,40  | 0,40  | 11,87  | 100,00        | 52,00                       | 0,40  | 0,40  | 11,87  | 100,00        | 52,00                        | 0,40  | 0,40  | 11,87  |
|                                 | Всього :                                       |              | 522,48                      | 17,91 | 23,07 | 147,66 |               | 597,48                      | 19,57 | 25,83 | 159,04 |               | 681,48                       | 25,43 | 31,03 | 162,31 |
|                                 |                                                |              | Середа                      |       |       |        |               |                             |       |       |        |               |                              |       |       |        |
|                                 |                                                |              | Енерго-<br>цінність<br>ккал | Б, г  | Ж, г  | В, г   | Вихід, г      | Енерго-<br>цінність<br>ккал | Б, г  | Ж, г  | В, г   | Вихід, г      | Енерго-<br>цінність,<br>ккал | Б, г  | Ж, г  | В, г   |
| ТК №1.39                        | Салат з буряка з ароматною олією               | 100,00       | 69,00                       | 1,48  | 3,10  | 9,85   | 100,00        | 69,00                       | 1,48  | 3,10  | 9,85   | 100,00        | 69,00                        | 1,48  | 3,10  | 9,85   |
| Збірник<br>рецептур,<br>№ ТК295 | Макарони відварені з маслом                    | 150/5        | 210,00                      | 5,50  | 4,95  | 35,50  | 150/5         | 210,00                      | 5,50  | 4,95  | 35,50  | 200/5         | 280,00                       | 7,33  | 6,60  | 47,33  |
| ТК №6.07                        | Котлети рибні                                  | 60,00        | 53,20                       | 9,10  | 1,45  | 2,10   | 90,00         | 79,80                       | 13,50 | 2,20  | 3,20   | 120,00        | 106,40                       | 18,10 | 3,00  | 4,20   |
| Пром-ве                         | Сир твердий                                    | 15           | 54                          | 3,45  | 4,4   | 0      | 15            | 54                          | 3,45  | 4,4   | 0      | 15            | 54                           | 3,45  | 4,4   | 0      |
| Пром-ве                         | Сік                                            | 200,00       | 156,00                      | 0,60  | 0,00  | 36,40  | 200,00        | 156,00                      | 0,60  | 0,00  | 36,40  | 200,00        | 156,00                       | 0,60  | 0,00  | 36,40  |
| ТК №12.01                       | Апельсини свіжі                                | 100          | 50                          | 0,90  | 0,20  | 11,00  | 100           | 50                          | 0,90  | 0,20  | 11,00  | 100           | 50                           | 0,90  | 0,20  | 11,00  |
|                                 | Всього:                                        |              | 592,20                      | 21,03 | 14,10 | 94,85  |               | 618,80                      | 25,43 | 14,85 | 95,95  |               | 715,40                       | 31,86 | 17,30 | 108,78 |