ПОГОДЖУЮ

Начальник Жмеринського управління

ГУ Держпродспоживсужби у Вінницькій обл.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.М.Горбатюк

ПОГОДЖУЮ

Начальник Управління освіти

Жмеринської міської ради

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.П. Твердохліб

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Браїлівської гімназії

Жмеринської міської ТГ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.Л. Івасенко

ІІ тиждень **1-4 класи**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ПОНЕДІЛОК | | | | | |
| Страви | Маса-нетто (гр.) | Хімічний склад | | | |
| Білки | Жири | Вуглеводи | Енергетична цінність, ккал. |
|  | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років |
| Сочевичний суп | 200 | 6,1 | 9,0 | 32,8 | 245,4 |
| Печеня по-домашньому з куркою | 180/50 | 17,5 | 7,1 | 22 | 228,6 |
| Макарони | 120 | 4,4 | 3,96 | 44 | 168,0 |
| Нагетси курячі | 75 | 11,66 | 1,32 | 12,35 | 107,9 |
| Салат з моркви і яблук | 100 | 1,5 | 3,1 | 9,1 | 70,0 |
| Салат з капусти з ароматною олією | 100 | 0,63 | 2,55 | 2,85 | 36,88 |
| Бутерброд з сиром | 20/15 | 6,4 | 8,5 | 16,0 | 166,0 |
| Сік яблучний | 200 | 1,2 | 0,00 | 22,5 | 98,7 |
| Чай з лимоном | 200/7 | 0,2 | 0,00 | 13,6 | 56,0 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 2,0 | 2,0 | 10,0 | 71,0 |

ІІ тиждень **1-4 класи**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВІВТОРОК | | | | | |
| Страви | Маса-нетто (гр.) | Хімічний склад | | | |
| Білки | Жири | Вуглеводи | Енергетична цінність, ккал. |
|  | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років |
| Суп з галушками | 200 | 3,4 | 2,6 | 23,1 | 126,4 |
| Каша пшенична | 120 | 4,84 | 3,32 | 25,24 | 151,92 |
| Овочева паелья | 120 | 3,1 | 4,3 | 24,8 | 151,0 |
| Биточок курячий рублений | 50 | 8,2 | 11,4 | 8,7 | 170,0 |
| Запечене куряче філе з орегано | 75 | 21,9 | 4,7 | 0,00 | 134,8 |
| Салат з капусти з зеленим горошком | 90 | 2,02 | 6,25 | 5,48 | 86,32 |
| Салат з буряка і ароматною олією | 100 | 0,8 | 1,6 | 4,6 | 34,6 |
| Лимонад | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Ряжанка | 125 | 3,0 | 3,0 | 6,0 | 64,0 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 2,0 | 2,0 | 10,0 | 71,0 |
| Яблуко свіже | 100 | 0,4 | 0,4 | 11,8 | 52,4 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

ІІ тиждень **1-4 класи**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| СЕРЕДА | | | | | |
| Страви | Маса-нетто (гр.) | Хімічний склад | | | |
| Білки | Жири | Вуглеводи | Енергетична цінність, ккал. |
|  | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років |
| Борщ з картоплею | 200 | 2,3 | 4,4 | 20,6 | 129,1 |
| Гречка з томатною пастою | 120 | 3,82 | 2,18 | 21,5 | 114,3 |
| Чохгбілі з куркою | 150/72 | 22,8 | 6,7 | 7,9 | 189,4 |
| Котлета куряча | 50 | 16,79 | 2,68 | 8,55 | 125,63 |
| Салат з моркви з сиром | 100 | 4,17 | 8,51 | 5,41 | 114,89 |
| Узвар | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 2,0 | 2,0 | 10,0 | 71,0 |
| Фрукти свіжі, банан | 100 | 1,5 | 0,2 | 21,8 | 95,0 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

ІІ тиждень **1-4 класи**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ЧЕТВЕР | | | | | |
| Страви | Маса-нетто (гр.) | Хімічний склад | | | |
| Білки | Жири | Вуглеводи | Енергетична цінність, ккал. |
|  | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років |
| Суп овочевий | 200 | 2,7 | 1,9 | 18,1 | 106,4 |
| Кус-кус розсипчастий | 120 | 4,7 | 2,6 | 26,4 | 156,1 |
| Рис з орегано | 120 | 3,7 | 3,6 | 30,2 | 204,5 |
| Рибні стіки | 45 | 6,94 | 1,22 | 14,11 | 72,45 |
| Хек запечений в соусі бешамель | 50 | 9,13 | 1,21 | 0,00 | 47,41 |
| Салат з буряком та квашеною капустою | 100 | 1,75 | 5,15 | 9,16 | 89,95 |
| Чай каркаде | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Компот фруктовий | 200 | 0,11 | 0,04 | 14,0 | 53,0 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 2,0 | 2,0 | 10,0 | 71,0 |
| Свіжі банани | 100 | 1,5 | 0,2 | 21,8 | 95,0 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

ІІ тиждень **1-4 класи**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| П'ЯТНИЦЯ | | | | | |
| Страви | Маса-нетто (гр.) | Хімічний склад | | | |
| Білки | Жири | Вуглеводи | Енергетична цінність, ккал. |
|  | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років | Від 6-11 років |
| Мінестроне | 200 | 2,0 | 0,6 | 17,0 | 77,8 |
| Каша гречана | 120 | 4,1 | 3,1 | 24,1 | 132,7 |
| Бургер | 100 | 13,03 | 7,96 | 3,26 | 204,77 |
| Курка по-італійськи | 50 | 12,0 | 0,61 | 3,63 | 68,0 |
| Котлета по-міланськи з сиром | 90 | 16,6 | 10,0 | 21,3 | 228,2 |
| Салат з капусти з ароматної олії | 100 | 1,18 | 4,84 | 5,41 | 70,07 |
| Салат з моркви і сиром | 100 | 4,17 | 8,51 | 5,41 | 114,89 |
| Йогурт | 125 | 4,0 | 3,0 | 10,0 | 86,0 |
| Чай з лимоном | 200/7 | 0,2 | 0,00 | 26,0 | 104,0 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 2,0 | 2,0 | 10,0 | 71,0 |
| Яблуко свіже | 100 | 0,4 | 0,4 | 11,8 | 52,4 |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

Комірник Дорошенко Ю.В.