



Погоджено

Начальник Рівненського районного управління Головного управління Держпродспоживслужби в Рівненській області
Сергій GERMANUK



ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ СЕЗОННЕ МЕНЮ

для учнів Борщівської гімназії Малолюбашанської сільської ради
Рівненського району, Рівненської області
на осінній сезон 2024-2025 навчального року

Див. Вірновідає
Вимога Дмитров
1505 Кому
8.10.2024
Мухомов М.М.

п.п.	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.						Енергетична цінність для дітей 11-14 р.						Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					
		1-й тиждень						2-й тиждень						3-й тиждень					
		Вихід, г	Енерго-Білки	Жири	Вуглевод	Вихід, г	Енерго-Білки	Жири	Вуглевод	Вихід, г	Енерго-Білки	Жири	Вуглевод	Вихід, г	Енерго-Білки	Жири	Вуглевод		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18		
	Понеділок																		
	Бургер з куркою	301	441,47	21,53	9,12	67,12		336	498,47	26,42	12,20	69,58	336	498,47	26,42	12,20	69,58		
Т.к. № 11.08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36		200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36		
Т.к. № 12.01	Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80		100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80		
Всього		601	613,33	26,78	12,37	95,28		636	670,33	31,67	15,45	97,74	636	670,33	31,67	15,45	97,74		
	Вівторок																		
Т.к. № 01.35	Салат із буряка зі сметаною	100	71,63	1,82	3,37	8,63		100	71,63	1,82	3,37	8,63	100	71,63	1,82	3,37	8,63		
Т.к. № 08.13	Картопляне пюре з орегано	120	162,62	2,84	7,42	21,11		150	203,30	3,50	9,30	26,40	150	203,30	3,50	9,30	26,40		
За Клопотенко Т.к. № 83	Хек запечений	60	91,85	10,46	3,87	3,80		90	137,77	15,69	5,80	5,70	120	183,70	20,92	7,74	7,60		
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0		50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7		
Т.к. № 08.04	Увар з суміші сухофруктів (без цукру)	200	107,70	0,30	0,90	24,90		200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90		
Т.к. № 12.01	Яблука	100	52,4	0,4	0,4	11,8		100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8		
Всього		610	557,20	17,82	17,96	80,24		690	690,80	24,71	23,77	94,13	720	736,73	29,94	25,71	96,03		
	Середа																		
За Клопотенко Т.к. № 12	Салат з капусти з насінням	100	102,09	2,21	7,73	5,93		100	102,09	2,21	7,73	5,93	100	102,09	2,21	7,73	5,93		
Т.к. № 4.09	Курячі нагеси	85	186,3	15,1	7,7	17,7		100	219,24	17,72	9,07	20,8	125	328,9	26,6	13,6	31,2		
Т.к. № 08.25	Булгур	120	132	3,7	3,8	22,3		150	165	4,7	4,8	27,9	150	165	4,7	4,8	27,9		
Т.к. № 11.12	Йогурт	125	86,00	2,00	6,30	5,30		125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30		
Т.к. № 12.01	Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80		100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80		
Всього		545,00	608,7	27,80	25,30	71,50		590,00	674,64	31,42	27,67	80,20	615,00	784,30	40,30	32,20	90,60		
	Четвер																		
Т.к.1.38	Салат з буряком, курагою та горіхами з йогуртом	100	172,3	4,45	9,91	15,96		100	172,3	4,45	9,91	15,96	100	172,3	4,45	9,91	15,96		
Т.к. № 08.04	Рис розсипчастий з орегано	120	163,60	3,70	2,90	30,20		150	209,50	4,60	3,60	37,70	150	209,50	4,60	3,60	37,70		
Т.к. № 10.05	Соус «Кетчуп»	25	13,2	0,3	0	3		25	13,2	0,3	0	3	25	13,2	0,3	0	3		
Т.к. № 3.02	Скрамбл	50	79,90	5,60	5,00	3,10		50	79,90	5,60	5,00	3,10	50	79,90	5,60	5,00	3,10		
	Сік фруктовий (без цукру)	200	98,70	1,20	0,00	22,50		200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50		
Т.к. № 12.01	Апельсини свіжі	100	50,00	0,90	0,20	11,00		100	50,00	0,90	0,20	11,00	100	50,00	0,90	0,20	11,00		
Всього		595	577,70	16,15	18,01	85,76		625	623,60	17,05	18,71	93,26	625	623,60	17,05	18,71	93,26		
	П'ятниця																		
За Клопотенко Т.к. № 23	Салат з моркви та капусти	100	50,01	1,45	2,09	6,35		100	50,01	1,45	2,09	6,35	100	50,01	1,45	2,09	6,35		
За Клопотенко Т.к. № 60	Мак енд Чіз	120	216,49	8,90	11,50	19,29		150	270,61	11,11	14,41	24,11	150	270,61	11,11	14,41	24,11		
	булочка "Малютка"	100	201,1	6,61	1,70	39,00		100	201,1	6,61	1,70	39,00	100	201,1	6,61	1,70	39,00		
Т.к. № 08.04	Увар з суміші сухофруктів (без цукру)	200	107,70	0,30	0,90	24,90		200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90		
Т.к. № 12.01	Яблука	100	52,4	0,4	0,4	11,8		100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8		
Всього		620	627,70	17,66	16,59	101,34		650	681,82	19,87	19,50	106,16	650	681,82	19,87	19,50	106,16		

Найменування страв		Енергетична цінність для дітей 6-11 р.						Енергетична цінність для дітей 11-14 р.						Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	Жири, г	Вуглевод. и, г	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7		
	2-й тиждень																	
	Понеділок																	
Т.ж. № 1.35	Салат із буряка зі сметаною	100	71,63	1,82	3,37	8,63	75	71,63	1,82	3,37	8,63	75	71,63	1,82	3,37	8,63		
Т.ж. № 4.04	Плов з курячим м'ясом	180	279,81	14,92	12,01	30,29	250	388,62	20,72	16,69	42,07	300	466,35	24,86	20,02	50,48		
Т.ж. № 11.08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36		
	Хліб житній	30	68,00	1,00	0,21	15,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00	50	113,00	2,00	0,35	25,00		
Т.ж. № 12.01	Сливи або яблука свіжі	100	50,0	0,9	0,2	11,0	100	50,0	0,9	0,2	11,0	100	50,0	0,9	0,2	11,0		
Всього		610,00	546,30	22,39	18,84	71,28	675,00	700,11	29,19	23,66	93,06	725,00	777,84	33,33	26,99	101,47		
	Вівторок																	
За Коломійсько Т.ж. № 12	Салат з капустою з насінням	100	102,09	2,21	7,73	5,93	100	102,09	2,21	7,73	5,93	100	102,09	2,21	7,73	5,93		
Т.ж. № 08.04	Рис розсипчастий з орегано	120	163,60	3,70	2,90	30,20	150	209,50	4,60	3,60	37,70	150	209,50	4,60	3,60	37,70		
Т.ж. № 10.05	Соус «Кетчуп»	25	13,2	0,3	0	3	25	13,2	0,3	0	3	25	13,2	0,3	0	3		
Т.ж. № 3.02	Скрамбл	50	79,90	5,60	5,00	3,10	50	79,90	5,60	5,00	3,10	50	79,90	5,60	5,00	3,10		
	Сир твердий	15	54,00	4,00	4,00	0,00	15	54,00	4,00	4,00	0,00	15	54,00	4,00	4,00	0,00		
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7		
Т.ж. № 12.01	Яблука	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8		
Т.ж. № 08.04	Увар з суміші сухофруктів (без цукру)	180	86,16	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90		
Всього		620	622,35	18,51	22,93	88,93	690	736,79	20,41	25,63	103,13	690	736,79	20,41	25,63	103,13		
	Середа																	
1,18	Салат з моркви з сиром та сметаною	100	112,16	4,57	7,17	7,88	100	112,16	4,57	7,17	7,88	100	112,16	4,57	7,17	7,88		
6,03	Риба тушкована з овочами	60	60,90	8,50	2,80	1,70	90	91,30	12,70	4,20	2,50	120	121,68	14,10	4,62	2,78		
8,15	Кусок розсипчастий	120	156,10	4,70	4,00	33,10	150	195,10	6,00	5,00	41,30	150	195,10	6,00	5,00	41,30		
37	Сік томатний	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50		
	Хліб цільнозерновий	30	66,60	2,37	0,03	16,38	50	111,00	3,95	0,05	27,30	50	111,00	3,95	0,05	27,30		
Т.ж. № 12.01	Яблука	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8		
Всього		610	546,86	21,74	14,40	93,36	690	660,66	28,82	16,82	113,28	720	691,04	30,22	17,24	113,56		
Т.ж. № 1.12	Салат з моркви і імбирем	100	63,14	1,03	3,21	7,51	100	63,14	1,03	3,21	7,51	100	63,14	1,03	3,21	7,51		
Т.ж. № 4.09	Курячі нагесі	85	186,3	15,1	7,7	17,7	125	219,24	17,72	9,07	20,8	150	328,9	26,6	13,6	31,2		
Т.ж. № 08.25	Булгур	120	132	3,7	3,8	22,3	150	165	4,7	4,8	27,9	150	165	4,7	4,8	27,9		
Т.ж. № 11.12	Йогурт	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30		
Т.ж. № 12.01	Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80		
Всього		530,00	562,44	23,33	21,21	74,61	600,00	628,38	26,95	23,58	83,31	625,00	738,04	35,83	28,11	93,71		
	П'ятниця																	
За Коломійсько Т.ж. № 23	Салат з моркви та капустою	100	50,01	1,45	2,09	6,35	100	50,01	1,45	2,09	6,35	100	50,01	1,45	2,09	6,35		
За Коломійсько Т.ж. № 60	Мак сіл. чіз	120	216,49	8,90	11,50	19,29	150	270,61	11,11	14,41	24,11	150	270,61	11,11	14,41	24,11		
	Булочка "Малютко"	100	201,1	6,61	1,70	39,00	100	201,1	6,61	1,70	39,00	100	201,1	6,61	1,70	39,00		
Т.ж. № 08.04	Увар з суміші сухофруктів (без цукру)	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90		
Т.ж. № 12.01	Груші	100	42,00	0,40	0,30	10,10	100	42,00	0,40	0,30	10,10	100	42,00	0,40	0,30	10,10		
Всього		620	617,30	17,66	16,49	99,64	650,00	671,42	19,87	19,40	104,46	650,00	671,42	19,87	19,40	104,46		

Наменування страв		Енергетична цінність для дітей 6-11 р.							Енергетична цінність для дітей 11-14 р.							Енергетична цінність для дітей 14-18 р.			
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	Жири, г	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	Жири, г	93-112	
3-й тиждень																			
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7			
Понеділок																			
За Клопотенко Т.к.	Салат з капусти з насінням	100	102,09	2,21	7,73	5,93	100	102,09	2,21	7,73	5,93	100	102,09	2,21	7,73	5,93			
Т.к. № 08.04	Рис розсіпчастий з орегано	120	163,60	3,70	2,90	30,20	150	209,50	4,60	3,60	37,70	150	209,50	4,60	3,60	37,70			
Т.к. № 10.05	Соус «Кетчуп»	25	13,2	0,3	0	3	25	13,2	0,3	0	3	25	13,2	0,3	0	3			
Т.к. № 3.02	Скрамбл	50	79,90	5,60	5,00	3,10	50	79,90	5,60	5,00	3,10	50	79,90	5,60	5,00	3,10			
	Сир твердий	15	54,00	4,00	4,00	0,00	15	54,00	4,00	4,00	0,00	15	54,00	4,00	4,00	0,00			
Т.к. № 12.01	Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80			
	Сік фруктовий (без цукру)	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50			
Всього		610	606,49	18,51	19,83	86,53	640	652,39	19,41	20,53	94,03	640	652,39	19,41	20,53	94,03			
Вівторок																			
	Бургер з куркою	301	441,47	21,53	9,12	67,12	336	498,47	26,42	12,20	69,58	336	498,47	26,42	12,20	69,58			
Т.к. № 11.08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,4			
Т.к. № 12.01	Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80			
Всього		601	613,33	26,78	12,37	95,28	636	670,33	31,67	15,45	97,74	636,00	670,33	31,67	15,45	97,78			
Середа																			
За Клопотенко Т.к. № 23	Салат з моркви та капусти	100	50,01	1,45	2,09	6,35	100	50,01	1,45	2,09	6,35	100	50,01	1,45	2,09	6,35			
За Клопотенко Т.к. № 60	Мак енд Чіз	120	216,49	8,90	11,50	19,29	150	270,61	11,11	14,41	24,11	150	270,61	11,11	14,41	24,11			
Т.к. № 11.05	булочка "Малютко"	100	201,1	6,61	1,70	39,00	100	201,1	6,61	1,70	39,00	100	201,1	6,61	1,70	39,00			
Т.к. № 12.01	Какао з молоком	180	101,20	5,50	4,95	8,87	180	101,20	5,50	4,95	8,87	180	101,20	5,50	4,95	8,87			
	Яблука	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8			
Всього		600	621,20	22,86	20,64	85,31	630	675,32	25,07	23,55	90,13	630	675,32	25,07	23,55	90,13			
Четвер																			
Т.к. № 1.36	Салат з буряка з ароматною олією	100	69,00	1,55	3,19	9,23	100	69,00	1,55	3,19	9,23	100	69,00	1,55	3,19	9,23			
Т.к. № 4.08	Курячий шніпель	70	148,5	13,1	6,9	11,3	100	212,09	18,7	9,85	16,19	120	254,5	22,4	11,8	19,4			
Т.к. № 08.01	Гречана каша з чебрецем(розсипчаста)	120	132,7	4,1	3,1	24,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,3			
Т.к. № 11.08	Чай масала	200	76,86	2,8	2,3	4,8	200	76,86	3,38	2,7	5,7	200	76,86	3,75	3,05	6,4			
	Хліб шльозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7			
Т.к. № 12.01	Яблука	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8			
Всього		620	550,46	23,95	17,89	71,23	700	694,15	32,23	24,04	89,72	720,00	736,56	36,30	26,34	93,83			
П'ятниця																			
Т.к. № 1.12	Салат з моркви і імбирем	100	63,14	1,03	3,21	7,51	100	63,14	1,03	3,21	7,51	100	63,14	1,03	3,21	7,51			
Т.к. № 6.01	Рибні нагетси	70	113,8	11,3	2,2	17,5	105	170,7	16,95	3,2	21,8	140	227,6	22,6	4,3	29			
Т.к. № 08.25	Булгур	120	132,00	3,70	3,80	22,30	150	165,00	4,70	4,80	27,90	150	165,00	4,70	4,80	27,90			
	Хліб шльозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7			
	Увар з суміші сухофруктів (без цукру)	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90	200	107,70	0,30	0,90	24,90			
Т.к. № 08.04	Груші	100	42,00	0,40	0,30	10,10	100	42,00	0,40	0,30	10,10	100	42,00	0,40	0,30	10,10			
Т.к. № 12.01	Сир твердий	15	54,00	4,00	4,00	0,00	15	54,00	4,00	4,00	0,00	15	54,00	4,00	4,00	0,00			
Всього		635	583,64	22,73	16,41	92,31	720	720,54	30,38	20,41	108,91	755	777,44	36,03	21,51	116,11			

Найменування страв			Енергетична цінність для дітей 6-11 р.						Енергетична цінність для дітей 11-14 р.						Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					
			Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	Жири, г	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	Жири, г	93-112		
1	2	4-й тиждень	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	Жири, г	Вуглеводи, г		
Понеділок																				
Т.к. № 01.35	Салат із буряка зі сметаною		100	71,63	1,82	3,37	8,63	100	71,63	1,82	3,37	8,63	100	71,63	1,82	3,37				
Т.к. № 08.03	Рис з кминном (розсипчастий)		120	164,10	3,70	3,00	30,20	150	205,20	4,70	3,80	37,70	150	205,20	4,70	3,80				
Т.к. № 3.02	Сирамбл		50	79,90	5,60	5,00	3,10	50	79,90	5,60	5,00	3,10	50	79,90	5,60	5,00				
Т.к. № 11.05	Какао з молоком		180	101,20	5,50	4,95	8,87	180	101,20	5,50	4,95	8,87	180	101,20	5,50	4,95				
Т.к. № 12.01	Хліб цільнозерновий		30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0				
Всього	Банани свіжі		100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20				
			580	582,83	20,12	18,52	82,60	630	670,93	22,12	21,32	96,80	630	670,93	22,12	21,32				
Вівторок																				
За Клопотенко Т.к. № 23	Салат з моркви та капусти		100	50,01	1,45	2,09	6,35	100	50,01	1,45	2,09	6,35	100	50,01	1,45	2,09				
Т.к. № 4.13																				
Т.к. № 08.13	Курка тушкована в соусі гуляш з кминном		70	110	15,2	3,5	2,5	100	157,15	21,70	5,06	3,63	120,00	188,60	26,00	6,10				
Т.к. № 11.12	Картоплане пюре з орегано		120	162,62	2,84	7,42	21,11	150	203,30	3,50	9,30	26,40	150	203,30	3,50	9,30				
Т.к. № 12.01	Йогурт		125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30				
Всього	Хліб цільнозерновий		30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0				
	Груші		100	42,00	0,40	0,30	10,10	100	42,00	0,40	0,30	10,10	100	42,00	0,40	0,30				
			545	521,63	23,89	21,61	55,36	625	656,46	32,05	27,05	68,48	645	687,91	36,35	28,09				
Середа																				
Т.к. № 1.12	Салат з моркви і імбирем		100	63,14	1,03	3,21	7,51	100	63,14	1,03	3,21	7,51	100	63,14	1,03	3,21				
Т.к. № 4.08	Курачий шніцель з соусом "Кетчуп"		70/25	161,6	13,4	6,9	14,3	100/25	225,25	18,97	9,87	19,16	120/25	267,7	32,7	11,8				
Т.к. № 10.05	Гречана каша з чебрецем		120	132,70	4,10	3,10	24,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10	150	165,80	5,20	3,90				
Т.к. № 11.08	Хліб цільнозерновий		30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0				
Т.к. № 12.01	Чай масала		200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05				
Всього	Банани свіжі		100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20				
			550	600,30	25,78	18,46	84,07	600	744,05	33,45	24,23	101,63	600	786,50	47,18	26,16				
Четвер																				
Т.к. № 1.38	Салат з буряком, курагою та горіхами з йогуртом		100	172,3	4,45	9,91	15,96	100	172,3	4,45	9,91	15,96	100	172,3	4,45	9,91				
За Клопотенко Т.к. № 11.05	Хек запечений		60	91,85	10,46	3,87	3,80	90	137,77	15,69	5,80	5,70	120	183,70	20,92	7,74				
Т.к. № 08.26	Каша пшенична		120	151,92	4,84	3,32	25,24	150	189,90	6,00	4,20	31,50	150	189,90	6,00	4,20				
Т.к. № 11.05	Какао з молоком		180	101,20	5,50	4,95	8,87	180	101,20	5,50	4,95	8,87	180	101,20	5,50	4,95				
Т.к. № 12.01	Яблука свіжі		100	52,40	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	52,40	1,50	0,20				
Всього			560	569,67	26,75	22,25	75,67	620	696,17	33,14	25,06	83,83	650	699,50	38,37	27,00				
П'ятниця																				
1,15	Салат з запеченої капусти		100	124,92	2,04	6,44	14,76	100	124,92	2,04	6,44	14,76	100	124,92	2,04	6,44				
36,00	Вареники лінійні з сметаною		120/25	274,46	17,36	13,74	20,04	150/25	329,10	21,52	15,90	24,60	180/25	329,10	21,52	15,90				
12,01	Банани свіжі		100	95,00	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	95,00	0,40	0,40				
11,03	Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)		180	96,60	0,30	0,80	22,40	200	107,73	0,30	0,90	24,90	200	107,73	0,30	0,90				
Всього			520	590,98	20,10	21,38	69,00	600	614,15	24,26	23,64	76,06	600	656,75	24,26	23,64				