



Погоджено  
Начальник Рівненського районного  
управління Головного управління  
Держпродспоживслужби в Рівненській області  
Сергій ГЕРМАНЮК



## ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ СЕЗОННЕ МЕНЮ сніданків

для учнів Борщівської гімназії

Малолубашанської сільської ради Рівненського району,  
Рівненської області

на зимовий сезон 2025-2026 навчального року

Див. підпис  
Вимоги 305 Постан.  
Нови КМУ  
24.11.2025 ОА/Борщівська



| 1         | Найменування страв                          | Алергени | 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                        | 81-98                                   | Вихід, г | 675-810          | 23-27 | 23-27 | 93-112 |
|           |                                             |          | Енерго-<br>цінність,<br>ккал           | Білки,г | Жири, г | Вуглевод<br>и,г | Енерго-<br>цінність,<br>ккал | Білки, г                                | Жири, г | Вуглевод<br>и, г | Енерго-<br>цінність,<br>ккал | Білки, г                                | Жири, г  | Вуглевод<br>и, г |       |       |        |
| 3         | 4                                           | 5        | 6                                      | 7       | 3       | 4               | 5                            | 6                                       | 7       | 3                | 4                            | 5                                       | 6        | 7                |       |       |        |
| Понеділок |                                             |          |                                        |         |         |                 |                              |                                         |         |                  |                              |                                         |          |                  |       |       |        |
| 1,2       | Салат з морквою картопля та соусом Вінегрет | МП, Л    | 100                                    | 65,00   | 1,29    | 3,47            | 8,44                         | 120                                     | 78,00   | 1,55             | 4,16                         | 10,10                                   | 120      | 78,00            | 1,55  | 4,16  | 10,10  |
| 9,4       | Курка тушкована в томатному соусі           |          | 73                                     | 98,0    | 16,6    | 2,5             | 2,5                          | 104                                     | 139,0   | 23,6             | 3,6                          | 3,6                                     | 125      | 168,0            | 28,3  | 4,3   | 4,3    |
| 10,39     | Каша пшенична                               | МП,      | 120                                    | 132,7   | 4,1     | 3,1             | 24,1                         | 150                                     | 167,5   | 6,6              | 4,3                          | 30,1                                    | 150      | 165,8            | 6,6   | 4,3   | 30,1   |
| 13,6      | Чай масала                                  | Л        | 200                                    | 66,0    | 3,5     | 3,04            | 6,3                          | 200                                     | 66,0    | 3,5              | 3,04                         | 6,3                                     | 200      | 66,0             | 3,5   | 3,04  | 6,3    |
|           | Хліб цільнозерновий                         | ЗП,Г     | 30                                     | 66,6    | 2,37    | 0,027           | 16,38                        | 50                                      | 111,1   | 3,95             | 0,040                        | 27,30                                   | 50       | 111,1            | 3,95  | 0,040 | 27,30  |
| 12,10     | Яблуко                                      |          | 100                                    | 45,0    | 0,4     | 0,4             | 10,4                         | 100                                     | 45,0    | 0,4              | 0,4                          | 10,4                                    | 100      | 45,0             | 0,4   | 0,4   | 10,4   |
|           | Всього                                      |          | 623                                    | 530,00  | 21,00   | 17,00           | 73,00                        | 724                                     | 606,60  | 25,00            | 21,70                        | 87,77                                   | 745      | 675,00           | 27,00 | 23,00 | 88,49  |
| Вівторок  |                                             |          |                                        |         |         |                 |                              |                                         |         |                  |                              |                                         |          |                  |       |       |        |
| 1,39      | Салат з буряка з ароматною олією            |          | 100                                    | 69      | 1,48    | 3,10            | 9,85                         | 120                                     | 83      | 1,77             | 3,72                         | 11,80                                   | 120      | 83               | 1,48  | 3,72  | 11,80  |
| 4,04      | Плов з курячим м'ясом                       | ЗП       | 180                                    | 279,8   | 14,92   | 14,09           | 30,29                        | 200                                     | 310,9   | 16,6             | 15,4                         | 33,7                                    | 250      | 388,6            | 18,0  | 16,7  | 42,1   |
| 13,1      | Какао з молоком                             |          | 200                                    | 112     | 6,2     | 5,3             | 10,1                         | 200                                     | 112     | 6,2              | 5,3                          | 10,1                                    | 200      | 112              | 6,2   | 5,3   | 10,1   |
|           | Хліб цільнозерновий                         | ЗП,Г     | 30                                     | 66,6    | 2,37    | 0,027           | 16,38                        | 50                                      | 111,1   | 3,95             | 0,040                        | 27,30                                   | 50       | 111,1            | 3,95  | 0,040 | 27,30  |
| 12,1      | Апельсин або мандарин                       |          | 100                                    | 40,0    | 0,9     | 0,3             | 8,7                          | 100                                     | 40,0    | 0,9              | 0,3                          | 8,7                                     | 100      | 40,0             | 0,9   | 0,3   | 8,7    |
|           | Всього                                      |          | 610                                    | 567,41  | 21,00   | 22,82           | 75,32                        | 670                                     | 656,79  | 25,00            | 24,76                        | 91,55                                   | 720      | 734,52           | 30,53 | 26,05 | 99,97  |
| Середа    |                                             |          |                                        |         |         |                 |                              |                                         |         |                  |                              |                                         |          |                  |       |       |        |
| 1,23      | Салат з капусти, моркви та зеленого горошку | ГЦ       | 100                                    | 69,00   | 2,39    | 3,46            | 8,08                         | 120                                     | 82,80   | 2,86             | 4,15                         | 9,60                                    | 120      | 82,80            | 2,86  | 4,15  | 9,60   |
| 7,6       | Фрикадельки рибні                           | МП,      | 60                                     | 62,0    | 14,0    | 6,0             | 1,5                          | 90,00                                   | 91,00   | 20,23            | 7,00                         | 1,77                                    | 120,00   | 121,00           | 22,00 | 13,00 | 20,23  |
| 10,45     | Вермишель з сиром                           | МП       | 120                                    | 199,0   | 7,1     | 5,7             | 35,8                         | 150                                     | 248,00  | 8,93             | 7,30                         | 44,00                                   | 150      | 248,00           | 8,93  | 7,00  | 44,00  |
| 11,03     | Узвар                                       |          | 200                                    | 107,7   | 0,3     | 0,9             | 24,9                         | 200                                     | 107,70  | 0,30             | 0,90                         | 24,90                                   | 200      | 107,70           | 0,30  | 0,90  | 24,90  |
| 12,1      | Яблуко                                      |          | 100                                    | 45,0    | 0,4     | 0,4             | 10,4                         | 100                                     | 45,0    | 0,4              | 0,4                          | 10,4                                    | 100      | 45,0             | 0,4   | 0,4   | 10,4   |
|           | Печиво сухе                                 |          | 20                                     | 83,6    | 1,7     | 1,8             | 15,2                         | 20                                      | 83,6    | 1,7              | 1,8                          | 15,2                                    | 20       | 83,6             | 1,7   | 1,8   | 15,2   |
|           | Всього                                      |          | 600                                    | 566,30  | 21,00   | 18,22           | 80,68                        | 680                                     | 658,10  | 26,00            | 21,00                        | 90,67                                   | 710      | 688,10           | 27,00 | 25,45 | 93,20  |



| 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 ккал | Білки, г | Жири, г | Вуглеводи, г | Вихід, г                                | 600-720 ккал | Білки, г | Жири, г | Вуглеводи, г | Вихід, г                                | 675-810 ккал | Білки, г | Жири, г | Вуглеводи, г |
| 2-й тиждень        |                                           | Алергени    |                                        |              |          |         |              |                                         |              |          |         |              |                                         |              |          |         |              |
| 1                  | 2                                         |             | 3                                      | 4            | 5        | 6       | 7            | 3                                       | 4            | 5        | 6       | 7            | 3                                       | 4            | 5        | 6       | 7            |
| Понеділок          |                                           |             |                                        |              |          |         |              |                                         |              |          |         |              |                                         |              |          |         |              |
| 1,21               | Салат з моркви,сиру та сметани            | ГЦ          | 100                                    | 88,0         | 4,11     | 5,4     | 6,8          | 120                                     | 134,6        | 5,4      | 8,6     | 9,5          | 120                                     | 134,6        | 5,4      | 8,6     | 9,5          |
| 4,04               | Плов з курячим м'ясом                     | ЗП,Г,МП,Л,Я | 180                                    | 279,81       | 14,90    | 12,10   | 30,29        | 250                                     | 388,00       | 20,00    | 16,00   | 42,00        | 300                                     | 466,35       | 24,86    | 20,00   | 50,48        |
| 13,5               | Чай каркаде                               |             | 200                                    | 0,19         | 0,01     | 0,00    | 0,04         | 200                                     | 0,19         | 0,01     | 0,00    | 0,04         | 200                                     | 0,19         | 0,01     | 0,00    | 0,04         |
|                    | хліб цільнозерновий                       |             | 30                                     | 66,60        | 2,37     | 0,03    | 16,38        | 50                                      | 66,00        | 2,37     | 0,03    | 16,38        | 50                                      | 83,60        | 1,66     | 1,76    | 15,12        |
| 12,1               | Яблуко                                    |             | 100                                    | 45,0         | 0,4      | 0,4     | 10,4         | 100                                     | 45,0         | 0,4      | 0,4     | 10,4         | 100                                     | 45,0         | 0,4      | 0,4     | 10,4         |
|                    | Печиво сухе                               |             | 10                                     | 83,6         | 1,7      | 1,7     | 15,2         | 10                                      | 83,6         | 1,7      | 1,8     | 15,2         | 10                                      | 83,6         | 1,7      | 1,7     | 15,2         |
|                    | Всього                                    |             | 620                                    | 563,20       | 21,00    | 19,59   | 79,14        | 720,00                                  | 717,43       | 25,00    | 25,00   | 93,50        | 780,00                                  | 810,00       | 27,00    | 27,00   | 100,72       |
| Вівторок           |                                           |             |                                        |              |          |         |              |                                         |              |          |         |              |                                         |              |          |         |              |
| за Клопотенком     | Салат з буряка з сухариками               | ЗП          | 100                                    | 150,00       | 3,80     | 5,40    | 21,70        | 120                                     | 180,00       | 4,56     | 6,48    | 26,00        | 120                                     | 180,00       | 4,56     | 6,48    | 26,00        |
| 6,07               | Котлети рибні                             |             | 60                                     | 53           | 9        | 1,50    | 2,50         | 90                                      | 80           | 13,6     | 2,20    | 3,57         | 120                                     | 106          | 15,3     | 2,90    | 3,60         |
| 10,54              | Булгур                                    | ЗП,МП,Л     | 120                                    | 198          | 5,1      | 3,64    | 30,23        | 150                                     | 248          | 6,37     | 3,82    | 44,26        | 150                                     | 248          | 6,37     | 3,82    | 44,26        |
| 13,60              | Чай масала                                | МП,Л        | 200                                    | 66,00        | 3,5      | 3,0     | 6,3          | 200                                     | 66,00        | 3,50     | 3,00    | 6,30         | 200                                     | 66,00        | 3,50     | 3,00    | 6,30         |
|                    | Хліб цільнозерновий                       | ЗП,Г        | 30                                     | 66,6         | 2,37     | 0,027   | 16,38        | 50                                      | 111,1        | 3,95     | 0,040   | 27,30        | 50                                      | 111,1        | 3,95     | 0,040   | 27,30        |
| 12,1               | Апельсин або мандарин                     |             | 100                                    | 40,0         | 0,9      | 0,3     | 8,7          | 100                                     | 40,0         | 0,9      | 0,3     | 8,7          | 100                                     | 40,0         | 0,9      | 0,3     | 8,7          |
|                    | Всього                                    |             | 610                                    | 573,80       | 21,00    | 21,00   | 85,85        | 710                                     | 720,0        | 25,0     | 21,0    | 98,0         | 740                                     | 751,2        | 27,0     | 22,0    | 112,0        |
| Середа             |                                           |             |                                        |              |          |         |              |                                         |              |          |         |              |                                         |              |          |         |              |
| 1,36               | Салат з моркви,яблука з соусом "Вінігрет" | МП,Л        | 100                                    | 74           | 0,7      | 3,60    | 9,70         | 120                                     | 89           | 0,84     | 4,32    | 11,64        | 120                                     | 89           | 0,84     | 4,32    | 11,64        |
| 6,10               | Сирники класичні                          | Л           | 80                                     | 156,0        | 14,0     | 8,7     | 15,1         | 110                                     | 215          | 24,26    | 11,04   | 19,21        | 140                                     | 273          | 24,26    | 11,04   | 19,21        |
| отенком            | Соус сметанный                            | ЗП,Г,Я      | 25                                     | 44,0         | 0,7      | 3,6     | 2,1          | 25                                      | 44           | 0,7      | 3,6     | 2,1          | 25                                      | 44           | 0,7      | 3,6     | 2,1          |
| 11,03              | Узвар                                     |             | 200                                    | 107,7        | 0,3      | 0,9     | 24,9         | 200                                     | 107,70       | 0,30     | 0,90    | 24,90        | 200                                     | 107,70       | 0,30     | 0,90    | 24,90        |
|                    | Печиво сухе                               | ЗП,Г        | 50                                     | 209,00       | 3,32     | 1,76    | 15,20        | 50                                      | 209,00       | 3,32     | 1,76    | 15,12        | 50                                      | 209,00       | 3,32     | 3,52    | 30,40        |
| 12,10              | Яблуко                                    |             | 100                                    | 45,0         | 0,4      | 0,4     | 10,4         | 100                                     | 45,0         | 0,4      | 0,4     | 10,4         | 100                                     | 45,0         | 0,4      | 0,4     | 10,4         |
|                    | Всього                                    |             | 555                                    | 630,00       | 21,00    | 18,93   | 72,00        | 605                                     | 709,50       | 25,00    | 22,02   | 81,00        | 635                                     | 767,50       | 28,00    | 23,78   | 98,65        |



|       |                                          |                    |     |       |      |       |       |        |        |       |       |        |        |        |       |       |       |  |
|-------|------------------------------------------|--------------------|-----|-------|------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|-------|-------|--|
|       | <b>Четвер</b>                            |                    |     |       |      |       |       |        |        |       |       |        |        |        |       |       |       |  |
| 1,53  | Салат з квашеної<br>капусти та яблука    | К                  | 100 | 88    | 1,84 | 4,31  | 8,21  | 120    | 106    | 2,2   | 5,18  | 9,85   | 120    | 106    | 2,2   | 5,18  | 9,85  |  |
| 10,19 | Мак енд Чіз                              | Г, МП,<br>П, ЗП    | 120 | 170,0 | 8,9  | 6,2   | 19,3  | 150    | 215    | 10,21 | 7,75  | 24,84  | 150    | 215    | 10,21 | 7,75  | 24    |  |
|       | Яйце варене                              | Я                  | 60  | 91,1  | 7,8  | 6,0   | 0,67  | 60     | 91,10  | 7,80  | 6,00  | 0,67   | 60     | 91,10  | 7,80  | 6,00  | 0,67  |  |
|       | Сік фруктовий                            |                    | 200 | 98,7  | 1,2  | 0     | 22,5  | 200    | 98,7   | 1,2   | 0     | 22,5   | 200    | 98,7   | 1,2   | 0     | 22,5  |  |
|       | Хліб цільнозерновий                      | ЗП, Г              | 30  | 66,6  | 2,37 | 0,027 | 16,38 | 50     | 111,1  | 3,95  | 0,040 | 27,30  | 50     | 111,1  | 3,95  | 0,040 | 27,30 |  |
| 12,10 | Яблуко                                   |                    | 100 | 89,0  | 1,5  | 0,2   | 15,6  | 100    | 89,0   | 1,5   | 0,2   | 15,6   | 100    | 89,0   | 1,5   | 0,2   | 15,6  |  |
|       | Всього                                   |                    | 610 | 525,2 | 23,6 | 16,7  | 81,98 | 680    | 711    | 26,86 | 20,17 | 100,76 | 680    | 711    | 26,86 | 23,0  | 99,92 |  |
|       | <b>П'ятниця</b>                          |                    |     |       |      |       |       |        |        |       |       |        |        |        |       |       |       |  |
| 1,23  | Салат з капусти та<br>горошку            | ГЦ                 | 100 | 88,00 | 4,11 | 7,00  | 6,83  | 120    | 105,60 | 4,90  | 8,40  | 8,10   | 120    | 105,60 | 4,90  | 8,10  | 8,10  |  |
| 10,20 | Відварена картопля з<br>вершковим маслом | МП, Л,<br>ЗП, Г, Я | 120 | 119,0 | 2,5  | 2,9   | 21,0  | 150    | 149,00 | 3,10  | 3,60  | 26,30  | 150    | 149,00 | 3,10  | 3,60  | 26,30 |  |
| 9,54  | Січенники з м'яса<br>птиці               | Г, Я, ЗП           | 81  | 132,0 | 11,3 | 7,1   | 5,7   | 116    | 189,00 | 16,22 | 10,22 | 8,15   | 139    | 227,00 | 19,44 | 12,25 | 9,76  |  |
| 13,1  | Какао з молоком                          | МП, Л              | 200 | 112,0 | 6,2  | 5,3   | 10,1  | 200    | 112,00 | 6,20  | 5,30  | 10,10  | 200    | 112,00 | 6,20  | 5,30  | 10,10 |  |
| 12,10 | Банан                                    |                    | 100 | 89,0  | 1,5  | 0,4   | 15,6  | 100    | 89,0   | 1,5   | 0,4   | 15,6   | 100    | 89,0   | 1,5   | 0,4   | 15,6  |  |
|       | Всього                                   |                    | 601 | 540,0 | 21,0 | 21,0  | 73,0  | 686,00 | 644,60 | 25,00 | 25,00 | 81,00  | 709,00 | 682,60 | 27,00 | 27,00 | 93,00 |  |



|        |                                            |               |     |        |       |       |        |       |        |       |       |       |        |        |       |       |        |
|--------|--------------------------------------------|---------------|-----|--------|-------|-------|--------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|--------|
|        |                                            |               |     |        |       |       |        |       |        |       |       |       |        |        |       |       |        |
|        | <b>Четвер</b>                              |               |     |        |       |       |        |       |        |       |       |       |        |        |       |       |        |
| 1,53   | Салат з квашеної капусти та яблука         | К             | 100 | 88     | 1,84  | 4,31  | 8,21   | 120   | 106    | 2,2   | 5,18  | 9,85  | 120    | 106    | 2,2   | 5,18  | 9,85   |
| 10,19  | Мак енд Чіз                                | ЗП,Г,<br>МП,П | 120 | 170    | 8,9   | 6,20  | 19,29  | 150   | 215    | 10,08 | 7,75  | 24,85 | 150    | 215    | 10,08 | 7,75  | 24,85  |
| 5,1    | Омлет з пряними травами                    | Я,МП,<br>П    | 65  | 96     | 2,98  | 2,64  | 30,23  | 65    | 96     | 3,1   | 2,64  | 30,23 | 65     | 96     | 2,98  | 2,64  | 30,23  |
| 11,03  | Узвар                                      |               | 200 | 107,70 | 0,60  | 0,90  | 24,90  | 200   | 107,70 | 0,60  | 0,90  | 24,90 | 200    | 107,70 | 0,60  | 0,90  | 24,90  |
|        | Хліб цілийзерновий                         | ЗП,Г          | 30  | 66,6   | 2,37  | 0,027 | 16,38  | 50    | 111,1  | 3,95  | 0,040 | 27,30 | 50     | 111,1  | 3,95  | 0,040 | 27,30  |
| 12,10  | Яблуко                                     |               | 100 | 45,0   | 0,4   | 0,4   | 10,4   | 100   | 45,0   | 0,4   | 0,4   | 10,4  | 100    | 45,0   | 0,4   | 0,4   | 10,4   |
|        | Всього                                     |               | 615 | 573,30 | 22,00 | 14,48 | 109,41 | 685   | 680,8  | 20,3  | 21,0  | 98,0  | 685    | 680,8  | 23,0  | 23,0  | 112,0  |
|        |                                            |               |     |        |       |       |        |       |        |       |       |       |        |        |       |       |        |
|        | <b>П'ятниця</b>                            |               |     |        |       |       |        |       |        |       |       |       |        |        |       |       |        |
| 1,16   | Салат з моркви, яблука з соусом "Вінегрет" | ГЦ            | 100 | 69,00  | 0,70  | 3,60  | 9,70   | 120   | 82,80  | 0,84  | 4,32  | 11,64 | 120    | 82,80  | 0,84  | 4,32  | 11,64  |
| 6,10   | Сирники класичні                           | МП,Л,<br>ЗП,Г | 80  | 156,0  | 14,0  | 8,7   | 15,1   | 110   | 215,00 | 24,26 | 11,04 | 19,21 | 140    | 273,00 | 24,26 | 11,04 | 19,21  |
| Клопот | Соус сметанний                             | МП,З<br>П     | 25  | 44,0   | 0,7   | 3,6   | 2,1    | 25    | 44,00  | 0,70  | 3,61  | 2,08  | 25     | 44,00  | 0,70  | 3,61  | 2,08   |
|        | Печиво сухе                                | ЗП,Г          | 20  | 83,60  | 1,66  | 1,76  | 15,20  | 20,00 | 83,60  | 1,66  | 1,76  | 15,12 | 50     | 209,00 | 4,15  | 4,40  | 30,12  |
| 11,03  | Узвар                                      |               | 200 | 107,7  | 0,6   | 0,9   | 24,9   | 200   | 107,70 | 0,6   | 0,90  | 24,90 | 200    | 107,70 | 0,60  | 0,90  | 15,30  |
| 12,10  | Банан                                      |               | 100 | 89,0   | 1,5   | 0,1   | 21,8   | 100   | 89,0   | 1,5   | 0,1   | 21,8  | 100    | 89,0   | 1,5   | 0,1   | 21,8   |
|        | Всього                                     |               | 525 | 549,3  | 21,0  | 18,6  | 88,8   | 575   | 622,10 | 25,00 | 21,73 | 94,75 | 635,00 | 805,50 | 27,00 | 24,27 | 100,15 |



|                 |                                          |          |     |       |      |       |       |        |        |       |       |       |        |        |       |         |        |
|-----------------|------------------------------------------|----------|-----|-------|------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|---------|--------|
| <b>Четвер</b>   |                                          |          |     |       |      |       |       |        |        |       |       |       |        |        |       |         |        |
| 1,18            | Салат з моркви,родзинками та сметаною    | МП, Л    | 100 | 87,00 | 1,59 | 2,33  | 6,56  | 120    | 104,40 | 1,90  | 2,79  | 7,80  | 120    | 104,40 | 1,90  | 2,79    | 7,80   |
| 5,1             | Омлет з пряними травами                  | Я, МП    | 65  | 96,0  | 6,3  | 6,0   | 4,2   | 65     | 96     | 6,3   | 6     | 4,2   | 65     | 96     | 6,3   | 6       | 4,2    |
| 10,2            | Відварена картопля з вершковим маслом    | ЗП, Г    | 120 | 119,0 | 2,5  | 2,9   | 21,0  | 150    | 149    | 3,1   | 3,6   | 26,3  | 150    | 149    | 3,1   | 03.янів | 26,3   |
|                 | Сік фруктовий                            |          | 200 | 98,70 | 3,75 | 3,05  | 6,36  | 200    | 98,70  | 3,75  | 3,05  | 6,36  | 200    | 98,70  | 3,75  | 3,05    | 6,36   |
|                 | Хліб цільнозерновий                      | ЗП, Г    | 30  | 66,6  | 2,37 | 0,027 | 16,38 | 50     | 111,1  | 3,95  | 0,040 | 27,30 | 50     | 111,1  | 3,95  | 0,040   | 27,30  |
| 12,1            | Яблуко                                   |          | 100 | 45,0  | 0,4  | 0,4   | 10,4  | 100    | 45,0   | 0,4   | 0,4   | 10,4  | 100    | 45,0   | 0,4   | 0,4     | 10,4   |
|                 | Печиво сухе                              |          | 20  | 83,6  | 1,7  | 1,8   | 15,2  | 20     | 83,6   | 1,7   | 1,8   | 15,2  | 40     | 167,2  | 3,3   | 3,5     | 30,4   |
|                 | Всього                                   |          | 635 | 595,9 | 16,9 | 17,0  | 89,00 | 685,00 | 687,80 | 19,40 | 21,00 | 82,36 | 725,00 | 771,40 | 19,40 | 27,00   | 82,36  |
| <b>П'ятниця</b> |                                          |          |     |       |      |       |       |        |        |       |       |       |        |        |       |         |        |
| 1,16            | Салат з моркви, яблук з соусом "Вінгрет" | ГЦ       | 100 | 69,00 | 0,89 | 3,60  | 9,19  | 120    | 88,80  | 0,84  | 4,32  | 11,64 | 120    | 88,80  | 1,00  | 4,32    | 11,64  |
| 6,1             | Сирники класичні                         | МП, Л ЗП | 80  | 156,0 | 19,1 | 8,7   | 15,1  | 110    | 215,00 | 24,30 | 11,00 | 19,20 | 140    | 273,00 | 24,30 | 11,00   | 19,20  |
| 3а              | Соус сметанный                           | МП, ЗП   | 25  | 44,0  | 0,7  | 3,6   | 2,1   | 25     | 44,00  | 0,70  | 3,61  | 2,08  | 25     | 44,00  | 0,70  | 3,61    | 2,08   |
| КаоКп           | Печиво сухе                              | ЗП, Г    | 20  | 83,60 | 1,66 | 1,76  | 15,20 | 20     | 83,60  | 1,66  | 1,76  | 15,12 | 50     | 209,00 | 4,15  | 4,40    | 30,12  |
| 11,03           | Узвар                                    |          | 200 | 107,7 | 0,3  | 0,9   | 24,9  | 200    | 107,70 | 0,30  | 0,90  | 24,90 | 200    | 107,70 | 0,30  | 0,90    | 24,90  |
| 12,10           | Банан                                    |          | 100 | 89,0  | 1,5  | 0,2   | 15,6  | 100    | 89,0   | 1,5   | 0,2   | 15,6  | 100    | 89,0   | 1,5   | 0,2     | 15,6   |
|                 | Всього                                   |          | 525 | 549,3 | 21,0 | 18,7  | 82,1  | 575,00 | 628,10 | 25,00 | 21,79 | 81,00 | 635,00 | 811,50 | 27,00 | 22,10   | 111,00 |



| 1                | Найменування страв                    | Алергени    | 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                                   | 81-98    | Вихід, г | 675-810        | 23-27 | 23-27   | 93-112 |
|                  |                                       |             | енерго-<br>цінність,<br>ккал           | Білки,г | Жири, г | Вуглевод.<br>г | енерго-<br>цінність,<br>ккал            | Білки, г | Жири, г | Вуглевод.<br>г | енерго-<br>цінність,<br>ккал            | Білки, г | Жири, г  | Вуглевод.<br>г |       |         |        |
| 4-й тиждень      |                                       |             |                                        |         |         |                |                                         |          |         |                |                                         |          |          |                |       |         |        |
| 3                | 4                                     | 5           | 6                                      | 7       | 3       | 4              | 5                                       | 6        | 7       | 3              | 4                                       | 5        | 6        | 7              |       |         |        |
| <b>Понеділок</b> |                                       |             |                                        |         |         |                |                                         |          |         |                |                                         |          |          |                |       |         |        |
| 1,27             | Салат з капусти та моркви             |             | 100                                    | 56      | 1,59    | 03.янів        | 6,56                                    | 120      | 67,2    | 1,59           | 3                                       | 7,87     | 120      | 67,2           | 1,56  | 3       | 7,87   |
| 9,4              | Курка тушкована в томатному соусі     |             | 73                                     | 98,00   | 16,55   | 2,50           | 2,50                                    | 104      | 139,00  | 23,58          | 3,57                                    | 3,57     | 125      | 168,00         | 28,00 | 4,00    | 4,29   |
| 10,12            | Рис розсипчастий з орегано            | ЗП,М<br>П,Л | 120                                    | 160     | 2,98    | 2,64           | 30,23                                   | 150      | 200     | 3,1            | 4,8                                     | 37,78    | 150      | 200            | 3,31  | 4,8     | 37,78  |
| 13               | какао з молоком                       | МП,Л        | 200                                    | 112,0   | 6,2     | 5,34           | 10,1                                    | 200      | 112,0   | 6,2            | 5,34                                    | 10,1     | 200      | 112,0          | 6,2   | 5,34    | 10,1   |
|                  | Хліб цільнозерновий                   | ЗП,Г        | 30                                     | 66,60   | 2,27    | 0,03           | 16,38                                   | 50       | 111,10  | 3,95           | 0,04                                    | 27,30    | 50       | 111,10         | 3,95  | 0,04    | 27,30  |
| 12,1             | Яблуко                                |             | 100                                    | 45,0    | 0,4     | 0,4            | 10,4                                    | 100      | 45,0    | 0,4            | 0,4                                     | 10,4     | 100      | 45,0           | 0,4   | 0,4     | 10,4   |
|                  | Всього                                |             | 623                                    | 537,60  | 21,00   | 17,00          | 76,19                                   | 720,00   | 674,30  | 26,00          | 21,00                                   | 97,04    | 745,00   | 703,30         | 27,00 | 22,00   | 93,00  |
| <b>Вівторок</b>  |                                       |             |                                        |         |         |                |                                         |          |         |                |                                         |          |          |                |       |         |        |
| 1,38             | Салат з буряка зі сметаною            | МП,Л        | 100                                    | 62      | 1,76    | 2,49           | 9,05                                    | 120      | 74      | 2,11           | 2,98                                    | 10,86    | 120      | 74             | 2,11  | 2,98    | 10,86  |
| 7,7              | Рибні палички                         | Р,Я         | 70                                     | 128,0   | 12,1    | 2,6            | 13,5                                    | 105      | 192     | 18,17          | 3,89                                    | 20,18    | 140      | 256            | 24,22 | 8       | 5,45   |
| 10,54            | Булгур                                | МП,Л        | 120                                    | 198,0   | 5,0     | 4,9            | 30                                      | 150      | 248,00  | 6,37           | 5,00                                    | 44,00    | 150      | 248,00         | 6,37  | 5,00    | 44,00  |
|                  | Сік фруктовий                         |             | 200                                    | 76,86   | 3,75    | 3,05           | 6,36                                    | 200      | 76,86   | 4,00           | 3,05                                    | 6,36     | 200      | 76,86          | 3,75  | 3,82    | 6,36   |
|                  | Хліб цільнозерновий                   | ЗП,Г        | 30                                     | 66,6    | 2,37    | 0,027          | 16,38                                   | 50       | 111,1   | 4,00           | 0,040                                   | 27,30    | 50       | 111,1          | 3,95  | 0,040   | 27,30  |
| 12,1             | Апельсин або мандарин                 |             | 100                                    | 40,0    | 0,8     | 0,4            | 8,7                                     | 100      | 40,0    | 4,00           | 0,4                                     | 8,7      | 100      | 40,0           | 0,8   | 0,4     | 8,7    |
|                  | Всього                                |             | 620                                    | 571,5   | 21,0    | 17,0           | 83,94                                   | 725      | 720     | 25,00          | 15,36                                   | 117,40   | 760      | 806            | 27    | 27,0    | 102,67 |
| <b>Середа</b>    |                                       |             |                                        |         |         |                |                                         |          |         |                |                                         |          |          |                |       |         |        |
| 1,2              | Салат з моркви карі,соусом Вінегрет   |             | 100                                    | 69,00   | 1,48    | 3,10           | 9,85                                    | 120      | 82,80   | 1,76           | 3,70                                    | 11,82    | 120      | 82,80          | 1,76  | 3,70    | 11,82  |
| 10,20            | Відварена картопля з вершковим маслом | МП,         | 120                                    | 119,0   | 2,5     | 2,9            | 21,0                                    | 150      | 149     | 3,4            | 3,6                                     | 26,3     | 150      | 149            | 3,4   | 3,6     | 26,3   |
| 9,54             | Січеники з м'яса птиці                | Я           | 81                                     | 132,0   | 11,3    | 7,1            | 5,7                                     | 116      | 189     | 16,3           | 10,22                                   | 8,15     | 139      | 227            | 19,44 | 12.янів | 9,76   |
| 13,6             | Чай масала                            | МП,Л        | 200                                    | 112,5   | 4,9     | 5,5            | 9,9                                     | 200      | 112,50  | 4,90           | 5,50                                    | 9,90     | 200      | 112,50         | 4,90  | 5,50    | 9,90   |
|                  | Печиво сухе                           | ЗП,Г        | 20                                     | 83,60   | 1,66    | 1,76           | 15,20                                   | 20       | 83,60   | 1,66           | 1,76                                    | 15,12    | 40       | 167,20         | 3,32  | 3,52    | 30,40  |
| 12,1             | Яблуко                                |             | 100                                    | 45,0    | 0,4     | 0,4            | 10,4                                    | 100      | 45,0    | 0,4            | 0,4                                     | 10,4     | 100      | 45,0           | 0,4   | 0,4     | 10,4   |
|                  | Всього                                |             | 621                                    | 561,10  | 22,21   | 20,36          | 72,06                                   | 706      | 661,90  | 28,42          | 25,18                                   | 81,69    | 749      | 783,50         | 27,00 | 28,97   | 98,58  |



| 1     | Найменування страв                    | Алерген  | 6-11 р.  |                              |          |         |                | Енергетична цінність для дітей 11-14 р. |                              |             |            |                | 14-18 р. |                              |          |            |                |
|-------|---------------------------------------|----------|----------|------------------------------|----------|---------|----------------|-----------------------------------------|------------------------------|-------------|------------|----------------|----------|------------------------------|----------|------------|----------------|
|       |                                       |          | Вихід, г | 525-630                      | 18-21    | 17-21   | 73-88          | Вихід, г                                | 600-720                      | 21-25       | 21-25      | 81-98          | Вихід, г | 675-810                      | 23-27    | 23-27      | 93-112         |
|       |                                       |          |          | Енерго-<br>цінність,<br>ккал | Білки, г | Жири, г | Вуглевод,<br>г |                                         | Енерго-<br>цінність,<br>ккал | Білки,<br>г | Жири,<br>г | Вуглевод,<br>г |          | Енерго-<br>цінність,<br>ккал | Білки, г | Жири,<br>г | Вуглевод,<br>г |
|       |                                       |          | 3        | 4                            | 5        | 6       | 7              | 3                                       | 4                            | 5           | 6          | 7              | 3        | 4                            | 5        | 6          | 7              |
|       | 3-й тиждень                           |          |          |                              |          |         |                |                                         |                              |             |            |                |          |                              |          |            |                |
| 1     | 2                                     |          | 3        | 4                            | 5        | 6       | 7              | 3                                       | 4                            | 5           | 6          | 7              | 3        | 4                            | 5        | 6          | 7              |
|       | <b>Понеділок</b>                      |          |          |                              |          |         |                |                                         |                              |             |            |                |          |                              |          |            |                |
|       | Салат з моркви сиру та сметани        | МП,Л     | 100      | 88,00                        | 4,11     | 5,36    | 6,83           | 120                                     | 105,60                       | 4,90        | 4,40       | 8,00           | 120      | 105,60                       | 4,90     | 4,40       | 8,00           |
| 1,21  | Курка по італійськи                   | МП,З,П   | 59       | 102,0                        | 14,0     | 3,1     | 1,9            | 84                                      | 148                          | 18          | 4,43       | 1,9            | 100      | 176                          | 28,89    | 5,28       | 3,26           |
| 9,80  | Каша пшенична                         | МП,Л,З,П | 120      | 170                          | 4,1      | 2,69    | 31,63          | 150                                     | 212                          | 5           | 3,90       | 39,54          | 150      | 212                          | 5        | 3,90       | 39,54          |
| 10,39 | Чай каркаде                           |          | 200      | 0,2                          | 0,01     | 0,00    | 0,0            | 200                                     | 0,2                          | 0,0         | 0,00       | 0,0            | 200      | 0,2                          | 0,0      | 0,00       | 0,0            |
| 13,5  | Хліб цільнозерновий                   | ЗП,Г     | 30       | 66,6                         | 2,37     | 0,027   | 16,38          | 50                                      | 111,1                        | 3,95        | 0,040      | 27,30          | 50       | 111,1                        | 3,95     | 0,040      | 27,30          |
| 12,1  | Яблуко                                |          | 100      | 45,0                         | 0,4      | 0,4     | 10,4           | 100                                     | 45,0                         | 0,4         | 0,4        | 10,4           | 100      | 45,0                         | 0,4      | 0,4        | 10,4           |
|       | Всього                                |          | 609      | 525,00                       | 21,00    | 17,00   | 73,00          | 704                                     | 621,9                        | 26,0        | 21,0       | 87,2           | 720      | 675,0                        | 28,0     | 22,0       | 93,0           |
|       | <b>Вівторок</b>                       |          |          |                              |          |         |                |                                         |                              |             |            |                |          |                              |          |            |                |
| 1,53  | Салат з квашеної капусти та яблук     | К        | 100      | 88                           | 1,84     | 4,31    | 8,21           | 120                                     | 106                          | 2,2         | 5,18       | 9,85           | 120      | 106                          | 2,2      | 5,18       | 9,85           |
| 7,6   | Фрикадельки рибні                     | Р,Я      | 60       | 61,0                         | 12,1     | 3,2     | 2,0            | 90                                      | 91                           | 15,65       | 2,39       | 1,81           | 120      | 121                          | 20       | 3          | 2,41           |
| 10,12 | Рис розсипчастий з орегано            | ЗП,МП    | 120      | 160,0                        | 3,0      | 2,6     | 30             | 150                                     | 200,00                       | 3,73        | 3,30       | 30,00          | 150      | 200,00                       | 3,73     | 3,30       | 30,00          |
|       | Хліб цільнозерновий                   |          | 30       | 66,6                         | 2,37     | 0,03    | 16,38          | 50                                      | 111,1                        | 3,95        | 0,04       | 27,30          | 50       | 111,1                        | 3,95     | 0,04       | 27,30          |
| 11,03 | Узвар                                 |          | 200      | 107,7                        | 0,3      | 0,0     | 24,9           | 200                                     | 107,7                        | 0,3         | 0,9        | 24,9           | 200      | 107,7                        | 0,3      | 0,9        | 24,9           |
| 12,1  | Апельсин або мандарин                 |          | 100      | 40,0                         | 0,9      | 0,2     | 9,5            | 100                                     | 40,0                         | 0,9         | 0,2        | 9,5            | 100      | 40,0                         | 0,9      | 0,2        | 9,5            |
|       | Сир твердий                           |          | 15       | 54,0                         | 4,0      | 4,0     | 0,0            | 15                                      | 54,0                         | 4,0         | 4,0        | 0,0            | 15       | 54,0                         | 4,0      | 4,0        | 0,0            |
|       | Всього                                |          | 625      | 577,30                       | 24,84    | 17,00   | 90,99          | 720                                     | 709,8                        | 25,0        | 19,0       | 103,4          | 755      | 739,8                        | 31,1     | 27,0       | 104,0          |
|       | <b>Середа</b>                         |          |          |                              |          |         |                |                                         |                              |             |            |                |          |                              |          |            |                |
| 9,60  | Салат з буряка з сухариками           | ГЦ       | 100      | 150,00                       | 3,80     | 5,40    | 21,70          | 120                                     | 180,00                       | 4,56        | 6,48       | 26,00          | 120      | 180,00                       | 4,56     | 6,48       | 26,00          |
| 10,2  | Куриця нагетси                        | Г,МП,Л,Я | 88       | 190,0                        | 20,4     | 4,7     | 15,1           | 125                                     | 270,00                       | 29,04       | 6,68       | 22,55          | 150      | 324,00                       | 34,00    | 8,00       | 27,00          |
| 13,10 | Відварена картопля з вершковим маслом | МП,ЗП    | 120      | 119,0                        | 2,5      | 2,9     | 21,0           | 150                                     | 149,00                       | 3,10        | 3,90       | 26,30          | 150      | 149,00                       | 3,10     | 3,90       | 26,30          |
| 12,1  | Какао з молоком                       | МП,Л     | 200      | 112,0                        | 6,2      | 5,3     | 10,1           | 200                                     | 112,00                       | 6,20        | 5,30       | 10,10          | 200      | 112,00                       | 6,20     | 5,30       | 10,10          |
|       | Яблуко                                |          | 100      | 45,0                         | 0,4      | 0,4     | 10,4           | 100                                     | 45,0                         | 0,4         | 0,4        | 10,4           | 100      | 45,0                         | 0,4      | 0,4        | 10,4           |
|       | Всього                                |          | 608      | 525,5                        | 21,0     | 18,7    | 78,3           | 695,00                                  | 604,97                       | 26,00       | 22,76      | 95,35          | 720,00   | 812,00                       | 28,00    | 24,08      | 99,80          |



|              |                                         |                 |     |       |      |       |       |     |        |       |       |        |     |        |       |       |        |
|--------------|-----------------------------------------|-----------------|-----|-------|------|-------|-------|-----|--------|-------|-------|--------|-----|--------|-------|-------|--------|
|              | Четвер                                  |                 |     |       |      |       |       |     |        |       |       |        |     |        |       |       |        |
| 1,16         | Салат з моркви,яблука з соусом Вінегрет | ГЦ              | 100 | 74,00 | 0,70 | 2,33  | 16,53 | 120 | 104,40 | 2,70  | 2,70  | 19,80  | 120 | 104,40 | 2,70  | 2,70  | 19,80  |
| 6,1          | Сирники класичні                        | МП,Л,З<br>П,Г,Я | 80  | 156,0 | 14,0 | 10,0  | 15,1  | 110 | 215,0  | 24,3  | 11,0  | 19,2   | 140 | 273,0  | 24,3  | 11,0  | 19,2   |
| за<br>Капола | Соус сметанный                          | МП,ЗП           | 25  | 44,0  | 0,7  | 3,8   | 2,1   | 25  | 44,00  | 0,70  | 3,80  | 12,10  | 25  | 44,00  | 0,70  | 3,80  | 2,10   |
|              | Печиво сухе                             | ЗП,Г            | 20  | 83,6  | 1,66 | 1,760 | 15,20 | 20  | 83,6   | 4,15  | 4,400 | 30,12  | 50  | 209,0  | 4,15  | 4,400 | 30,12  |
| 11,03        | Узвар                                   |                 | 200 | 107,7 | 0,6  | 0,9   | 24,9  | 200 | 107,7  | 0,6   | 0,9   | 24,9   | 200 | 107,7  | 0,6   | 0,9   | 24,9   |
| 12,1         | Яблуко                                  |                 | 100 | 45,0  | 0,4  | 0,4   | 10,4  | 100 | 45,0   | 0,4   | 0,4   | 10,4   | 100 | 45,0   | 0,4   | 0,4   | 10,4   |
|              | Всього                                  |                 | 525 | 510,3 | 22,0 | 19,2  | 84,23 | 575 | 599,70 | 25,00 | 23,24 | 106,53 | 635 | 783,10 | 27,00 | 23,20 | 106,52 |
|              | П'ятниця                                |                 |     |       |      |       |       |     |        |       |       |        |     |        |       |       |        |
| 1,31         | Салат з капусти та ароматною олією      |                 | 100 | 54    | 1,76 | 3,09  | 5,59  | 120 | 64,8   | 2,11  | 3,7   | 6,7    | 120 | 64,8   | 2,11  | 3,7   | 06 янв |
| 10,19        | Мак енд Чіз                             | Г,МП,Л,<br>Я    | 120 | 170,0 | 8,9  | 6,2   | 19,3  | 150 | 215,00 | 10,08 | 7,75  | 24,84  | 150 | 215,00 | 10,08 | 7,75  | 24,84  |
|              | Яйце варене                             | ЗП,Л            | 60  | 91,1  | 7,8  | 6,4   | 0,67  | 60  | 91,1   | 7,8   | 6,37  | 0,67   | 60  | 91,1   | 7,9   | 6,37  | 0,67   |
| 11,03        | Узвар                                   |                 | 200 | 107,7 | 0,3  | 0,9   | 24,9  | 200 | 107,7  | 0,3   | 0,9   | 24,9   | 200 | 107,7  | 0,3   | 0,9   | 24,9   |
| 12 янв       | Банан                                   |                 | 100 | 45,0  | 1,5  | 0,2   | 21,8  | 100 | 45,0   | 1,5   | 0,2   | 21,8   | 100 | 89,0   | 1,5   | 0,2   | 21,8   |
|              | Хліб цільнозерновий                     |                 | 30  | 66,6  | 2,4  | 0,0   | 16,4  | 50  | 111,0  | 4,0   | 0,1   | 27,3   | 50  | 111,0  | 4,0   | 0,1   | 16,4   |
|              | Печиво сухе                             |                 | 20  | 83,6  | 1,7  | 1,8   | 15,2  | 20  | 83,6   | 1,7   | 1,8   | 15,2   | 20  | 83,6   | 1,7   | 1,8   | 15,2   |
|              | Всього                                  |                 | 630 | 618,0 | 21,0 | 16,8  | 88,0  | 700 | 718,20 | 26,00 | 18,97 | 106,21 | 700 | 762,20 | 28,00 | 18,97 | 103,79 |