| **АП** | **Назва страви** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вуглеводи (г)** | **Кало-рійність, ккал** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вугле-води (г)** | **Кало-рійність, ккал** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вугле-оди (г)** | **Калорій-ність, ккал** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ** |
|  | ***ПОНЕДІЛОК*** |
|  |   | 6-11 років | 11-14 років | 14-18 років |
|  | Буряк із зеленим горошком під олією | 75 | 1,85 | 3,10 | 9,79 | 73,36 | 75 | 1,85 | 3,10 | 9,79 | 73,36 | 75 | 1,85 | 3,10 | 9,79 | 73,36 |
|  | Плов з куркою | 50/100 | 13,40 | 10,60 | 11,30 | 276,00 | 80/150 | 20,10 | 15,90 | 41,60 | 329,78 | 100/150 | 23,18 | 16,9 | 41,59 | 352,38 |
| МП, Л | Какао з молоком | 200 | 3,80 | 3,90 | 24,00 | 124,64 | 200 | 3,80 | 3,90 | 24,00 | 124,64 | 200 | 3,8 | 3,9 | 24 | 124,64 |
|  | Фрукти свіжі (банан) | 100 | 1,50 |  | 22,40 | 91,00 | 100 | 1,50 |  | 22,40 | 91,00 | 100 | 1,5 |  | 22,4 | 91 |
|  | **Разом** |  | **20,55** | **17,60** | **67,49** | **565,00** |  | **27,25** | **22,90** | **97,79** | **618,78** |  | **30,33** | **23,9** | **97,78** | **641,38** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ВІВТОРОК*** |
| МП, Л | Капуста з морквою з олією | 75 | 1,42 | 3,83 | 5,77 | 56,03 | 75 | 1,42 | 3,83 | 5,77 | 56,03 | 75 | 1,42 | 3,83 | 5,77 | 56,03 |
| Р | Риба тушкована в томаті | 50/50 | 10,90 | 6,60 | 5,60 | 120,00 | 75/60 | 16,35 | 9,90 | 8,40 | 180,00 | 100/70 | 21,80 | 13,20 | 11,20 | 240,00 |
| Л | Сир твердий | 15 | 4,02 | 4,1 | 0 | 54 | 15 | 4,02 | 4,10 | 0,00 | 54,00 | 15 | 4,02 | 4,10 | 0,00 | 54,00 |
| Л, МП | Картопляне пюре | 120 | 2,6 | 4,4 | 18,6 | 125 | 150 | 3,25 | 5,5 | 23,25 | 156,25 | 150 | 3,25 | 5,5 | 23,25 | 120 |
|  | Хліб цільнозерновий | 30 | 2,58 | 0,3 | 14,94 | 69,3 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 |
|  | Компот із сушених фруктів | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 |
|  | Фрукти свіжі (яблуко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 10,4 | 45 | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45,00 | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45,00 |
|  | **Разом** |  | **22,5** | **19,63** | **67,55** | **518,47** |  | **30,32** | **24,23** | **84,96** | **655,92** |  | **35,77** | **27,53** | **87,76** | **715,92** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СЕРЕДА*** |
| Л, МП | Капуста з горошком/ сметана | 75/15 | 2,44 | 3,11 | 7,18 | 64,55 | 75/15 | 2,44 | 3,11 | 7,18 | 64,55 | 75/15 | 2,44 | 3,11 | 7,18 | 64,55 |
| ЗП, Г, МП, Л | Каша перлова | 120 | 4,68 | 3,45 | 36,90 | 188,45 | 150 | 5,85 | 4,31 | 46,13 | 235,56 | 150 | 5,85 | 4,31 | 46,13 | 235,56 |
|  | Курка з овочами | 50/60 | 14,20 | 16,30 | 6,57 | 200,52 | 75/70 | 21,30 | 24,45 | 9,86 | 300,78 | 100/100 | 28,40 | 32,60 | 13,14 | 401,04 |
|  | Сік | 200 | 1,00 | 0,00 | 18,20 | 76,00 | 200 | 1,00 | 0,00 | 18,20 | 76,00 | 200 | 1,00 | 0,00 | 18,20 | 76,00 |
| АП | Фрукти свіжі (мандарин) | 100 | 0,80 |  | 8,70 | 40,00 | 100 | 0,80 |  | 8,70 | 40,00 | 100 | 0,80 |  | 8,70 | 40,00 |
|  | **Разом** |  | **23,12** | **22,86** | **77,55** | **569,52** |  | **31,39** | **31,87** | **90,06** | **716,89** |  | **38,49** | **40,02** | **93,35** | **817,15** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЧЕТВЕР*** |
|  | Овочева паелья | 100 | 3,5 | 2,71 | 28,54 | 154,02 | 120 | 4,20 | 3,25 | 34,25 | 184,82 | 150 | 5,04 | 3,90 | 41,10 | 221,79 |
| Л, МП | Сирники | 100/15 | 13 | 16,3 | 14,5 | 255,3 | 100/15 | 13,00 | 16,30 | 14,50 | 255,30 | 100/15 | 13,00 | 16,30 | 14,50 | 255,30 |
|  | Компот із сушених фруктів | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 |
|  | Хліб цільнозерновий | 30 | 2,58 | 0,3 | 14,94 | 69,3 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 |
| АП | Фрукти свіжі (апельсин) | 100 | 0,9 | 0 | 8,4 | 38 | 100 | 0,90 | 0,00 | 8,40 | 38,00 | 100 | 0,90 | 0,00 | 8,40 | 38,00 |
|  | **Разом** |  | **20,56** | **19,31** | **78,62** | **565,76** |  | **22,98** | **20,05** | **94,29** | **642,76** |  | **23,82** | **20,70** | **101,14** | **679,73** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***П'ЯТНИЦЯ*** |
|  | Вінігрет шкільний | 100 | 2,89 | 4,14 | 11,92 | 92,49 | 100 | 2,89 | 4,14 | 11,92 | 92,49 | 100 | 2,89 | 4,14 | 11,92 | 92,49 |
| ЗП | Макарони відварені | 120 | 4,40 | 3,96 | 28,44 | 168,00 | 150 | 5,34 | 3,46 | 35,65 | 198,32 | 150 | 5,34 | 3,46 | 35,65 | 198,32 |
| Л, МП, Я | Омлет із сиром  | 75 | 11,81 | 12,21 | 4,35 | 175,00 | 75 | 11,81 | 12,21 | 4,35 | 175,00 | 75 | 11,81 | 12,21 | 4,35 | 175,00 |
|  | Хліб цільнозерновий | 30 | 2,58 | 0,30 | 14,94 | 69,30 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 |
|  | Чай з лимоном | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 |
|  | Фрукти свіжі (яблуко) | 90 | 0,36 | 0,36 | 9,36 | 40,5 | 90 | 0,36 | 0,36 | 9,36 | 40,5 | 90 | 0,36 | 0,36 | 9,36 | 40,5 |
|  | **Разом** |  | **22,25** | **21,04** | **70,37** | **552,80** |  | **24,86** | **20,70** | **86,50** | **624,82** |  | **24,86** | **20,70** | **86,50** | **624,82** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

| **АП** | **Назва страви** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вуглеводи (г)** | **Кало-рійність, ккал** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вугле-води (г)** | **Кало-рійність, ккал** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вугле-води (г)** | **Кало-рійність, ккал** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ** |
|  | ***ПОНЕДІЛОК*** |
|  | Буряк відварний | 100 | 1,97 | 3 | 10,3 | 70,98 | 100 | 1,97 | 3,00 | 10,30 | 70,98 | 100 | 1,97 | 3,00 | 10,30 | 70,98 |
| Л, МП | Рис відварний | 120 | 3,94 | 2,73 | 40,24 | 204,64 | 150 | 4,93 | 3,41 | 50,30 | 255,80 | 150 | 4,93 | 3,41 | 50,30 | 255,80 |
| Л, МП, Р | Філе риби під сметанним соусом | 70/25 | 11,70 | 16,86 | 6,33 | 222,61 | 90/25 | 15,04 | 21,68 | 8,14 | 286,21 | 90/25 | 15,04 | 21,68 | 8,14 | 286,21 |
|  | Чай з лимоном | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 |
|  | Фрукти свіжі (яблуко) | 90 | 0,36 | 0,36 | 9,36 | 40,5 | 90 | 0,36 | 0,36 | 9,36 | 40,5 | 90 | 0,36 | 0,36 | 9,36 | 40,5 |
|  | **Разом** |  | **18,13** | **22,98** | **66,55** | **541,74** |  | **22,46** | **28,48** | **78,42** | **656,50** |  | **22,46** | **28,48** | **78,42** | **656,50** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ВІВТОРОК*** |
|  | Капуста та морква | 75 | 1,42 | 3,83 | 5,77 | 56,03 | 75 | 1,42 | 3,83 | 5,77 | 56,03 | 75 | 1,42 | 3,83 | 5,77 | 56,03 |
| Г, Л, МП | Котлети курячі з підливою | 70 | 16,89 | 5,02 | 18,36 | 185,89 | 100 | 21,39 | 8,42 | 25,42 | 263,04 | 150 | 31,54 | 9,62 | 34,92 | 353,35 |
| Л, МП | Картопляне пюре  | 120 | 2,60 | 4,40 | 18,60 | 125,00 | 150 | 3,25 | 5,50 | 23,25 | 156,25 | 150 | 3,25 | 5,50 | 23,25 | 156,25 |
|  | Компот із сушених фруктів | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 |
| АП | Фрукти свіжі (мандарин) | 100 | 0,80 |  | 8,70 | 40,00 | 100 | 0,80 | 0,00 | 8,70 | 40,00 | 100 | 0,80 | 0,00 | 8,70 | 40,00 |
| Л, МП | Сир твердий | 15 | 4,02 | 4,1 | 0 | 54 | 15 | 4,02 | 4,10 | 0,00 | 54,00 | 15 | 4,02 | 4,10 | 0,00 | 54,00 |
|  | Хліб цільнозерновий | 30 | 2,58 | 0,30 | 14,94 | 69,30 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 |
|  | **Разом** |  | **29,26** | **17,99** | **82,28** | **593,63** |  | **36,23** | **22,78** | **104,74** | **752,15** |  | **46,38** | **23,98** | **114,24** | **842,46** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СЕРЕДА*** |
|  | Овочі відварені під олією | 100 | 3,09 | 3,13 | 11,42 | 82,13 | 100 | 3,09 | 3,13 | 11,42 | 82,13 | 100 | 3,09 | 3,13 | 11,42 | 82,13 |
|  | Пюре з бобових | 100 | 10,34 | 3,2 | 24,4 | 167,2 | 125 | 12,93 | 3,88 | 30,51 | 207,87 | 125 | 12,93 | 3,88 | 30,51 | 207,87 |
|  | Хліб цільнозерновий | 30 | 2,58 | 0,30 | 14,94 | 69,30 | А50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 |
| Л, МП, Я, Г | Сирна запіканка із сметаною | 120/15 | 16,57 | 8,98 | 23,52 | 239,38 | 120/15 | 16,57 | 8,98 | 23,52 | 239,38 | 120/15 | 16,57 | 8,98 | 23,52 | 239,38 |
|  | Компот із сушених фруктів | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 |
|  | Фрукти свіжі (банан) | 100 | 1,5 | 0,1 | 21,8 | 89 | 100 | 1,50 | 0,10 | 21,80 | 89,00 | 100 | 1,50 | 0,10 | 21,80 | 89,00 |
|  | **Разом** |  | **34,22** | **15,85** | **99,82** | **663,21** |  | 38,53 | 16,73 | 115,89 | 750,08 |  | 34,83 | 15,92 | 108,66 | 698,26 |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЧЕТВЕР*** |
| Г | Куліш з куркою | 180 | 17,01 | 4,91 | 17,86 | 187,71 | 220 | 22,69 | 6,39 | 26,75 | 261,25 | 260 | 30,19 | 8,51 | 35,61 | 347,87 |
|  | Буряк відварний з олією | 100 | 1,97 | 3 | 10,3 | 70,98 | 100 | 1,97 | 3,00 | 10,30 | 70,98 | 100 | 1,97 | 3,00 | 10,30 | 70,98 |
| МП, Л | Какао з молоком | 200 | 3,8 | 3,9 | 24 | 124,64 | 200 | 3,80 | 3,90 | 24,00 | 124,64 | 200 | 3,80 | 3,90 | 24,00 | 124,64 |
|  | Фрукти свіжі (банан) | 100 | 1,5 | 0,1 | 21,8 | 89 | 100 | 1,50 | 0,10 | 21,80 | 89,00 | 100 | 1,50 | 0,10 | 21,80 | 89,00 |
|  | Хліб цільнозерновий | 30 | 2,58 | 0,3 | 14,94 | 69,3 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 |
|  | **Разом** |  | **26,86** | **12,21** | **88,9** | **541,63** |  | **34,26** | **13,89** | **107,75** | **661,37** |  | **41,76** | **16,01** | **116,61** | **747,99** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***П'ЯТНИЦЯ*** |
| Л, МП, Я | Омлет із сиром | 75 | 11,81 | 12,21 | 4,35 | 175 | 75 | 11,81 | 12,21 | 4,35 | 175 | 75 | 11,81 | 12,21 | 4,35 | 175 |
|  | Макаронні вироби | 120 | 4,40 | 3,96 | 28,44 | 168,00 | 150 | 5,34 | 3,46 | 35,65 | 198,32 | 150 | 5,34 | 3,46 | 35,65 | 198,32 |
|  | Квашена капуста із зеленим горошком | 100 | 2,84 | 5,06 | 6,94 | 82,1 | 100 | 2,84 | 5,06 | 6,94 | 82,1 | 100 | 2,84 | 5,06 | 6,94 | 82,1 |
|  | Сік | 200 | 1 | 0 | 18,2 | 76 | 200 | 1 | 0 | 18,2 | 76 | 200 | 1 | 0 | 18,2 | 76 |
| АП | Фрукти свіжі (апельсин) | 100 | 0,9 | 0 | 9,5 | 40 | 100 | 0,9 | 0 | 9,5 | 40 | 100 | 0,9 | 0 | 9,5 | 40 |
|  | **Разом** |  | **21,94** | **18,36** | **71,19** | **524,6** |  | **21,89** | **20,73** | **74,64** | **571,42** |  | **21,89** | **20,73** | **74,64** | **571,42** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

| **АП** | **Назва страви** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вуглеводи (г)** | **Калорійність, ккал** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вугле-води (г)** | **Калорійність, ккал** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вуглеводи (г)** | **Калорій-ність, ккал** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ** |
|  | ***ПОНЕДІЛОК*** |
|  | Капуста з горошком під сметаною | 75/15 | 2,44 | 3,11 | 7,18 | 64,55 | 75/15 | 2,44 | 3,11 | 7,18 | 64,55 | 75/15 | 2,44 | 3,11 | 7,18 | 64,55 |
| Г | Чахохбілі з куркою | 100 | 14,47 | 10,73 | 7,51 | 188,03 | 120 | 18,09 | 13,41 | 9,39 | 235,04 | 120 | 21,71 | 16,10 | 11,27 | 282,05 |
| Г, ЗПМП, Л | Каша перлова | 120 | 4,68 | 3,45 | 36,90 | 188,45 | 150 | 5,85 | 4,31 | 46,13 | 235,56 | 150 | 5,85 | 4,31 | 46,13 | 235,56 |
| Г | Кисіль ягідний | 200 | 0,10 | 0,00 | 27,90 | 114,00 | 200 | 0,10 | 0,00 | 27,90 | 114,00 | 200 | 0,10 | 0,00 | 27,90 | 114,00 |
|  | **Разом** |  | **21,69** | **17,29** | **79,49** | **555,03** |  | 26,48 | 20,83 | 90,60 | 649,15 |  | 30,10 | 23,52 | 92,48 | 696,16 |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ВІВТОРОК*** |
|  | Капуста тушкована | 75 | 2,82 | 1,60 | 11,82 | 68,84 | 75 | 2,82 | 1,60 | 11,82 | 68,84 | 75 | 2,82 | 1,60 | 11,82 | 68,84 |
| МП, Л | Картопляне пюре | 120 | 2,6 | 4,4 | 18,6 | 125 | 150 | 3,25 | 5,5 | 23,25 | 156,25 | 150 | 3,25 | 5,5 | 23,25 | 156,25 |
| Я, Г | Курячий шніцель | 75 | 16,80 | 12,58 | 12,21 | 225,90 | 110 | 24,00 | 17,97 | 17,44 | 322,71 | 130 | 26,88 | 20,13 | 19,54 | 361,44 |
| МП, Л | Какао з молоком | 200 | 3,80 | 3,90 | 24,00 | 124,64 | 200 | 3,80 | 3,90 | 24,00 | 124,64 | 200 | 3,80 | 3,90 | 24,00 | 124,64 |
| АП | Фрукти свіжі (мандарин) | 100 | 0,80 | 0,00 | 8,70 | 40,00 | 100 | 0,80 | 0,00 | 8,70 | 40,00 | 100 | 0,80 | 0,00 | 8,70 | 40,00 |
|  | **Разом** |  | **26,82** | **22,48** | **75,33** | **584,38** |  | **34,67** | **28,97** | **85,21** | **712,44** |  | **37,55** | **31,13** | **87,31** | **751,17** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СЕРЕДА*** |
|  | Овочі відварні з бобовими | 100 | 3,09 | 3,13 | 11,42 | 82,13 | 100 | 3,09 | 3,13 | 11,42 | 82,13 | 100 | 3,09 | 3,13 | 11,42 | 82,13 |
| МП, Л | Каша гречана | 100 | 5,7 | 5,2 | 29,7 | 192 | 100 | 5,7 | 5,2 | 29,7 | 192 | 120 | 6,84 | 6,24 | 35,64 | 230 |
| Р | Котлета рибна  | 50 | 6,70 | 6,80 | 8,70 | 123,00 | 80 | 10,72 | 10,88 | 13,92 | 196,80 | 110 | 13,40 | 13,60 | 17,40 | 246,00 |
|  | Компот із сушених фруктів | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 |
|  | Фрукти свіжі (апельсин) | 100 | 0,9 | 0 | 9,5 | 40 | 100 | 0,9 | 0 | 9,5 | 40 | 100 | 0,9 | 0 | 9,5 | 40 |
|  | Сир твердий | 15 | 4,02 | 4,1 | 0 | 54 | 15 | 4,02 | 4,10 | 0,00 | 54,00 | 15 | 4,02 | 4,10 | 0,00 | 54,00 |
|  | Хліб цільнозерновий | 30 | 2,58 | 0,30 | 14,94 | 69,30 | 50,00 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 | 50,00 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 |
|  | **Разом** |  | **23,13** | **19,67** | **78,00** | **576,63** |  | **28,87** | **23,95** | **93,18** | **696,63** |  | **32,69** | **27,71** | **102,60** | **783,83** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЧЕТВЕР*** |
|  | Буряк відварний під олією | 100 | 1,97 | 3 | 10,3 | 70,98 | 100 | 1,97 | 3,00 | 10,30 | 70,98 | 100 | 1,97 | 3,00 | 10,30 | 70,98 |
|  | Макарони відварні | 120 | 4,40 | 3,96 | 28,44 | 168,00 | 150 | 5,34 | 3,46 | 35,65 | 198,32 | 150 | 5,34 | 3,46 | 35,65 | 198,32 |
| МП, Л., Я | Омлет пухкий | 60 | 5,50 | 7,08 | 1,09 | 89,48 | 60 | 5,5 | 7,08 | 1,09 | 89,48 | 60 | 5,5 | 7,08 | 1,09 | 89,48 |
| МП, Л | Йогурт | 125 | 3,70 | 7,50 | 4,90 | 102,00 | 125 | 3,7 | 7,5 | 4,9 | 102 | 125 | 3,7 | 7,5 | 4,9 | 102 |
| МП, Л, Г | Хліб цільнозерновий | 30 | 2,58 | 0,3 | 14,94 | 69,3 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 |
|  | Фрукти свіжі (банан) | 100 | 1,5 | 0,1 | 21,8 | 89 | 100 | 1,50 | 0,10 | 21,80 | 89,00 | 100 | 1,50 | 0,10 | 21,80 | 89,00 |
|  | **Разом** |  | **19,65** | **21,94** | **81,47** | **588,76** |  | **22,31** | **21,64** | **98,64** | **665,28** |  | **22,31** | **21,64** | **98,64** | **665,28** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***П'ЯТНИЦЯ*** |
|  | Овочева паелья | 100 | 3,50 | 2,71 | 28,54 | 154,02 | 120 | 4,2 | 3,25 | 34,25 | 184,82 | 150 | 5,04 | 3,9 | 41,1 | 221,79 |
| МП, Л | Сирники | 100/15 | 13,00 | 16,30 | 14,50 | 255,30 | 100/15 | 13 | 16,3 | 14,5 | 255,3 | 100/15 | 13 | 16,3 | 14,5 | 255,3 |
|  | Чай з лимоном | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 |
| АП | Фрукти свіжі (банан) | 90 | 1,35 | 0,09 | 19,62 | 80,1 | 90 | 1,35 | 0,09 | 19,62 | 80,1 | 90 | 1,35 | 0,09 | 19,62 | 80,1 |
|  | Хліб цільнозерно-вий | 30 | 2,58 | 0,3 | 14,94 | 69,3 | 50 | 4,3 | 0,5 | 24,9 | 115,5 | 50 | 4,3 | 0,5 | 24,9 | 115,5 |
|  | **Разом** |  | **20,59** | **19,43** | **77,92** | **561,73** |  | **21,29** | **19,97** | **83,63** | **592,53** |  | **22,13** | **20,62** | **90,48** | **629,5** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

| АП | **Назва страви** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вуглеводи (г)** | **Калорій-ність, ккал** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вуглеводи (г)** | **Калорій-ність, ккал** | **Вихід страви (г)** | **Білки (г)** | **Жири (г)** | **Вуглеводи (г)** | **Калорій-ність, ккал** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ** |
|  | ***ПОНЕДІЛОК*** |
| МП | Картопля відварна | 100 | 3,00 | 4,74 | 21,76 | 141 | 120 | 3,6 | 5,69 | 26,11 | 169 | 150 | 4,5 | 7,11 | 32,64 | 211 |
|  | Капуста тушкована з овочами та куркою | 120 | 16,46 | 14,76 | 6,86 | 221,24 | 150 | 20,58 | 18,45 | 8,58 | 276,55 | 180 | 24,69 | 22,14 | 10,29 | 331,86 |
|  | Компот із сушених фруктів | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 |
| МП | Сир твердий | 15 | 3,45 | 4,35 | 0 | 225,90 | 15 | 3,45 | 4,35 | 0 | 225,9 | 15 | 3,45 | 4,35 | 0 | 225,90 |
|  | Фрукти свіжі (апельсин) | 100 | 0,80 | 0 | 8,70 | 40,00 | 100 | 0,80 | 0 | 8,70 | 40 | 100 | 0,4 | 0 | 10,40 | 45,00 |
|  | **Разом** |  | **23,85** | **23,99** | **45,96** | **663,94** |   | 28,57 | 28,63 | 52,03 | 747,25 |   | 33,18 | 33,74 | 61,97 | 849,56 |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ВІВТОРОК*** |
| Р | Котлета рибна | 50 | 6,7 | 6,8 | 8,7 | 123 | 80 | 10,72 | 10,88 | 13,92 | 196,80 | 110 | 13,40 | 13,60 | 17,40 | 246,00 |
| Г | Каша булгур з цибулевим соусом | 120/15 | 7,24 | 9,51 | 41,72 | 271,06 | 150/18 | 9,05 | 11,89 | 52,15 | 338,83 | 150/18 | 9,05 | 11,89 | 52,15 | 338,83 |
|  | Буряк відварний  | 75 | 1,48 | 2,25 | 7,73 | 53,24 | 75 | 1,48 | 2,25 | 7,73 | 53,24 | 75 | 1,48 | 2,25 | 7,73 | 53,24 |
|  | Чай з лимоном | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 | 200/7 | 0,16 | 0,03 | 0,32 | 3,01 |
|  | Фрукти свіжі (банан) | 90 | 1,35 | 0,09 | 19,62 | 80,1 | 90 | 1,35 | 0,09 | 19,62 | 80,1 | 90 | 1,35 | 0,09 | 19,62 | 80,1 |
| МП | Хліб цільнозерновий з сиром та маслом | 30/15/2 | 6,4 | 8,5 | 16 | 168 | 50/15/3 | 9,6 | 12,75 | 24 | 252 | 50/15/3 | 9,6 | 12,75 | 24 | 252 |
|  | **Разом** |  | **16,93** | **18,68** | **78,09** | **530,41** |  | **22,76** | **25,14** | **93,74** | **671,98** |  | **25,44** | **27,86** | **97,22** | **721,18** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***СЕРЕДА*** |
|  | Лобіо з квасолею | 100 | 2,2 | 2,54 | 10,66 | 115,48 | 130 | 2,86 | 3,3 | 13,86 | 150,12 | 130 | 2,86 | 3,3 | 13,86 | 150,12 |
| МП, Л, г, Я | Львівський сирник | 120 | 16,37 | 15,13 | 12,89 | 257,45 | 120 | 16,37 | 15,13 | 12,89 | 257,45 | 120 | 16,37 | 15,13 | 12,89 | 257,45 |
|  | Сік | 200 | 1 | 0 | 18,2 | 76 | 200 | 1 | 0 | 18,2 | 76 | 200 | 1 | 0 | 18,2 | 76 |
|  | Фрукти свіжі (мандарин) | 100 | 0,8 | 0 | 8,7 | 40 | 100 | 0,8 | 0 | 8,7 | 40 | 100 | 0,4 | 0 | 10,4 | 45 |
|  | Хліб цільнозерновий | 30 | 2,58 | 0,3 | 14,94 | 69,3 | 50 | 4,3 | 0,5 | 24,9 | 115,5 | 50 | 4,3 | 0,5 | 24,9 | 115,5 |
|  | **Разом** |  | **22,95** | **17,97** | **65,39** | **558,23** |  | **25,33** | **18,93** | **78,55** | **639,07** |  | **24,93** | **18,93** | **80,25** | **644,07** |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***ЧЕТВЕР*** |
|  | Вінігрет шкільний | 100 | 2,89 | 4,14 | 11,92 | 92,49 | 100 | 2,89 | 4,14 | 11,92 | 92,49 | 100 | 2,89 | 4,14 | 11,92 | 92,49 |
|  | Плов з куркою | 50/100 | 13,40 | 10,60 | 11,30 | 276 | 80/150 | 20,10 | 15,90 | 41,60 | 329,78 | 100/150 | 23,18 | 16,90 | 41,59 | 352,38 |
| МП | Какао з молоком | 200 | 3,80 | 3,90 | 24,00 | 124,64 | 200 | 3,8 | 3,9 | 24 | 124,64 | 200 | 3,8 | 3,9 | 24 | 124,64 |
|  | Фрукти свіжі (яблуко) | 100 | 0,4 |  | 10,40 | 45 | 100 | 0,40 | 0,00 | 10,40 | 45,00 | 100 | 0,40 | 0,00 | 10,40 | 45,00 |
|  | Хліб цільнозерновий | 30 | 2,58 | 0,3 | 14,94 | 69,3 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 | 50 | 4,30 | 0,50 | 24,90 | 115,50 |
|  | **Разом** |  | **20,49** | **18,64** | **57,62** | **538,13** |   | 27,19 | 23,94 | 87,92 | 591,91 |   | 30,27 | 24,94 | 87,91 | 614,51 |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ***П'ЯТНИЦЯ*** |
|  | Капуста з морквою під олією | 75 | 1,42 | 3,83 | 5,77 | 56,03 | 75 | 1,42 | 3,83 | 5,77 | 56,03 | 75 | 1,42 | 3,83 | 5,77 | 56,03 |
| ЗП, Г, МП, Л | Каша пшенична  | 100 | 3 | 3,8 | 16,7 | 115 | 120 | 3,6 | 4,56 | 20,04 | 138 | 150 | 5,4 | 6,84 | 30,06 | 207 |
| МП,Л, Я | Омлет із зеленим горошком | 65 | 6,13 | 7,22 | 2,37 | 98,37 | 65 | 6,13 | 7,22 | 2,37 | 98,37 | 65 | 6,13 | 7,22 | 2,37 | 98,37 |
| МП | Сир твердий | 15 | 4,02 | 4,1 | 0 | 54 | 15 | 4,02 | 4,10 | 0,00 | 54,00 | 15 | 4,02 | 4,10 | 0,00 | 54,00 |
|  | Компот із сушених фруктів | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 | 200 | 0,55 | 0,00 | 12,75 | 47,75 |
|  | Фрукти свіжі (банан) | 100 | 1,50 | 0,10 | 21,80 | 89,00 | 100 | 1,50 | 0,10 | 21,80 | 89,00 | 100 | 1,50 | 0,10 | 21,80 | 89,00 |
|  | **Разом** |  | **16,62** | **19,05** | **64,38** | **479,10** |  | 17,22 | 19,81 | 67,72 | 502,10 |  | 20,71 | 26,00 | 93,75 | 693,85 |
|  | **Норма** |  | **18-21** | **17-21** | **73-88** | **525-630** |  | **21-25** | **21-25** | **82-98** | **600-720** |  | **23-28** | **23-28** | **93-113** | **675-810** |
|  | **Відхилення** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |