**Понеділок І тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Скрамбл | **100** | **100** | 11,16 | 11,16 | 10,06 | 10,06 | 6,23 | 6,23 | **159,74** | **159,74** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Чай (трав'яний) | **150** | **180** | - | - | - | - | 0,36 | 0,43 | **0,92** | **1,10** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **13,26** | **13,26** | **12,46** | **12,46** | **16,58** | **16,56** | **231,76** | **231,94** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп картопляний з макаронними виробами | **150** | **200** | 1,72 | 2,29 | 1,34 | 1,79 | 13,08 | 17,45 | **70,64** | **94,18** |
| Каша гречана | **82** | **103** | 4,22 | 5,27 | 2,55 | 3,19 | 21,11 | 26,38 | **124,98** | **156,23** |
| Соус сметанний з цибулею | **55** | **74** | 21,06 | 28,33 | 11,17 | 15,02 | 5,0 | 6,72 | **53,34** | **50,07** |
| Курячий биточок | **58** | **77** | 10,61 | 14,15 | 2,37 | 3,00 | 4,96 | 6,61 | **85,64** | **112,70** |
| Салат зі свіжих овочів | **57** | **75** | 0,54 | 0,72 | 5,80 | 7,57 | 1,77 | 2,40 | **61,41** | **82,95** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| **Всього за обід:** |  |  | **40,25** | **52,86** | **25,63** | **33,15** | **55,82** | **69,46** | **467,11** | **567,23** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Млинчики з сиром кисломолочним | **83** | **115** | 12,10 | 17,10 | 10,16 | 13,65 | 13,10 | 18,04 | **193,96** | **264,33** |
| Соус фруктовий (млиновий) | **73** | **89** | 0,27 | 0,33 | 0,26 | 0,32 | 12,44 | 14,80 | **52,00** | **61,83** |
| Компот із сухофруктів | **100** | **100** | 0,23 | 0,23 | - | - | 10,5 | 10,5 | **39,05** | **30,05** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **12,60** | **17,66** | **10,42** | **13,97** | **36,04** | **43,34** | **285,01** | **356,21** |
| **Всього за день:** |  |  | **66,11** | **83,78** | **52,06** | **59,58** | **108,71** | **129,36** | **983,88** | **1155,38** |

**Вівторок І тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Каша вівсяна в'язка з молоком | **101** | **127** | 2,22 | 2,77 | 2,67 | 3,34 | 10,53 | 13,16 | **73,82** | **92,28** |
| Хліб з маслом та твердим сиром | **10/5** | **15/8** | 3,30 | 5,10 | 3,90 | 6,20 | 9,90 | 9,90 | **89,00** | **118,00** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **5,76** | **8,19** | **8,81** | **9,86** | **32,67** | **39,38** | **212,56** | **276,60** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Борщ український | **150** | **200** | 2,13 | 2,75 | 2,51 | 3,14 | 10,03 | 13,13 | **68,85** | **88,75** |
| Картопляне пюре | **91** | **114** | 2,01 | 2,51 | 2,12 | 2,65 | 14,53 | 18,16 | **84,50** | **105,63** |
| Соус томатний | **34** | **58** | 0,40 | 0,69 | - | - | 4,08 | 6,96 | **17,52** | **30,62** |
| Шніцель зі свинини | **60** | **81** | 8,36 | 11,09 | 14,49 | 19,15 | 8,58 | 11,17 | **198,68** | **262,02** |
| Салат із бурячка з ароматною олією | **68** | **95** | 1,08 | 1,52 | 2,17 | 3,04 | 6,25 | 8,74 | **47,05** | **65,74** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Компот з фруктів | **120** | **160** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,23 | 16,30 | **49,70** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **16,32** | **20,98** | **23,93** | **30,7** | **65,60** | **84,36** | **537,40** | **690,18** |

**Підвечірок:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вареники з сиром | **81** | **108** | 12,78 | 16,93 | 4,47 | 5,59 | 16,69 | 22,15 | **161,37** | **211,02** |
| Соус сметанний | **34** | **58** | 0,50 | 0,87 | 1,81 | 3,09 | 1,98 | 3,54 | **26,37** | **45,77** |
| Сік фруктовий | **120** | **180** | 0,60 | 0,90 | - | - | 17,40 | 26,10 | **70,80** | **106,2** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **13,88** | **18,70** | **6,28** | **8,68** | **36,07** | **51,79** | **258,54** | **362,99** |
| **Всього за день:** |  |  | **35,96** | **47,87** | **39,02** | **49,24** | **134,34** | **175,53** | **1008,5** | **1329,77** |

**Середа І тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Шарлотка яблучна | **72** | **72** | 4,09 | 4,09 | 3,30 | 3,30 | 25,70 | 25,70 | **146,49** | **146,49** |
| Компот з сухофруктів | **100** | **100** | 0,23 | 0,23 | - | - | 10,5 | 10,5 | **39,05** | **39,05** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **4,32** | **4,32** | **3,30** | **3,30** | **36,20** | **36,20** | **185,54** | **185,54** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп овочевий зі сметаною | **150/4** | **200/5** | 1,32 | 1,74 | 2,99 | 3,74 | 7,71 | 10,27 | **61,49** | **79,79** |
| Макарон відварений з твердим сиром | **90/7** | **113/9** | 4,94 | 6,38 | 3,82 | 5,0 | 21,66 | 27,25 | **142,89** | **182,16** |
| Ромштекс | **60** | **81** | 15,34 | 20,04 | 18,12 | 23,67 | 0,27 | 0,35 | **280,28** | **366,17** |
| Салат з капусти з ароматною олією | **68** | **95** | 1,1 | 1,5 | 2,50 | 3,30 | 3,30 | 4,40 | **41,50** | **55,4** |
| Хліб пшеничний | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **25,04** | **32,08** | **30,07** | **38,43** | **55,08** | **68,49** | **647,09** | **820,94** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пухкий омлет | **100** | **100** | 11,16 | 11,16 | 10,06 | 10,06 | 6,23 | 6,23 | **159,74** | **159,74** |
| Помідора свіжа | **20** | **20** | 0,33 | 0,33 | 0,06 | 0,06 | 1,14 | 1,14 | **6,90** | **6,90** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Какао з молоком | **150** | **180** | 5,02 | 6,02 | 4,25 | 5,10 | 8,06 | 9,67 | **89,20** | **107,04** |
| Фрукти яблука | **60** | **80** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 8,32 | **27,00** | **36,00** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **18,85** | **19,93** | **17,01** | **17,94** | **31,66** | **35,26** | **353,94** | **380,78** |
| **Всього за день:** |  |  | **48,21** | **56,33** | **50,38** | **59,67** | **122,94** | **139,95** | **1186,57** | **1387,26** |

**Четвер І тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Гречана молочна каша | **100** | **125** | 2,67 | 3,34 | 2,48 | 3,10 | 9,92 | 12,40 | **67,05** | **83,81** |
| Хліб з маслом, сиром твердим | **10/5** | **15/8** | 3,30 | 5,10 | 3,90 | 6,20 | 9,90 | 9,90 | **89,00** | **118,00** |
| Чай з ромашки | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **6,21** | **8,76** | **6,62** | **9,62** | **32,06** | **38,62** | **205,79** | **268,13** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп болгарський зі сметаною | **150/4** | **200/5** | 1,66 | 2,22 | 2,54 | 3,48 | 11,01 | 14,62 | **72,94** | **97,88** |
| Рис розсипчастий з орегано | **82** | **103** | 2,54 | 3,19 | 1,96 | 2,47 | 20,91 | 25,95 | **113,12** | **140,38** |
| Соус ''Ароматна олія'' | **3** | **4** | - | - | 2,70 | 3,60 | - | - | **24,40** | **32,50** |
| Котлета рибна любительська | **59** | **88** | 10,20 | 14,73 | 1,77 | 2,60 | 21,84 | 28,25 | **81,21** | **116,36** |
| Салат з моркви та сиру | **68** | **95** | 3,05 | 3,10 | 4,87 | 6,80 | 5,35 | 7,48 | **76,26** | **106,55** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Компот з фруктів | **120** | **160** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,23 | 16,30 | **49,70** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **19,79** | **25,66** | **16,48** | **21,67** | **81,24** | **102,5** | **488,73** | **631,09** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Гратен ''Зебра'' | **122** | **155** | 15,06 | 19,14 | 10,82 | 13,95 | 15,87 | 19,84 | **222,25** | **283,03** |
| Сік фруктовий | **120** | **180** | 0,60 | 0,90 | - | - | 17,40 | 26,10 | **70,80** | **106,20** |
| Фрукти (груша) | **60** | **80** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 8,32 | **27,00** | **36,00** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **15,90** | **20,36** | **11,06** | **14,27** | **39,51** | **54,26** | **320,05** | **425,23** |
| **Всього за день:** |  |  | **41,90** | **54,78** | **34,16** | **45,56** | **152,81** | **195,38** | **1014,57** | **1324,45** |

**П'ятниця І тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рисова каша | **90** | **113** | 1,80 | 2,27 | 2,01 | 2,53 | 8,33 | 10,46 | 59,44 | **74,63** |
| Хліб пшеничний | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | 71,10 | **71,10** |
| Компот з фруктів | **120** | **160** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,23 | 16,30 | 49,70 | **66,32** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **4,14** | **4,69** | **4,65** | **5,25** | **34,53** | **36,66** | **180,24** | **212,05** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Борщ по-бахматськи | **150** | **200** | 1,94 | 2,59 | 2,24 | 2,82 | 9,62 | 12,83 | **63,30** | **82,95** |
| Банош | **80** | **100** | 3,20 | 4,0 | 2,64 | 3,30 | 22.0 | 27,50 | **128,96** | **161,20** |
| Курка по-італійськи | **36/10** | **48/12** | 9,70 | 12,90 | 3,30 | 4,30 | 3,20 | 4,30 | **83,0** | **109,0** |
| Яйце варене | **1** | **1** | 0,38 | 0,38 | 0,34 | 0,34 | 0,02 | 0,02 | **4,41** | **4,71** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Сік фруктовий | **120** | **180** | 0,60 | 0,90 | - | - | 17,40 | 26,10 | **70,80** | **106,20** |
| **Всього за обід:** |  |  | **17,92** | **22,87** | **10,92** | **13,16** | **62,14** | **80,65** | **421,57** | **535,16** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Оладки | **83** | **115** | 6,40 | 8,87 | 7,0 | 9,70 | 36,47 | 50,53 | **236,51** | **237,70** |
| Соус фруктовий (малиновий) | **45** | **61** | 0,18 | 0,24 | 0,14 | 0,18 | 4,55 | 6,16 | **18,90** | **25,62** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **6,82** | **9,43** | **7,38** | **10,2** | **53,26** | **73,01** | **305,15** | **239,64** |
| **Всього за день:** |  |  | **28,88** | **36,99** | **22,95** | **28,61** | **149,93** | **190,32** | **906,96** | **986,85** |

**Понеділок ІІ тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Млинчики з сиром кисломолочним | **83** | **115** | 12,10 | 17,10 | 10,16 | 13,65 | 13,10 | 18,04 | **193,96** | **264,33** |
| Соус фруктовий (млиновий) | **73** | **89** | 0,27 | 0,33 | 0,26 | 0,32 | 12,44 | 14,80 | **52,00** | **61,83** |
| Компот із сухофруктів | **100** | **100** | 0,23 | 0,23 | - | - | 10,5 | 10,5 | **39,05** | **30,05** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **12,60** | **17,66** | **10,42** | **13,97** | **36,04** | **43,34** | **285,01** | **356,21** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Борщ з картоплею зі сметаною | **150** | **200/7** | 1,26 | 1,87 | 2,59 | 4,97 | 10,19 | 13,93 | **66,68** | **104,61** |
| Банош по-гуцульськи з твердим сиром | **80/4** | **100/7** | 3,64 | 5,02 | 4,98 | 6,69 | 11,80 | 14,99 | **106,83** | **140,81** |
| Яйце варене | **1** | **1** | 0,38 | 0,38 | 0,34 | 0,34 | 0,02 | 0,02 | **4,41** | **4,71** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **7,62** | **9,69** | **10,55** | **14,72** | **44,15** | **55,16** | **298,76** | **387,55** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Зрази картопляні | **80** | **100** | 2,63 | 3,29 | 3,32 | 4,36 | 18,68 | 23,18 | **113,64** | **143,19** |
| Соус сметанний | **34** | **58** | 0,50 | 0,87 | 1,81 | 3,09 | 1,98 | 3,54 | **26,37** | **45,77** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Чай | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **5,47** | **6,58** | **7,77** | **10,17** | **42,80** | **52,94** | **280,85** | **326,38** |
| **Всього за день:** |  |  | **25,69** | **33,93** | **28,74** | **38,86** | **122,99** | **151,44** | **864,62** | **1070,14** |

**Вівторок ІІ тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Скрамбл | **100** | **100** | 11,16 | 11,16 | 10,06 | 10,06 | 6,23 | 6,23 | **159,74** | **159,74** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Чай (трав'яний) | **150** | **180** | - | - | - | - | 0,36 | 0,43 | **0,92** | **1,10** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **13,26** | **13,26** | **12,46** | **12,46** | **16,58** | **16,56** | **231,76** | **231,94** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп гороховий | **150** | **200** | 3,33 | 4,4 | 3,29 | 4,40 | 11,52 | 15,40 | **194,10** | **129,40** |
| Макарони відварені | **90** | **113** | 4,94 | 6,38 | 3,82 | 5,0 | 21,66 | 27,25 | **142,89** | **182,16** |
| Курка по-італійськи | **36/10** | **48/12** | 9,70 | 12,90 | 3,30 | 4,30 | 3,20 | 4,30 | **83,0** | **109,0** |
| Салат з капусти, огірків та помідорів | **68** | **95** | 0,97 | 1,36 | 2,26 | 3,16 | 3,23 | 4,52 | **40,31** | **56,69** |
| Хліб пшеничний | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Какао з молоком | **150** | **180** | 5,02 | 6,02 | 4,25 | 5,10 | 8,06 | 9,67 | **89,20** | **107,04** |
| **Всього за обід:** |  |  | **26,06** | **33,16** | **19,32** | **24,36** | **57,57** | **71,04** | **617,60** | **655,39** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Гратен ''Зебра'' | **122** | **155** | 15,06 | 19,14 | 10,82 | 13,95 | 15,87 | 19,84 | **222,25** | **283,03** |
| Сік фруктовий | **120** | **180** | 0,60 | 0,90 | - | - | 17,40 | 26,10 | **70,80** | **106,20** |
| Фрукти (груша) | **60** | **80** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 8,32 | **27,00** | **36,00** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **15,90** | **20,36** | **11,06** | **14,27** | **39,51** | **54,26** | **320,05** | **425,23** |
| **Всього за день:** |  |  | **55,22** | **66,78** | **42,84** | **51,09** | **113,66** | **141,86** | **1169,41** | **1312,56** |

**Середа ІІ тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Каша вівсяна в'язка з молоком | **101** | **127** | 2,22 | 2,77 | 2,67 | 3,34 | 10,53 | 13,16 | **73,82** | **92,28** |
| Хліб з маслом та твердим сиром | **10/5** | **15/8** | 3,30 | 5,10 | 3,90 | 6,20 | 9,90 | 9,90 | **89,00** | **118,00** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **5,76** | **8,19** | **8,81** | **9,86** | **32,67** | **39,38** | **212,56** | **276,60** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп-пюре з яйцем та фрикаделькою | **150/10** | **200/14** | 5,49 | 7,41 | 3,48 | 4,55 | 13,80 | 18,47 | **108,60** | **144,60** |
| Гречана каша | **82** | **103** | 4,22 | 5,27 | 2,55 | 3,19 | 21,11 | 26,38 | **124,98** | **156,23** |
| Салат з яєць та цибулі | **68** | **95** | 5,80 | 7,87 | 5,30 | 7,28 | 5,20 | 7,47 | **95,73** | **127,84** |
| Нагетси курячі | **56** | **75** | 11,96 | 15,99 | 4,16 | 5,36 | 12,10 | 16,50 | **136,47** | **181,95** |
| Соус сметанний з цибулею | **55** | **74** | 21,06 | 28,33 | 11,17 | 15,02 | 5,0 | 6,72 | **53,34** | **50,07** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| **Всього за обід:** |  |  | **50,63** | **66,97** | **29,06** | **37,80** | **67,11** | **85,44** | **590,22** | **731,79** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Оладки | **83** | **115** | 6,40 | 8,87 | 7,0 | 9,70 | 36,47 | 50,53 | **236,51** | **237,70** |
| Соус фруктовий (малиновий) | **45** | **61** | 0,18 | 0,24 | 0,14 | 0,18 | 4,55 | 6,16 | **18,90** | **25,62** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **6,82** | **9,43** | **7,38** | **10,20** | **53,26** | **73,01** | **305,15** | **239,64** |
| **Всього за день:** |  |  | **63,21** | **84,59** | **45,25** | **57,86** | **153,04** | **197,83** | **1107,93** | **1248,03** |

**Четвер ІІ тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Шарлотка яблучна | **72** | **72** | 4,09 | 4,09 | 3,30 | 3,30 | 25,70 | 25,70 | **146,49** | **146,49** |
| Компот з сухофруктів | **100** | **100** | 0,23 | 0,23 | - | - | 10,5 | 10,5 | **39,05** | **39,05** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **4,32** | **4,32** | **3,30** | **3,30** | **36,20** | **36,20** | **185,54** | **185,54** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп овочевий зі сметаною | **150/4** | **200/5** | 1,32 | 1,74 | 2,99 | 3,74 | 7,71 | 10,27 | **61,49** | **79,79** |
| Картопля тушкована з цибулею та томатом | **100** | **113** | 2,46 | 2,81 | 3,49 | 4,04 | 19,69 | 22,38 | **118,56** | **135,45** |
| Котлета рублена з курятини | **58** | **77** | 10,80 | 14,46 | 3,58 | 4,62 | 8,23 | 11,24 | **110,74** | **147,55** |
| Салат з томатів та маринованої цибулі | **68** | **95** | 0,50 | 0,87 | 2,20 | 3,18 | 4,30 | 6,19 | **41,83** | **56,39** |
| Хліб пшеничний | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **17,42** | **22,30** | **14,90** | **18,30** | **62,07** | **76,30** | **453,46** | **556,60** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пухкий омлет | **100** | **100** | 11,16 | 11,16 | 10,06 | 10,06 | 6,23 | 6,23 | **159,74** | **159,74** |
| Помідора свіжа | **20** | **20** | 0,33 | 0,33 | 0,06 | 0,06 | 1,14 | 1,14 | **6,90** | **6,90** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Какао з молоком | **150** | **180** | 5,02 | 6,02 | 4,25 | 5,10 | 8,06 | 9,67 | **89,20** | **107,04** |
| Фрукти яблука | **60** | **80** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 8,32 | **27,00** | **36,00** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **18,85** | **19,93** | **17,01** | **17,94** | **31,66** | **35,26** | **353,94** | **380,78** |
| **Всього за день:** |  |  | **40,59** | **46,55** | **53,21** | **39,54** | **129,93** | **147,76** | **992,94** | **1122,92** |

**П'ятниця ІІ тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Запіканка вермішелево-сирна | **116** | **145** | 18,66 | 22,99 | 15,57 | 14,37 | 16,29 | 17,99 | **246,93** | **297,01** |
| Соус яблучний | **11** | **13,50** | 0,26 | 0,32 | 0,26 | 0,32 | 12,44 | 12,30 | 52,0 | **61,83** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| Фрукти (банани) | **60** | **80** | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | **53,40** | **71,20** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **20,06** | **24,84** | **16,13** | **15,09** | **54,05** | **64,05** | **402,07** | **496,36** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп картопляний з макаронними виробами | **150** | **200** | 1,72 | 2,29 | 1,34 | 1,79 | 13,08 | 17,45 | **70,64** | **94,18** |
| Рис розсипчастий | **82** | **103** | 2,54 | 3,19 | 1,96 | 2,47 | 20,91 | 25,95 | **113,12** | **140,38** |
| Соус ''Ароматна олія'' | **3** | **4** | - | - | 2,70 | 3,60 | - | - | **24,40** | **32,50** |
| Котлета рибна любительська | **59** | **88** | 10,20 | 14,73 | 1,77 | 2,60 | 21,84 | 28,25 | **81,21** | **116,36** |
| Салат з капусти та моркви | **68** | **95** | 2,57 | 3,39 | 3,11 | 4,23 | 4,35 | 6,07 | **53,58** | **72,89** |
| Хліб пшеничний | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Компот з фруктів | **120** | **160** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,23 | 16,30 | **49,70** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **19,37** | **26,02** | **13,52** | **17,41** | **82,31** | **103,92** | **463,73** | **593,73** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Рисова каша | **90** | **113** | 1,80 | 2,27 | 2,01 | 2,53 | 8,33 | 10,46 | 59,44 | **74,63** |
| Хліб пшеничний | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | 71,10 | **71,10** |
| Компот з фруктів | **120** | **160** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,23 | 16,30 | 49,70 | **66,32** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **4,14** | **4,69** | **4,65** | **5,25** | **34,53** | **36,66** | **180,24** | **212,05** |
| **Всього за день:** |  |  | **43,57** | **55,55** | **34,30** | **37,75** | **170,89** | **204,63** | **1046,04** | **1302,14** |

**Понеділок ІІІ тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Гратен ''Зебра'' | **122** | **155** | 15,06 | 19,14 | 10,82 | 13,95 | 15,87 | 19,84 | **222,25** | **283,03** |
| Какао з молоком | **150** | **180** | 5,02 | 6,02 | 4,25 | 5,10 | 8,06 | 9,67 | **89,20** | **107,04** |
| Фрукти (груша) | **60** | **80** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 8,32 | **27,00** | **36,00** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **20,32** | **25,48** | **15,31** | **19,37** | **30,17** | **37,83** | **338,45** | **426,07** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Борщ український | **150** | **200** | 2,13 | 2,75 | 2,51 | 3,14 | 10,03 | 13,13 | **68,85** | **88,75** |
| Банош по-гуцульськи з твердим сиром | **80/4** | **100/7** | 3,64 | 5,02 | 4,98 | 6,69 | 11,80 | 14,99 | **106,83** | **140,81** |
| Яйце варене | **1** | **1** | 0,38 | 0,38 | 0,34 | 0,34 | 0,02 | 0,02 | **4,41** | **4,71** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **8,49** | **10,57** | **10,47** | **12,89** | **43,99** | **54,36** | **300,93** | **371,69** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Скрамбл | **100** | **100** | 11,16 | 11,16 | 10,06 | 10,06 | 6,23 | 6,23 | **159,74** | **159,74** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Сік фруктовий | **120** | **180** | 0,60 | 0,90 | - | - | 17,40 | 26,10 | **70,80** | **106,20** |
| Фрукти свіжі | **60** | **80** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 8,32 | **27,00** | **36,00** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **14,10** | **14,48** | **12,70** | **12,78** | **39,77** | **50,55** | **328,64** | **373,04** |
| **Всього за день:** |  |  | **42,91** | **50,53** | **38,48** | **45,04** | **113,93** | **142,74** | **968,02** | **1170,80** |

**Вівторок ІІІ тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пухкий омлет | **100** | **100** | 11,16 | 11,16 | 10,06 | 10,06 | 6,23 | 6,23 | **159,74** | **159,74** |
| Помідора свіжа | **20** | **20** | 0,33 | 0,33 | 0,06 | 0,06 | 1,14 | 1,14 | **6,90** | **6,90** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Какао з молоком | **150** | **180** | 5,02 | 6,02 | 4,25 | 5,10 | 8,06 | 9,67 | **89,20** | **107,04** |
| Фрукти яблука | **60** | **80** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 8,32 | **27,00** | **36,00** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **18,85** | **19,93** | **17,01** | **17,94** | **31,66** | **35,26** | **353,94** | **380,78** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп болгарський зі сметаною | **150/4** | **200/5** | 1,66 | 2,22 | 2,54 | 3,48 | 11,01 | 14,62 | **72,94** | **97,88** |
| Плов зі свинним м'ясом | **100** | **120** | 2,74 | 3,45 | 3,62 | 4,94 | 31,06 | 37,29 | **184,14** | **206,73** |
| Салат зі свіжих огірків та томатів | **57** | **75** | 0,54 | 0,72 | 5,80 | 7,57 | 1,77 | 2,40 | **61,41** | **82,95** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **7,28** | **8,81** | **14,60** | **18,71** | **65,98** | **80,53** | **439,33** | **524,98** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Млинчики з сиром кисломолочним | **83** | **115** | 12,10 | 17,10 | 10,16 | 13,65 | 13,10 | 18,04 | **193,96** | **264,33** |
| Соус фруктовий (млиновий) | **73** | **89** | 0,27 | 0,33 | 0,26 | 0,32 | 12,44 | 14,80 | **52,00** | **61,83** |
| Компот із сухофруктів | **100** | **100** | 0,23 | 0,23 | - | - | 10,5 | 10,5 | **39,05** | **30,05** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **12,60** | **17,66** | **10,42** | **13,97** | **36,04** | **43,34** | **285,01** | **356,21** |
| **Всього за день:** |  |  | **38,73** | **46,40** | **42,03** | **50,62** | **133,68** | **159,13** | **1078,28** | **1261,97** |

**Середа ІІІ тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Гречана молочна каша | **100** | **125** | 2,67 | 3,34 | 2,48 | 3,10 | 9,92 | 12,40 | **67,05** | **83,81** |
| Хліб з маслом, сиром твердим | **10/5** | **15/8** | 3,30 | 5,10 | 3,90 | 6,20 | 9,90 | 9,90 | **89,00** | **118,00** |
| Чай з ромашки | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **6,21** | **8,76** | **6,62** | **9,62** | **32,06** | **38,62** | **205,79** | **268,13** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп з фрикаделькою | **150/11** | **200/17** | 8,15 | 11,45 | 2,71 | 4,04 | 13,01 | 17,41 | **114,53** | **159,08** |
| Вареники з картоплею | **81** | **108** | 12,78 | 16,93 | 4,47 | 5,59 | 16,69 | 22,15 | **161,37** | **211,02** |
| Соус сметанний | **34** | **58** | 0,50 | 0,87 | 1,81 | 3,09 | 1,98 | 3,54 | **26,37** | **45,77** |
| Сік фруктовий | **120** | **180** | 0,60 | 0,90 | - | - | 17,40 | 26,10 | **70,80** | **106,2** |
| **Всього за обід:** |  |  | **13,88** | **18,70** | **6,28** | **8,68** | **36,07** | **51,79** | **258,54** | **362,99** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Зрази картопляні | **80** | **100** | 2,63 | 3,29 | 3,32 | 4,36 | 18,68 | 23,18 | **113,64** | **143,19** |
| Соус сметанний | **34** | **58** | 0,50 | 0,87 | 1,81 | 3,09 | 1,98 | 3,54 | **26,37** | **45,77** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Компот із сухофруктів | **100** | **100** | 0,23 | 0,23 |  |  | 10,50 | 10,50 | **39,05** | **39,05** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **5,46** | **6,49** | **7,53** | **9,85** | **41,06** | **47,12** | **250,16** | **299,11** |
| **Всього за день:** |  |  | **25,55** | **33,95** | **20,43** | **28,15** | **109,19** | **137,53** | **714,49** | **930,23** |

**Четвер ІІІ тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Запіканка вермішелево-сирна | **116** | **145** | 18,66 | 22,99 | 15,57 | 14,37 | 16,29 | 17,99 | **246,93** | **297,01** |
| Соус яблучний | **11** | **13,50** | 0,26 | 0,32 | 0,26 | 0,32 | 12,44 | 12,30 | 52,0 | **61,83** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| Фрукти (банани) | **60** | **80** | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | **53,40** | **71,20** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **20,06** | **24,84** | **16,13** | **15,09** | **54,05** | **64,05** | **402,07** | **496,36** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Борщ по-бахматськи | **150** | **200** | 1,94 | 2,59 | 2,24 | 2,82 | 9,62 | 12,83 | **63,30** | **82,95** |
| Каша гречана розсипчаста | **82** | **103** | 4,22 | 5,27 | 2,55 | 3,19 | 21,11 | 26,38 | **124,98** | **156,23** |
| Соус сметанний з цибулею | **55** | **74** | 21,06 | 28,33 | 11,17 | 15,02 | 5,0 | 6,72 | **53,34** | **50,07** |
| Курячий биток | **58** | **77** | 10,61 | 14,15 | 2,37 | 3,00 | 4,96 | 6,61 | **85,64** | **112,70** |
| Салат зі свіжих овочів | **57** | **75** | 0,54 | 0,72 | 5,80 | 7,57 | 1,77 | 2,40 | **61,41** | **82,95** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Компот з фруктів | **120** | **160** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,23 | 16,30 | **49,70** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **40,71** | **53,48** | **26,77** | **34,32** | **64,59** | **81,14** | **509,47** | **622,32** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вареники з сиром | **81** | **108** | 12,78 | 16,93 | 4,47 | 5,59 | 16,69 | 22,15 | **161,37** | **211,02** |
| Соус сметанний | **34** | **58** | 0,50 | 0,87 | 1,81 | 3,09 | 1,98 | 3,54 | **26,37** | **45,77** |
| Сік фруктовий | **120** | **180** | 0,60 | 0,90 | - | - | 17,40 | 26,10 | **70,80** | **106,2** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **13,88** | **18,70** | **6,28** | **8,68** | **36,07** | **51,79** | **258,54** | **362,99** |
| **Всього за день:** |  |  | **74,65** | **97,02** | **49,18** | **58,09** | **154,71** | **196,98** | **1170,08** | **1481,67** |

**П'ятниця ІІІ тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Каша вівсяна в'язка з молоком | **101** | **127** | 2,22 | 2,77 | 2,67 | 3,34 | 10,53 | 13,16 | **73,82** | **92,28** |
| Хліб з маслом та твердим сиром | **10/5** | **15/8** | 3,30 | 5,10 | 3,90 | 6,20 | 9,90 | 9,90 | **89,00** | **118,00** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **5,76** | **8,19** | **8,81** | **9,86** | **32,67** | **39,38** | **212,56** | **276,60** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Суп гороховий** | **150** | **200** | 3,33 | 4,40 | 3,29 | 4,40 | 11,52 | 15,40 | **194,10** | **129,40** |
| Картопляне пюре | **91** | **114** | 2,01 | 2,51 | 2,12 | 2,65 | 14,53 | 18,16 | **84,50** | **105,63** |
| Соус томатний | **34** | **58** | 0,40 | 0,69 | - | - | 4,08 | 6,96 | **17,52** | **30,62** |
| Шніцель зі свинини | **60** | **81** | 8,36 | 11,09 | 14,49 | 19,15 | 8,58 | 11,17 | **198,68** | **262,02** |
| Салат із бурячка з ароматною олією | **68** | **95** | 1,08 | 1,52 | 2,17 | 3,04 | 6,25 | 8,74 | **47,05** | **65,74** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Компот з фруктів | **120** | **160** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,23 | 16,30 | **49,70** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **17,52** | **22,63** | **24,71** | **31,96** | **67,09** | **86,63** | **662,65** | **730,83** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Сирна запіканка | **116** | **145** | 18,66 | 22,99 | 11,57 | 14,37 | 16,29 | 17,99 | **246,93** | **297,01** |
| Хліб з маслом та твердим сиром | **10/5** | **15/8** | 3,30 | 5,10 | 3,90 | 6,20 | 9,90 | 9,90 | **89,00** | **118,00** |
| Сік фруктовий | **120** | **180** | 0,60 | 0,90 | - | - | 17,40 | 26,10 | **70,80** | **106,20** |
| Фрукти свіжі (банани) | **60** | **80** | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | **53,40** | **71,20** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **22,80** | **29,31** | **15,71** | **20,89** | **49,83** | **62,31** | **433,73** | **557,21** |
| **Всього за день:** |  |  | **46,08** | **60,13** | **49,23** | **62,71** | **149,59** | **188,32** | **1308,94** | **1564,64** |

**Понеділок ІV тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Млинчики з сиром кисломолочним | **83** | **115** | 12,10 | 17,10 | 10,16 | 13,65 | 13,10 | 18,04 | **193,96** | **264,33** |
| Соус фруктовий (млиновий) | **73** | **89** | 0,27 | 0,33 | 0,26 | 0,32 | 12,44 | 14,80 | **52,00** | **61,83** |
| Компот із сухофруктів | **100** | **100** | 0,23 | 0,23 | - | - | 10,5 | 10,5 | **39,05** | **30,05** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **12,60** | **17,66** | **10,42** | **13,97** | **36,04** | **43,34** | **285,01** | **356,21** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп картопляний з макаронними виробами | **150** | **200** | 1,72 | 2,29 | 1,34 | 1,79 | 13,08 | 17,45 | **70,64** | **94,18** |
| Гречана каша | **82** | **103** | 4,22 | 5,27 | 2,55 | 3,19 | 21,11 | 26,38 | **124,98** | **156,23** |
| Соус сметанний | **34** | **58** | 0,50 | 0,87 | 1,81 | 3,09 | 1,98 | 3,54 | **26,37** | **45,77** |
| Котлета м'ясна зі свинна | **60** | **81** | 8,36 | 11,09 | 14,49 | 19,15 | 8,58 | 11,17 | **198,68** | **262,02** |
| Салат зі свіжих овочів | **57** | **75** | 0,54 | 0,72 | 5,80 | 7,57 | 1,77 | 2,40 | **61,41** | **82,95** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Компот з фруктів | **120** | **160** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,23 | 16,30 | **49,70** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **17,68** | **22,66** | **28,63** | **37,51** | **68,65** | **87,14** | **602,88** | **778,57** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Зрази картопляні | **80** | **100** | 2,63 | 3,29 | 3,32 | 4,36 | 18,68 | 23,18 | **113,64** | **143,19** |
| Соус сметанний | **34** | **58** | 0,50 | 0,87 | 1,81 | 3,09 | 1,98 | 3,54 | **26,37** | **45,77** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Чай | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| Фрукти (яблука) | **60** | **80** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 8,32 | **27,00** | **36,00** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **5,71** | **6,90** | **8,01** | **10,49** | **49,04** | **61,26** | **307,85** | **362,38** |
| **Всього за день:** |  |  | **35,99** | **47,22** | **47,06** | **61,97** | **153,73** | **191,74** | **1195,74** | **1497,16** |

**Вівторок ІV тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Скрамбл | **100** | **100** | 11,16 | 11,16 | 10,06 | 10,06 | 6,23 | 6,23 | **159,74** | **159,74** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Чай (трав'яний) | **150** | **180** | - | - | - | - | 0,36 | 0,43 | **0,92** | **1,10** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **13,26** | **13,26** | **12,46** | **12,46** | **16,58** | **16,56** | **231,76** | **231,94** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп з фрикаделькою | **150/11** | **200/17** | 8,15 | 11,45 | 2,71 | 4,04 | 13,01 | 17,41 | **114,53** | **159,08** |
| Кнелі з курятини з рисом в сметанно-томатному соусі | **47/32** | **63/56** | 10,35 | 14,06 | 4,67 | 6,81 | 6,01 | 9,15 | **109,86** | **157,41** |
| Салат з томатами та маринованою цибулькою | **68** | **95** | 0,50 | 0,87 | 2,20 | 3,18 | 4,30 | 6,19 | **41,83** | **56,39** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Какао | **150** | **180** | 5,02 | 6,02 | 4,25 | 5,10 | 8,06 | 9,67 | **89,20** | **107,04** |
| **Всього за обід:** |  |  | **26,12** | **34,50** | **16,23** | **21,53** | **41,28** | **52,32** | **425,52** | **551,02** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Гратен ''Зебра'' | **122** | **155** | 15,06 | 19,14 | 10,82 | 13,95 | 15,87 | 19,84 | **222,25** | **283,03** |
| Сік фруктовий | **120** | **180** | 0,60 | 0,90 | - | - | 17,40 | 26,10 | **70,80** | **106,20** |
| Фрукти (банани) | **60** | **80** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 8,32 | **27,00** | **36,00** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **15,90** | **20,36** | **11,06** | **14,27** | **39,51** | **54,26** | **320,05** | **425,23** |
| **Всього за день:** |  |  | **55,28** | **68,12** | **39,75** | **48,26** | **97,37** | **123,14** | **977,33** | **850,46** |

**Середа ІV тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Каша вівсяна в'язка з молоком | **101** | **127** | 2,22 | 2,77 | 2,67 | 3,34 | 10,53 | 13,16 | **73,82** | **92,28** |
| Хліб з маслом та твердим сиром | **10/5** | **15/8** | 3,30 | 5,10 | 3,90 | 6,20 | 9,90 | 9,90 | **89,00** | **118,00** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **5,76** | **8,19** | **8,81** | **9,86** | **32,67** | **39,38** | **212,56** | **276,60** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Борщ по-бахматськи | **150** | **200** | 1,94 | 2,59 | 2,24 | 2,82 | 9,62 | 12,83 | **63,30** | **82,95** |
| Картопляне пюре | **91** | **114** | 2,01 | 2,51 | 2,12 | 2,65 | 14,53 | 18,16 | **84,50** | **105,63** |
| Курячий биточок | **58** | **77** | 10,61 | 14,15 | 2,37 | 3,00 | 4,96 | 6,61 | **85,64** | **112,70** |
| Соус томатний | **34** | **58** | 0,40 | 0,69 | - | - | 4,08 | 6,96 | **17,52** | **30,62** |
| Салат з бурячка з ароматною олією | **68** | **95** | 1,08 | 1,52 | 2,17 | 3,04 | 6,25 | 8,74 | **47,05** | **65,74** |
| Хліб пшеничний | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Компот із сухофруктів | **100** | **100** | 0,23 | 0,23 | - | - | 10,50 | 10,5 | **39,05** | **30,05** |
| **Всього за обід:** |  |  | **18,37** | **23,79** | **11,30** | **13,91** | **59,84** | **73,70** | **408,16** | **498,79** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Оладки | **83** | **115** | 6,40 | 8,87 | 7,0 | 9,70 | 36,47 | 50,53 | **236,51** | **237,70** |
| Соус фруктовий (малиновий) | **45** | **61** | 0,18 | 0,24 | 0,14 | 0,18 | 4,55 | 6,16 | **18,90** | **25,62** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **6,82** | **9,43** | **7,38** | **10,20** | **53,26** | **73,01** | **305,15** | **239,64** |
| **Всього за день:** |  |  | **30,95** | **41,41** | **27,49** | **33,97** | **145,77** | **186,09** | **925,87** | **1015,03** |

**Четвер ІV тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Шарлотка яблучна | **72** | **72** | 4,09 | 4,09 | 3,30 | 3,30 | 25,70 | 25,70 | **146,49** | **146,49** |
| Компот з сухофруктів | **100** | **100** | 0,23 | 0,23 | - | - | 10,5 | 10,5 | **39,05** | **39,05** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **4,32** | **4,32** | **3,30** | **3,30** | **36,20** | **36,20** | **185,54** | **185,54** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп гороховий | **150** | **200** | 3,33 | 4,40 | 3,29 | 4,40 | 11,52 | 15,40 | **194,10** | **129,4** |
| Макарон відварений | **90** | **113** | 4,94 | 6,38 | 3,82 | 5,0 | 21,66 | 27,25 | **142,89** | **182,16** |
| Курка тушкована в сметанному соусі | **30/9** | **40/12** | 14,23 | 18,99 | 5,67 | 7,54 | 0,30 | 0,42 | **113,43** | **151,16** |
| Салат з капусти, огірків та помідорів | **68** | **95** | 0,97 | 1,36 | 2,26 | 3,16 | 3,23 | 4,52 | **40,31** | **56,69** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| **Всього за обід:** |  |  | **25,81** | **33,55** | **17,68** | **22,82** | **58,85** | **73,81** | **611,57** | **659,33** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Пухкий омлет | **100** | **100** | 11,16 | 11,16 | 10,06 | 10,06 | 6,23 | 6,23 | **159,74** | **159,74** |
| Помідора свіжа | **20** | **20** | 0,33 | 0,33 | 0,06 | 0,06 | 1,14 | 1,14 | **6,90** | **6,90** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Какао з молоком | **150** | **180** | 5,02 | 6,02 | 4,25 | 5,10 | 8,06 | 9,67 | **89,20** | **107,04** |
| Фрукти яблука | **60** | **80** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 6,24 | 8,32 | **27,00** | **36,00** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **18,85** | **19,93** | **17,01** | **17,94** | **31,66** | **35,26** | **353,94** | **380,78** |
| **Всього за день:** |  |  | **48,98** | **57,80** | **37,99** | **44,06** | **126,71** | **145,27** | **1151,05** | **1225,65** |

**П'ятниця ІV тиждень**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Найменування продуктів** | **Вихід страви** | | **Хімічний склад** | | | | | | | |
| **Білки** | | **Жири** | | **Вуглеводи** | | **Енергетична цінність** | |
|  | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки | Вік 3-4 роки | Вік 4–6  (7) роки |

**Сніданок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Запіканка вермішелево-сирна | **116** | **145** | 18,66 | 22,99 | 15,57 | 14,37 | 16,29 | 17,99 | **246,93** | **297,01** |
| Соус яблучний | **11** | **13,50** | 0,26 | 0,32 | 0,26 | 0,32 | 12,44 | 12,30 | 52,0 | **61,83** |
| Чай трав'яний | **150** | **180** | 0,24 | 0,32 | 0,24 | 0,32 | 12,24 | 16,32 | **49,74** | **66,32** |
| Фрукти (банани) | **60** | **80** | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | **53,40** | **71,20** |
| **Всього за сніданок:** |  |  | **20,06** | **24,84** | **16,13** | **15,09** | **54,05** | **64,05** | **402,07** | **496,36** |

**Обід**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Суп овочевий зі сметаною | **150/4** | **200/5** | 1,32 | 1,74 | 2,99 | 3,74 | 7,71 | 10,27 | **61,49** | **79,79** |
| Плов зі свинним м'ясом | **100** | **120** | 2,74 | 3,45 | 3,62 | 4,94 | 31,06 | 37,29 | **184,14** | **206,73** |
| Салат зі свіжих огірків та томатів | **57** | **75** | 0,54 | 0,72 | 5,80 | 7,57 | 1,77 | 2,40 | **61,41** | **82,95** |
| Хліб цільнозерновий | **15** | **15** | 2,10 | 2,10 | 2,40 | 2,40 | 9,90 | 9,90 | **71,10** | **71,10** |
| Компот з сухофруктів | **100** | **100** | 0,23 | 0,23 | - | - | 10,5 | 10,5 | **39,05** | **39,05** |
| **Всього за обід:** |  |  | **6,93** | **8,24** | **14,81** | **18,65** | **60,94** | **70,36** | **417,19** | **479,62** |

**Підвечірок**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Млинчики з сиром кисломолочним | **83** | **115** | 12,10 | 17,10 | 10,16 | 13,65 | 13,10 | 18,04 | **193,96** | **264,33** |
| Соус фруктовий (малиновий) | **73** | **89** | 0,27 | 0,33 | 0,26 | 0,32 | 12,44 | 14,80 | **52,00** | **61,83** |
| Сік фруктовий | **120** | **180** | 0,60 | 0,90 | - | - | 17,40 | 26,10 | **70,80** | **106,20** |
| **Всього за підвечірок:** |  |  | **12,97** | **18,33** | **10,42** | **13,97** | **42,94** | **58,94** | **316,76** | **432,36** |
| **Всього за день:** |  |  | **39,96** | **51,41** | **41,36** | **47,71** | **157,93** | **193,35** | **1136,02** | **1408,34** |

**ПОГОДЖУЮ: ЗАТВЕРДЖУЮ:**

**т.в.о. Начальник Снятинського т.в.о. Директора**

**відділу Коломийського району Прутівського ліцею**

**управління ГУДПСС в імені Володимира Самійленка**

**Івано-Франківській області \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О. Бєлова**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Р. Драганюк**

**Примірне**

**Чотиритижневе осіннє меню**

**Прутівського ліцею Імені Володимира Самійленка**

**(дошкільний підрозділ)**

**Снятинської міської ради**

**Коломийського району**

**Івано-Франківської області**

згідно до постанови Кабінету Міністрів України від 24.03.2021р. №305 ''Про затвердження норм та Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку''