

	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11р.				
		Вихід, г	523-630	18-21	17-21	73-88
	1-й тиждень		Енерго- цінність,ккал	Білки,г	Жири,г	Вуглеводи,г
1	2	3	4	5	6	7
Понеділок						
	Каша ячна (розсипчаста)	120	151,92	4,84	3,32	25,24
	Курячі нагетси	70	148,5	13,10	6,90	11,30
	Салат з моркви	75	74,25	0,74	3,61	9,71
	Хліб житній	30	68,00	1,00	0,21	15,00
	Компот з свіжих фруктів	180	39,60	0,50	0,00	8,90
	Виноград	100	52,40	0,40	0,40	11,80
	Всього:	500	534,67	20,58	14,44	81,95
Вівторок						
	Бульйон курячий з вермішелью	150	179,4	8,55	8,25	18
	Млинці з курячим м'ясом	100	148,5	13,7	6,90	11,30
	Сік пастеризований	150	98,70	1,20	0,00	22,50
	Хліб житній	30	68,00	1,00	0,21	15,00
	Всього:	430	494,6	24,45	15,36	66,8
Середа						
	Відварена картопля з вершковим маслом	120	151,40	2,20	7,50	18,80
	Курячий шніцель	70	148,50	13,1	6,90	11,3
	Салат з капусти	75	70,80	2,20	4,90	3,90
	Компот з свіжих фруктів	180	39,60	0,50	0,00	8,90
	Хліб житній	30	68,00	1,00	0,21	15,00
	Всього:	475	478,30	19	19,51	57,90
Четвер						
	Рис розсипчастий	120	190,80	3,24	3,28	31,08
	Рибні стіки смажені	70	112,2	10,8	1,9	15,2
	Огірок свіжий	50	35,20	1,00	3,10	2,70
	Чай з малини	180	1,10	0,00	0,00	0,43
	Хліб житній	30	68,00	1,00	0,21	15,00
	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80
	Всього:	550	459,70	16,44	8,89	76,21
П'ятниця						
	Вареники з солодким сиром	180	320,17	6,8	8,23	53,5
	Сметанный соус	10	20,60	0,30	2	0,30
	Йогурт	125	86,00	4,00	3,00	10,00
	Груша	50	52,40	0,40	0,40	11,80
	Всього:	315	479,17	11,5	13,63	75,6