ПОГОДЖЕНО ЗАТВЕРДЖЕНО

т.в.о. Начальника Директор ТЗДО №25
 Тернопільського Наталя Немировська

районного управління \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Головного управління

Держпродспоживслужби

в Тернопільській області

Микола Луцик

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ПРИМІРНЕ ЧОТИРЬОХТИЖНЕВЄ МЕНЮ**

**НА ВЕСНЯНИЙ ПЕРІОД -2025 РОКУ**

**Тернопільського закладу дошкільної освіти (ясла-садок) № 25**

|  |
| --- |
| Понеділок І тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Макарони з вершковим маслом та твердим сиром | 90/7/5 | 113/9/5 | 4,94 | 6,38 | 3,82 | 5,0 | 21,66 | 27,25 | 142,89 | 182,16 |
| Кури тушковані по італійськи подвійної термічної обробки | 40/9 | 60/12 | 14,23 | 18,99 | 5,67 | 7,54 | 0,30 | 0,42 | 113,43 | 151,16 |
| Бурякова ікра | 60 | 80 | 1,2 | 1,8 | 1,8 | 2,3 | 6,0 | 8,0 | 40 | 54 |
| Чай з лимоном | 150/5 | 180/7 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Батон цільнозерновий з твердим сиром  | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 22,47 | 29,27 | 13,69 | 17,24 | 37,86 | 45,57 | 367,32 | 458,32 |
| обід |
| Борщ український | 180 | 250 | 1,68 | 2,29 | 2,36 | 3,45 | 12,09 | 15,81 | 71,18 | 101,83 |
| Каша гречана з вершковим маслом | 82 | 103 | 4,22 | 5,27 | 2,55 | 3,19 | 21,11 | 26,38 | 124,98 | 156,23 |
| Рибний шніцель подвійної термічної обробки | 46 | 69 | 9,2 | 13,5 | 4,6 | 6,2 | 4,8 | 6,7 | 98 | 137 |
| Салат із свіжої капусти, моркви з олією | 50 | 70 | 0,7 | 1,0 | 1,6 | 2,1 | 2,4 | 3,3 | 25 | 33 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Компот з свіжих фруктів | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| Свіжі фрукти - яблуко | 60 | 80 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 9,36 | 12,48 | 39 | 52 |
| **Всього за обід** |  |  | 18,8 | 25,36 | 13,69 | 17,58 | 71,89 | 90,87 | 477,7 | 615,78 |
| вечеря |
| Сиркова-манний пудинг «Гранет Зебра» з фруктовим соусом подвійної термічної обробки  | 122 | 155 | 15,06 | 19,14 | 10,82 | 13,95 | 15,87 | 19,84 | 222,25 | 283,03 |
| Салат морквяно-яблучний подвійної термічної обробки | 90 | 120 | 2,45 | 3,19 | 4,22 | 5,37 | 10,17 | 13,43 | 84,87 | 109,98 |
| Какао на молоці | 165 | 180 | 5,86 | 6,41 | 5,00 | 5,46 | 9,47 | 10,35 | 104,80 | 114,50 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 23,37 | 28,74 | 20,04 | 24,78 | 35,51 | 43,62 | 411,92 | 507,51 |

|  |
| --- |
| Вівторок І тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Молочно-рисова каша | 180 | 220 | 5,24 | 6,61 | 5,2 | 6,59 | 16,7 | 20,57 | 133,46 | 170,93 |
| Яйце варене на круто | 20 | 40 | 3,8 | 5,08 | 3,5 | 4,60 | 0,2 | 0,28 | 47 | 62,80 |
| Батон цільнозерновий з маслом | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Чай з лимоном | 150/5 | 180/7 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Фрукти свіжі - банан | 60 | 80 | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | 53,4 | 71,2 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 11,55 | 14,3 | 11,1 | 13,59 | 46,05 | 50,89 | 342,05 | 418,08 |
| обід |
| Суп український з галушками | 150/15 | 200/20 | 1,79 | 2,37 | 2,83 | 3,44 | 12,36 | 16,36 | 81,52 | 105,13 |
| Каша пшенична з смаженою цибулею | 100 | 120 | 2,46 | 3,08 | 2,44 | 3,23 | 15,09 | 18,87 | 92,22 | 116,94 |
| Болоньєзе подвійної термічної обробки | 65 | 87 | 6,95 | 9,27 | 14,24 | 18,82 | 3,25 | 4,18 | 168,17 | 222,21 |
| Бурякова ікра | 60 | 80 | 1,2 | 1,8 | 1,8 | 2,3 | 6,0 | 8,0 | 40 | 54 |
| Компот з сухофруктів | 116 | 140 | 0,26 | 0,32 | - | - | 16,01 | 19,08 | 60,73 | 72,38 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Свіжі фрукти - яблуко | 60 | 80 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0,2 | 3,1 | 4,2 | 14 | 18 |
| **Всього за обід** |  |  | 14,06 | 17,84 | 24,01 | 28,19 | 61,81 | 74,59 | 514,64 | 613,66 |
| вечеря |
| Каша булгур з маслом | 80 | 100 | 4,12 | 5,15 | 7,3 | 9,13 | 10,19 | 12,74 | 120,44 | 150,55 |
| Капуста тушкована з курячим м’ясом подвійної термічної обробки | 80 | 120 | 2,08 | 3,14 | 4,12 | 6,17 | 7,91 | 12,88 | 97,33 | 101,12 |
| Напій фруктовий | 120 | 180 | 0,48 | 0,72 | - | - | - | - | - | - |
| **Всього за вечерю** |  |  | 7,3 | 9,47 | 8,8 | 11,13 | 12,09 | 15,34 | 150,44 | 191,55 |

|  |
| --- |
| Середа І тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Молочно-вівсяна каша  | 180 | 220 | 4,83 | 7,62 | 4,81 | 8,28 | 16,47 | 23,87 | 148,38 | 197,3 |
| Буряк тушкований з чорносливом | 40 | 50 | 0,67 | 0,90 | 1,53 | 2,04 | 7,94 | 10,88 | 45,85 | 62,31 |
| Сік ягідний | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| Батон цільнозерновий з маслом | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 8,14 | 11,34 | 8,8 | 12,8 | 46,54 | 60,95 | 313,77 | 395,33 |
| обід |
| Суп болгарський | 150 | 200 | 1,5 | 2,1 | 2,5 | 3,3 | 8,7 | 11,7 | 63 | 84 |
| Плов з рису та м’ясом курки подвійної термічної обробки | 120 | 180 | 8,18 | 15,8 | 9,31 | 16,7 | 12,39 | 18,8 | 156,71 | 283,39 |
| Салат «Ассорті» (сезоні свіжі овочі) з олією  | 54 | 82 | 0,4 | 0,6 | 2,0 | 2,6 | 2,1 | 3,0 | 27 | 35 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Компот з свіжих фруктів | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| **Всього за обід** |  |  | 20,43 | 24,89 | 21,59 | 25,92 | 58,59 | 69,56 | 507,06 | 608,85 |
| вечеря |
| Картопляне пюре з вершковим маслом | 90/2 | 110/2,5 | 2,0 | 2,5 | 2,1 | 2,7 | 14,5 | 18,2 | 85 | 106 |
| Рибна паличка з яйцем | 46 | 69 | 9,2 | 13,54 | 4,63 | 6,24 | 4,77 | 6,74 | 97,56 | 137,31 |
| Салат з зеленого горошку та цибулі | 77 | 83 | 3,8 | 4,2 | 1,64 | 1,70 | 11,36 | 11,86 | 71,99 | 79,03 |
| Булочка з родзинками домашня печена | 90 | 110 | 12,3 | 16,15 | 9,18 | 13,78 | 39,71 | 48,09 | 281,52 | 371,41 |
| Кисіль ягідний | 150 | 185 | 0,41 | 0,51 | - | - | 19,25 | 20,14 | 90,59 | 113,35 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 27,71 | 36,9 | 17,55 | 24,42 | 89,59 | 105,03 | 626,66 | 807,1 |

|  |
| --- |
| Четвер І тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Молочно-пшоняна каша з маслом | 180/2 | 220/25 | 6,24 | 7,71 | 5,95 | 7,77 | 21,61 | 26,52 | 163,78 | 205,43 |
| Яйце варене на круто | 20 | 40 | 3,8 | 5,08 | 3,5 | 4,60 | 0,2 | 0,28 | 47 | 62,80 |
| Салат з моркви та кураги | 40 | 48 | 0,6 | 0,7 | 2,0 | 2,5 | 4,1 | 4,5 | 35 | 42 |
| Батон цільнозерновий  | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Кисіль натуральний | 150 | 185 | 0,41 | 0,51 | - | - | 19,25 | 20,14 | 90,59 | 113,35 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 13,15 | 16,1 | 13,85 | 17,27 | 55,06 | 61,34 | 407,37 | 494,58 |
| обід |
| Суп круп’яний з м’ясними фрикадельками подвійної термічної обробки | 150/11/7 | 200/15/9 | 5,01 | 6,61 | 5,08 | 6,37 | 13,14 | 17,29 | 118,81 | 153,56 |
| Вареники з картоплею і сиром подвійної термічної обробки | 160/2 | 205/2,5 | 14,69 | 18,31 | 7,09 | 9,85 | 41,35 | 51,54 | 284,82 | 356,4 |
| Салат з варених овочів з олією | 58 | 60 | 0,72 | 0,97 | 2,08 | 2,61 | 4,22 | 5,7 | 37,68 | 49,08 |
| Компот з сухофруктів | 116 | 140 | 0,26 | 0,32 | - | - | 16,01 | 19,08 | 60,73 | 72,38 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Фрукти свіжі- яблуко | 60 | 80 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0,2 | 3,1 | 4,2 | 14 | 18 |
| **Всього за обід** |  |  | 22,88 | 28,51 | 16,75 | 21,43 | 87,72 | 107,71 | 587,04 | 720,42 |
| вечеря |
| Макаронник з м’ясом курки подвійної термічної обробки | 93 | 125 | 10,3 | 13,8 | 3,9 | 5,2 | 22,4 | 29,8 | 167 | 223 |
| Салат «Ассорті» з олією  | 54 | 70 | 0,4 | 0,5 | 2,0 | 2,3 | 2,1 | 2,4 | 27 | 29 |
| Напій фруктовий | 120 | 180 | 0,48 | 0,72 | - | - | - | - | - | - |
| **Всього за вечерю** |  |  | 11,18 | 15,02 | 5,9 | 7,5 | 24,5 | 32,2 | 194 | 252 |

|  |
| --- |
| П’ятниця І тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Полента з твердим сиром  | 90/2 | 113/2,5 | 4,0 | 5,0 | 4,3 | 5,4 | 16,5 | 20,7 | 122 | 153 |
| Оладки курячі подвійної термічної обробки | 70 | 90 | 11,36 | 15,64 | 5,08 | 6,38 | 5,26 | 6,86 | 114,06 | 147,69 |
| Салат з варених овочів | 58 | 60 | 0,72 | 0,97 | 2,08 | 2,61 | 4,22 | 5,7 | 37,68 | 49,08 |
| Батон цільнозерновий маслом | 30/5 | 30/7 | 2,2 | 2,28 | 2,6 | 2,67 | 9,9 | 9,9 | 73 | 75 |
| Чай з лимоном | 150/5 | 180/7 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| **Всього за сніданок** |  |  | 18,28 | 23,89 | 14,06 | 17,06 | 35,88 | 43,16 | 346,74 | 424,77 |
| обід |
| Суп гороховий | 150 | 200 | 5,1 | 6,8 | 2,3 | 3,1 | 12,4 | 16,6 | 90 | 121 |
| каша ячна в’язка з вершковим маслом | 82 | 103 | 1,8 | 2,2 | 1,7 | 2,1 | 12,1 | 15,1 | 71 | 89 |
| Тюфтелька куряча подвійної термічної обробки з овочами | 70 | 90 | 11,36 | 15,64 | 5,08 | 6,38 | 5,26 | 6,86 | 114,06 | 147,69 |
| Бурякова ікра | 60 | 80 | 1,2 | 1,8 | 1,8 | 2,3 | 6,0 | 8,0 | 40 | 54 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Компот яблучний | 116 | 140 | 0,26 | 0,32 | - | - | 16,01 | 19,08 | 60,73 | 72,38 |
| Фрукти свіжі- яблуко | 60 | 80 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0,2 | 3,1 | 4,2 | 14 | 18 |
| **Всього за обід** |  |  | 21,22 | 27,96 | 12,38 | 15,68 | 61,77 | 75,44 | 440,79 | 549,07 |
| вечеря |
| Рисова запіканка з яблука та поливою із сухофруктів подвійної термічної обробки | 90 | 112 | 2,6 | 3,2 | 2,8 | 3,5 | 21,8 | 27,2 | 122 | 153 |
| Буряк тушкований з чорносливом | 60 | 80 | 0,67 | 0,90 | 1,53 | 2,04 | 7,94 | 10,88 | 45,85 | 62,31 |
| Напій ягідний | 120 | 160 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 15,35 | 20,46 | 61,74 | 82,32 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 3,63 | 4,58 | 4,45 | 5,7 | 45,09 | 58,54 | 229,59 | 297,63 |

|  |
| --- |
| Понеділок ІІ тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Каша кукурудзяна з твердим сиром  | 90/2 | 113/2,5 | 4,0 | 5,0 | 4,3 | 5,4 | 16,5 | 20,7 | 122 | 153 |
| Кури тушковані по італійськи подвійної термічної обробки | 30/9 | 50/12 | 14,23 | 18,99 | 5,67 | 7,54 | 0,30 | 0,42 | 113,43 | 151,16 |
| Компот з сухофруктів | 116 | 140 | 0,26 | 0,32 | - | - | 16,01 | 19,08 | 60,73 | 72,38 |
| Салат із свіжої капусти, моркви з олією | 50 | 70 | 0,7 | 1,0 | 1,6 | 2,1 | 2,4 | 3,3 | 25 | 33 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 19,59 | 25,35 | 12,31 | 15,54 | 27,69 | 32,49 | 303,65 | 376,1 |
| обід |
| Суп польовий з сметаною | 150 | 200 | 1,62 | 2,14 | 2,62 | 3,3 | 10,73 | 14,21 | 72,21 | 94,09 |
| Каша булгур з маслом | 80 | 100 | 4,12 | 5,15 | 7,3 | 9,13 | 10,19 | 12,74 | 120,44 | 150,55 |
| Фішболи в соусі подвійною термічною обробкою | 41/27 | 62/41 | 8,07 | 12,14 | 1,97 | 3,27 | 5,33 | 7,71 | 71,21 | 108,56 |
| Салат з варених овочів | 38 | 51 | 0,72 | 0,97 | 2,08 | 2,61 | 4,22 | 5,7 | 37,68 | 49,08 |
| Компот з свіжих фруктів | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Фрукти свіжі- банан | 60 | 80 | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | 53,4 | 71,2 |
| **Всього за обід** |  |  | 18,07 | 24,42 | 16,49 | 20,87 | 65,68 | 84 | 474,48 | 609,2 |
| вечеря |
| Оладки з фруктовою поливою з свіжих фруктів | 65/15 | 75/20 | 6,09 | 7,16 | 7,14 | 9,99 | 48,93 | 59,66 | 271,07 | 344,06 |
| Буряк тушкований  | 50 | 80 | 0,67 | 0,90 | 1,53 | 2,04 | 7,94 | 10,88 | 45,85 | 62,31 |
| Какао на молоці | 165 | 180 | 5,86 | 6,41 | 5,00 | 5,46 | 9,47 | 10,35 | 104,80 | 114,50 |
| Батон цільнозерновий з вершковим маслом | 30/5 | 30/7 | 2,2 | 2,28 | 2,6 | 2,67 | 9,9 | 9,9 | 73 | 75 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 14,82 | 16,75 | 16,27 | 20,16 | 76,24 | 90,79 | 494,72 | 595,87 |

|  |
| --- |
| вівторок ІІ тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Молочно-манна каша  | 180/2 | 220/2,5 | 5,64 | 7,32 | 5,56 | 8,79 | 19,0 | 25,3 | 147,67 | 208,5 |
| Салат з моркви та твердим сиром з олією  | 94 | 126 | 2,45 | 3,19 | 4,22 | 5,37 | 10,17 | 13,43 | 84,87 | 109,98 |
| Яйце варене на круто | 20 | 40 | 3,8 | 5,08 | 3,5 | 4,60 | 0,2 | 0,28 | 47 | 62,80 |
| Какао на молоці | 165 | 180 | 5,86 | 6,41 | 5,00 | 5,46 | 9,47 | 10,35 | 104,80 | 114,50 |
| Грінка смажена подвійної термічної обробки | 30 | 50 | 2,22 | 3,68 | 3,81 | 5,53 | 10,85 | 17,06 | 87,34 | 133,6 |
| Фрукти свіжі яблуко | 60 | 80 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 9,36 | 12,48 | 39 | 52 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 20,33 | 26,16 | 22,21 | 29,91 | 59,05 | 78,9 | 510,68 | 681,38 |
| обід |
| Борщ український | 180 | 250 | 1,68 | 2,29 | 2,36 | 3,45 | 12,09 | 15,81 | 71,18 | 101,83 |
| каша ячна в’язка з вершковим маслом | 82 | 103 | 1,8 | 2,2 | 1,7 | 2,1 | 12,1 | 15,1 | 71 | 89 |
| Мафіни курячі подвійної термічної обробки | 63 | 84 | 10,9 | 14,4 | 10,4 | 14,6 | 3,8 | 5,0 | 152 | 209 |
| Салат з зеленого горошку та цибулі | 77 | 83 | 3,8 | 4,2 | 1,64 | 1,70 | 11,36 | 11,86 | 71,99 | 79,03 |
| Компот фруктовий | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за обід** |  |  | 20,82 | 25,91 | 18,56 | 24,33 | 61,48 | 73,97 | 485,71 | 614,58 |
| вечеря |
| Жарке по-домашньому з м’ясок курки подвійної термічної обробки | 120 | 160 | 13,42 | 22,36 | 14,42 | 23,63 | 17,97 | 34,78 | 213,87 | 247,35 |
| Капуста тушкована | 60 | 80 | 2,7 | 3,6 | 1,5 | 2,0 | 1,9 | 2,6 | 30 | 41 |
| Компот ягідний | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| Фрукти свіжі банан | 60 | 80 | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | 53,4 | 71,2 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 17,56 | 27,88 | 16,04 | 25,79 | 45,18 | 71,12 | 345,81 | 424,27 |

|  |
| --- |
| середа ІІ тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Молочно-пшоняна каша | 180/2 | 220/2,5 | 6,24 | 7,71 | 5,95 | 7,77 | 21,61 | 26,52 | 163,78 | 205,43 |
| Батон цільнозерновий з твердим сиром | 30/5/7 | 30/5/7 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Салат із свіжої капусти, моркви з олією | 50 | 70 | 0,7 | 1,0 | 1,6 | 2,1 | 2,4 | 3,3 | 25 | 33 |
| Чай з лимоном | 150/5 | 180/7 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| **Всього за сніданок** |  |  | 12,84 | 15,89 | 13,45 | 16,87 | 34,11 | 40 | 306,78 | 372,23 |
| обід |
| Суп український з галушками | 150/15 | 200/20 | 1,79 | 2,37 | 2,83 | 3,44 | 12,36 | 16,36 | 81,52 | 105,13 |
| Каша гречана з вершковим маслом | 82 | 103 | 4,22 | 5,27 | 2,55 | 3,19 | 21,11 | 26,38 | 124,98 | 156,23 |
| Болоньєзе подвійної термічної обробки | 65 | 87 | 6,95 | 9,27 | 14,24 | 18,82 | 3,25 | 4,18 | 168,17 | 222,21 |
| Салат з варених овочів з олією | 58 | 70 | 0,72 | 0,97 | 2,08 | 2,61 | 4,22 | 5,7 | 37,68 | 49,08 |
| Компот з сухофруктів | 116 | 140 | 0,26 | 0,32 | - | - | 16,01 | 19,08 | 60,73 | 72,38 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Фрукти свіжі яблуко | 60 | 80 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 9,36 | 12,48 | 39 | 52 |
| **Всього за обід** |  |  | 16,4 | 20,78 | 24,22 | 30,62 | 76,21 | 94,08 | 583,08 | 728,03 |
| вечеря |
| Зрази з кисломолочного сиру та курагою подвійної термічної обробки | 95 | 120 | 14,77 | 18,30 | 8,93 | 11,05 | 38,30 | 48,10 | 289 | 361 |
| Салат морквяно-яблучний подвійної термічної обробки | 90 | 120 | 2,45 | 3,19 | 4,22 | 5,37 | 10,17 | 13,43 | 84,87 | 109,98 |
| Ватрушка з сиром подвійної термічної обробки | 90 | 110 | 12,30 | 16,15 | 9,18 | 13,78 | 39,71 | 48,09 | 281,52 | 371,41 |
| Компот ягідний | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 30,06 | 38,36 | 22,39 | 30,28 | 100,41 | 125,92 | 703,93 | 907,11 |

|  |
| --- |
| четвер ІІ тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Суп молочний макаронний | 180/2 | 200/2,5 | 6,4 | 7,1 | 5,2 | 5,7 | 27,9 | 31,0 | 182 | 203 |
| Салат з моркви  | 60 | 80 | 0,6 | 0,7 | 2,0 | 2,5 | 4,1 | 4,5 | 35 | 42 |
| Яйце варене на круто | 20 | 40 | 3,8 | 5,08 | 3,5 | 4,60 | 0,2 | 0,28 | 47 | 62,80 |
| Батон цільнозерновий твердим сиром | 30/7 | 30/7 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Чай (трав’яний) | 150 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Фрукти свіжі - банан | 60 | 80 | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | 53,4 | 71,2 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 13,8 | 16,18 | 13,16 | 15,28 | 55,18 | 63,12 | 388,4 | 450 |
| обід |
| Суп овочевий «Весняний» | 150 | 200 | 1,5 | 1,9 | 2,7 | 3,6 | 10,9 | 14,6 | 73,0 | 97,0 |
| Каша пшенична з вершковим маслом | 100 | 120 | 2,46 | 3,08 | 2,44 | 3,23 | 15,09 | 18,87 | 92,22 | 116,94 |
| Риба смажена подвійної термічної обробки | 60 | 100 | 11,4 | 17,26 | 6,79 | 10,12 | 4,06 | 4,11 | 130,45 | 168,8 |
| Салат «Ассорті» (сезоні свіжі овочі) з олією  | 54 | 82 | 0,4 | 0,6 | 2,0 | 2,6 | 2,1 | 3,0 | 27 | 35 |
| Напій ягідний | 120 | 160 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 15,35 | 20,46 | 61,74 | 82,32 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за обід** |  |  | 20,57 | 25,47 | 13,99 | 19,1 | 81 | 102,53 | 522,68 | 665,17 |
| вечеря |
| Горохове пюре з цибулею | 90/2 | 1102,5 | 0,69 | 0,86 | 9,89 | 12,36 | 22,32 | 27,90 | 135,0 | 168,8 |
| Капуста тушкована з курячим м’ясом подвійної термічної обробки | 80/35 | 120/50 | 2,08 | 3,14 | 4,12 | 6,17 | 7,91 | 12,88 | 97,33 | 101,12 |
| Кисіль натуральний | 150 | 185 | 0,41 | 0,51 | - | - | 19,25 | 20,14 | 90,59 | 113,35 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 27,36 | 35,87 | 20,18 | 28,18 | 78,32 | 95,97 | 589,25 | 764,79 |

|  |
| --- |
| П’ятниця ІІ тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| каша ячна в’язка з вершковим маслом | 82 | 103 | 1,8 | 2,2 | 1,7 | 2,1 | 12,1 | 15,1 | 71 | 89 |
| Суфле куряче з овочами подвійної термічної обробки | 115 | 135 | 10,1 | 13,5 | 4,6 | 6,1 | 2,2 | 2,9 | 90 | 121 |
| Салат з свіжих сезонних овочів | 54 | 82 | 0,4 | 0,6 | 2,0 | 2,6 | 2,1 | 3,0 | 27 | 35 |
| Батон цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Сік фруктовий | 120 | 180 | 0,48 | 0,72 | - | - | 12,36 | 18,54 | 50,40 | 75,60 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 14,88 | 19,12 | 10,7 | 13,2 | 38,66 | 49,44 | 309,4 | 391,6 |
| обід |
| Суп круп’яний з м’ясними фрикадельками подвійної термічної обробки | 150/40/7 | 200/60/9 | 5,01 | 6,61 | 5,08 | 6,37 | 13,14 | 17,29 | 118,81 | 153,56 |
| Вареники з картоплею і сиром подвійної термічної обробки | 160 | 205 | 14,69 | 18,31 | 7,09 | 9,85 | 41,35 | 51,54 | 284,82 | 356,4 |
| Салат «Ассорті» з олією  | 54 | 70 | 0,4 | 0,5 | 2,0 | 2,3 | 2,1 | 2,4 | 27 | 29 |
| Компот фруктовий | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за обід** |  |  | 22,74 | 28,24 | 16,63 | 21 | 78,72 | 97,43 | 550,17 | 674,68 |
| вечеря |
| Шарлотка рисова з яблуками та полуничною поливою подвійної термічної обробки | 90/15 | 112/20 | 2,6 | 3,2 | 2,8 | 3,5 | 21,8 | 27,2 | 122 | 153 |
| Ікра морквяна  | 63 | 84 | 1,1 | 1,4 | 3,0 | 4,0 | 8,8 | 11,7 | 63 | 84 |
| Компот ягідний | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 4,24 | 5,32 | 5,86 | 7,58 | 42,83 | 55,2 | 233,54 | 301,72 |

|  |
| --- |
| Понеділок ІІІ тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Банош по-гуцульські з твердим сиром | 80/2 | 100/2,5 | 3,6 | 4,5 | 5,0 | 6,2 | 11,8 | 14,7 | 108 | 134 |
| Нагетси з м’яса курки подвійної термічної обробки | 56 | 75 | 11,5 | 15,4 | 4,6 | 6,1 | 12,2 | 16,6 | 138 | 183 |
| Салат з овочів  | 58 | 60 | 0,72 | 0,97 | 2,08 | 2,61 | 4,22 | 5,7 | 37,68 | 49,08 |
| Чай з лимоном | 150/5 | 180/7 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Батон цільнозерновий з твердим сиром | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 17,92 | 22,97 | 14,08 | 17,31 | 38,12 | 46,9 | 354,68 | 437,08 |
| обід |
| Суп перловий | 150 | 200 | 1,72 | 2,29 | 1,34 | 1,79 | 13,08 | 17,45 | 70,64 | 94,18 |
| Плов з рису та м’ясом курки подвійної термічної обробки | 120/2 | 180/2,5 | 8,18 | 15,8 | 9,31 | 16,7 | 12,39 | 18,8 | 156,71 | 283,39 |
| Салат з зеленого горошку та цибулі | 77 | 83 | 3,8 | 4,2 | 1,64 | 1,70 | 11,36 | 11,86 | 71,99 | 79,03 |
| Компот фруктовий | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за обід** |  |  | 16,34 | 25,11 | 14,75 | 22,67 | 58,96 | 74,31 | 418,88 | 592,32 |
| вечеря |
| Сирково-макарона запіканка з подвійної термічної обробки | 150/25 | 155/25 | 20,30 | 25,34 | 17,47 | 20,51 | 14,84 | 18,84 | 295,88 | 359,10 |
| Соус сметанний подвійної термічної обробки | 36 | 48 | 0,6 | 0,7 | 1,9 | 2,6 | 2,3 | 3,1 | 29 | 39 |
| Салат моркв’яно-яблучний подвійної термічної обробки | 90 | 120 | 2,45 | 3,19 | 4,22 | 5,37 | 10,17 | 13,43 | 84,87 | 109,98 |
| Фрукти свіжі | 60 | 80 | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | 53,4 | 71,2 |
| Какао на молоці | 165 | 180 | 5,86 | 6,41 | 5,00 | 5,46 | 9,47 | 10,35 | 104,80 | 114,50 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 30,11 | 36,84 | 28,65 | 34,02 | 49,86 | 63,16 | 567,95 | 693,78 |

|  |
| --- |
| Вівторок ІІІ тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Молочно-вівсяна каша  | 180/2 | 220/2,5 | 4,83 | 7,62 | 4,81 | 8,28 | 16,47 | 23,87 | 148,38 | 197,3 |
| Яйце варене на круто | 20 | 40 | 3,8 | 5,08 | 3,5 | 4,60 | 0,2 | 0,28 | 47 | 62,80 |
| Салат з овочів з олією | 38 | 51 | 0,72 | 0,97 | 2,08 | 2,61 | 4,22 | 5,7 | 37,68 | 49,08 |
| Батон цільнозерновий з вершковим маслом | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Сік фруктовий | 120 | 180 | 0,48 | 0,72 | - | - | 12,36 | 18,54 | 50,40 | 75,60 |
| Фрукти  | 60 | 80 | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | 53,4 | 71,2 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 12,83 | 17,69 | 12,85 | 17,97 | 56,23 | 75,73 | 407,86 | 526,98 |
| обід |
| Суп овочевий з сметаною термічної обробки | 150 | 200 | 1,5 | 1,9 | 2,7 | 3,6 | 10,9 | 14,6 | 61,49 | 79,78 |
| Картопляне пюре з маслом | 91 | 114 | 2,01 | 2,51 | 2,12 | 2,65 | 14,53 | 18,16 | 84,5 | 105,63 |
| Шніцель рибний подвійної термічної обробки | 47 | 70 | 7,8 | 11,6 | 2,9 | 4,4 | 5,3 | 8,0 | 78 | 117 |
| Ікра з буряка | 50 | 60 | 0,64 | 0,78 | 1,04 | 2,05 | 4,29 | 5,19 | 27,0 | 39,75 |
| Компот з сухофруктів | 100 | 135 | 0,17 | 0,22 | 0 | 0 | 8,82 | 12,09 | 33,88 | 46,43 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за обід** |  |  | 14,22 | 19,11 | 11,16 | 15,1 | 53,74 | 67,94 | 355,87 | 459,59 |
| вечеря |
| Каша пшоняна в’язка | 83 | 103 | 2,22 | 2,77 | 2,67 | 3,34 | 10,53 | 13,16 | 73,83 | 92,28 |
| Оладки курячі (п.т.о) | 70 | 93 | 11,36 | 15,07 | 5,08 | 6,38 | 5,26 | 6,86 | 114,06 | 147,69 |
| Ватрушка з сиром подвійної термічної обробки | 90 | 110 | 12,30 | 16,15 | 9,18 | 13,78 | 39,71 | 48,09 | 281,52 | 371,41 |
| Морква тушкована в сметані | 60 | 80 | 1,1 | 1,4 | 3,0 | 4,0 | 8,8 | 11,7 | 63 | 84 |
| Компот ягідний | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 27,52 | 36,11 | 19,99 | 27,58 | 76,53 | 96,11 | 580,95 | 760,1 |

|  |
| --- |
| середа ІІІ тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Молочно-кукурудзяна каша | 180/2 | 220/2,5 | 3,93 | 5,74 | 4,0 | 7,32 | 14,98 | 22,91 | 108,61 | 182,15 |
| Буряк тушкований з чорносливом  | 50 | 70 | 0,64 | 0,78 | 1,04 | 2,05 | 4,29 | 5,19 | 27,0 | 39,75 |
| Батон цільнозерновий з твердим сиром | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Кисіль натуральний | 150 | 185 | 0,41 | 0,51 | - | - | 19,25 | 20,14 | 90,59 | 113,35 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 7,08 | 9,13 | 7,44 | 11,77 | 48,42 | 58,14 | 297,2 | 406,25 |
| обід |
| Суп круп’яний з м’ясними фрикадельками подвійної термічної обробки | 150/40/7 | 200/60/9 | 5,01 | 6,61 | 5,08 | 6,37 | 13,14 | 17,29 | 118,81 | 153,56 |
| Вареники з картоплею і сиром подвійної термічної обробки | 160 | 205 | 14,69 | 18,31 | 7,09 | 9,85 | 41,35 | 51,54 | 284,82 | 356,4 |
| Салат з моркви та часнику | 50 | 70 | 0,6 | 0,7 | 2,0 | 2,5 | 4,1 | 4,5 | 35 | 42 |
| Компот ягідний | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за обід** |  |  | 22,94 | 28,44 | 16,63 | 21,2 | 80,72 | 99,53 | 558,17 | 687,68 |
| вечеря |
| Каша перлова в’язка | 82 | 103 | 1,7 | 2,1 | 1,7 | 2,1 | 12,2 | 15,2 | 71 | 89 |
| Капуста тушкована з м’ясом курки подвійної термічної обробки | 80/40 | 120/60 | 2,08 | 3,14 | 4,12 | 6,17 | 7,91 | 12,88 | 97,33 | 101,12 |
| Сік | 120 | 160 | 0,6 | 0,9 | 0 | 0 | 17,4 | 26,1 | 70,8 | 106,2 |
| Фрукти свіжі яблуко | 60 | 80 | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | 53,4 | 71,2 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 5,28 | 7,34 | 5,88 | 8,35 | 50,59 | 71,62 | 292,53 | 367,52 |

|  |
| --- |
| Четвер ІІІ тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Молочно-манна каша  | 180/2 | 220/2,5 | 5,64 | 7,32 | 5,56 | 8,79 | 19,0 | 25,3 | 147,67 | 208,5 |
| Салат овочевий з олією | 54 | 82 | 0,4 | 0,6 | 2,0 | 2,6 | 2,1 | 3,0 | 27 | 35 |
| Яйце варене на круто | 20 | 40 | 3,8 | 5,08 | 3,5 | 4,60 | 0,2 | 0,28 | 47 | 62,80 |
| Чай трав’яний  | 150/5 | 180/7 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Батон цільнозерновий з маслом | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Фрукти свіжі яблуко | 60 | 80 | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | 53,4 | 71,2 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 12,84 | 16,3 | 13,52 | 18,47 | 44,28 | 55,92 | 346,07 | 448,5 |
| обід |
| Борщ український | 150 | 200 | 2,13 | 2,75 | 2,51 | 3,14 | 10,03 | 13,13 | 68,85 | 88,75 |
| Каша пшенична в’язка | 90 | 113 | 2,44 | 3,05 | 1,71 | 2,14 | 15,12 | 18,9 | 86,92 | 108,65 |
| Мафіни курячі подвійної термічної обробки | 63 | 84 | 10,9 | 14,4 | 10,4 | 14,6 | 3,8 | 5,0 | 152 | 209 |
| Помідор свіжий порційно | 60 | 80 | 0,4 | 0,5 | 0,0 | 0,1 | 1,5 | 2,0 | 6 | 8 |
| Компот з сухофруктів | 100 | 135 | 0,17 | 0,22 | 0 | 0 | 8,82 | 12,09 | 33,88 | 46,43 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за обід** |  |  | 18,14 | 23,02 | 17,02 | 22,38 | 49,17 | 61,02 | 418,65 | 531,83 |
| вечеря |
| Вівсяна каша в’язка  | 80 | 100 | 2,22 | 2,77 | 2,67 | 3,34 | 10,53 | 13,16 | 73,82 | 92,28 |
| Фішболи в соусі подвійною термічною обробкою | 41/27 | 62/41 | 8,07 | 12,14 | 1,97 | 3,27 | 5,33 | 7,71 | 71,21 | 108,56 |
| Салат овочевий з олією | 58 | 61 | 0,72 | 0,97 | 2,08 | 2,61 | 4,22 | 5,7 | 37,68 | 49,08 |
| Булочка домашня печена | 90 | 110 | 12,3 | 16,15 | 9,18 | 13,78 | 39,71 | 48,09 | 281,52 | 371,41 |
| Компот фруктовий | 120 | 160 | 0,48 | 0,72 | - | - | 12,36 | 18,54 | 50,40 | 75,60 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 23,79 | 32,75 | 15,9 | 23 | 72,15 | 93,2 | 514,63 | 696,93 |

|  |
| --- |
| п’ятниця ІІІ тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Макарони з вершковим маслом. | 90/7 | 113/9 | 4,94 | 6,38 | 3,82 | 5,0 | 21,66 | 27,25 | 142,89 | 182,16 |
| Кури тушковані по-італійськи подвійної термічної обробки | 40/9 | 60/12 | 14,23 | 18,99 | 5,67 | 7,54 | 0,30 | 0,42 | 113,43 | 151,16 |
| Салат з свіжої капусти  | 60 | 80 | 1,1 | 1,4 | 3,0 | 4,0 | 8,8 | 11,7 | 63 | 84 |
| Батон цільнозерновий з твердим сиром | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Какао на молоці | 165 | 180 | 5,86 | 6,41 | 5,00 | 5,46 | 9,47 | 10,35 | 104,80 | 114,50 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 28,23 | 35,28 | 19,89 | 24,4 | 50,13 | 59,62 | 495,12 | 602,82 |
| обід |
| Суп-пюре гороховий з гринками | 150 | 250 | 3,34/1,14 | 5,52/1,52 | 1,83/2,14 | 2,80/3,18 | 12,75/7,04 | 21,23/9,38 | 79,01/52,63 | 129,06/73,17 |
| Гречаники з мясом подвійної термічної обробки | 120 | 140 | 10,27 | 14,07 | 15,67 | 21,68 | 16,47 | 23,1 | 224,79 | 327,71 |
| Бурякова ікра | 60 | 80 | 1,2 | 1,8 | 1,8 | 2,3 | 6,0 | 8,0 | 40 | 54 |
| Напій фруктовий | 120 | 160 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 15,35 | 20,46 | 61,74 | 82,32 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Свіжі фрукти - яблуко | 60 | 80 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 9,36 | 12,48 | 39 | 52 |
| **Всього за обід** |  |  | 17,63 | 24,45 | 22,25 | 29,88 | 69,83 | 95,17 | 515,54 | 716,09 |
| вечеря |
| Оладки з фруктовою поливою з свіжих фруктів | 65/15 | 75/20 | 6,09 | 7,16 | 7,14 | 9,99 | 48,93 | 59,66 | 271,07 | 344,06 |
| Салат з моркви і кукурудзи | 60 | 80 | 1,1 | 1,4 | 3,0 | 4,0 | 8,8 | 11,7 | 63 | 84 |
| Яблуко печене | 53 | 70 | 0,2 | 0,3 | 0,2 | 0,3 | 8,9 | 11,8 | 37 | 49 |
| Напій ягідний | 120 | 180 | 0,48 | 0,72 | - | - | 12,36 | 18,54 | 50,40 | 75,60 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 7,87 | 9,58 | 10,34 | 14,29 | 78,99 | 101,7 | 421,47 | 552,66 |

|  |
| --- |
| Понеділок IV тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Полента з твердим сиром  | 90/2 | 113/2,5 | 4,0 | 5,0 | 4,3 | 5,4 | 16,5 | 20,7 | 122 | 153 |
| Тефтелька куряча з овочами подвійної термічної обробки | 30/9 | 40/12 | 14,23 | 18,99 | 5,67 | 7,54 | 0,30 | 0,42 | 113,43 | 151,16 |
| Салат із свіжої капусти, моркви з олією | 50 | 70 | 0,7 | 1,0 | 1,6 | 2,1 | 2,4 | 3,3 | 25 | 33 |
| Батон цільнозерновий з маслом | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Чай трав’яний | 150/5 | 180/7 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| **Всього за сніданок** |  |  | 21,03 | 27,09 | 13,97 | 17,44 | 29,1 | 34,32 | 331,43 | 408,16 |
| обід |
| Борщ український | 150 | 200 | 2,13 | 2,75 | 2,51 | 3,14 | 10,03 | 13,13 | 68,85 | 88,75 |
| Макарони з вершковим маслом. | 90/7 | 113/9 | 4,94 | 6,38 | 3,82 | 5,0 | 21,66 | 27,25 | 142,89 | 182,16 |
| Риба тушкована з овочами подвійної термічної обробки | 45 | 60 | 7,5 | 11,3 | 4,6 | 6,8 | 2,3 | 3,4 | 80 | 121 |
| Салат з вареного буряка та зеленого горошку  | 60 | 80 | 2,7 | 3,5 | 1,6 | 2,1 | 8,0 | 10,6 | 54 | 73 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Напій фруктовий | 120 | 160 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 15,35 | 20,46 | 61,74 | 82,32 |
| Фрукти свіжі - банан | 60 | 80 | 0,9 | 1,2 | 0,06 | 0,08 | 13,08 | 17,44 | 53,4 | 71,2 |
| **Всього за обід** |  |  | 20,63 | 27,71 | 15,11 | 19,68 | 80,32 | 102,18 | 531,88 | 689,43 |
| вечеря |
| Сирково-манний з родзинками з поливою із кураги подвійної термічної обробки | 120/10 | 165/15 | 16,195 | 23,935 | 11,96 | 15,55 | 38,104 | 33,86 | 302,85 | 358,54 |
| Какао на молоці | 165 | 180 | 5,86 | 6,41 | 5,00 | 5,46 | 9,47 | 10,35 | 104,80 | 114,50 |
| Салат морквяно-яблучний подвійної термічної обробки | 90 | 120 | 2,45 | 3,19 | 4,22 | 5,37 | 10,17 | 13,43 | 84,87 | 109,98 |
| Батон цільнозерновий з маслом | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 26,605 | 35,635 | 23,58 | 28,78 | 67,644 | 67,54 | 563,52 | 654,02 |

|  |
| --- |
| Вівторок IV тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Молочно-рисова каша | 180/2 | 2202,5 | 5,24 | 6,61 | 5,2 | 6,59 | 16,7 | 20,57 | 133,46 | 170,93 |
| Морква тушкована в сметані | 60 | 80 | 1,1 | 1,4 | 3,0 | 4,0 | 8,8 | 11,7 | 63 | 84 |
| Батон цільнозерновий з твердим сиром | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Чай трав’яний | 150/5 | 180/7 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Свіжі фрукти - яблуко | 60 | 80 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 9,36 | 12,48 | 39 | 52 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 8,8 | 10,59 | 10,72 | 13,15 | 44,76 | 54,65 | 306,46 | 377,93 |
| обід |
| Суп український з галушками | 150/15 | 200/20 | 1,79 | 2,37 | 2,83 | 3,44 | 12,36 | 16,36 | 81,52 | 105,13 |
| каша ячна в’язка з вершковим маслом | 82 | 103 | 1,8 | 2,2 | 1,7 | 2,1 | 12,1 | 15,1 | 71 | 89 |
| Кури тушковані по італійськи подвійної термічної обробки | 40/9 | 60/12 | 14,23 | 18,99 | 5,67 | 7,54 | 0,30 | 0,42 | 113,43 | 151,16 |
| Компот ягідний | 120 | 160 | 0,54 | 0,72 | 0,06 | 0,08 | 12,23 | 16,3 | 48,54 | 64,72 |
| Ікра овочева збірна | 55 | 70 | 0,7 | 0,9 | 2,1 | 2,9 | 3,9 | 5,2 | 35 | 47 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за обід** |  |  | 21,16 | 27,28 | 14,76 | 18,46 | 50,79 | 63,28 | 420,49 | 528,01 |
| вечеря |
| Картопляні зрази з м’ясом курки подвійною термічною обробкою | 160 | 220 | 19,79 | 26,12 | 16,26 | 26,48 | 14,63 | 22,66 | 238,74 | 416,32 |
| Салат з варених овочів з олією | 60 | 70 | 0,72 | 0,97 | 2,08 | 2,61 | 4,22 | 5,7 | 37,68 | 49,08 |
| сік фруктовий | 120 | 160 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 15,35 | 20,46 | 61,74 | 82,32 |
| Булочка з родзинками домашня печена | 90 | 110 | 12,3 | 16,15 | 9,18 | 13,78 | 39,71 | 48,09 | 281,52 | 371,41 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 33,17 | 43,72 | 27,64 | 43,03 | 73,91 | 96,91 | 619,68 | 919,13 |

|  |
| --- |
| Середа IV тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Молочно-пшоняна каша | 180/2 | 220/2,5 | 6,24 | 7,71 | 5,95 | 7,77 | 21,61 | 26,52 | 163,78 | 205,43 |
| Буряк тушкований з чорносливом | 50 | 60 | 0,67 | 0,90 | 1,53 | 2,04 | 7,94 | 10,88 | 45,85 | 62,31 |
| Свіжі фрукти - яблуко | 60 | 80 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 9,36 | 12,48 | 39 | 52 |
| Грінка смажена подвійної термічної обробки | 30 | 50 | 2,22 | 3,68 | 3,81 | 5,53 | 10,85 | 17,06 | 87,34 | 133,6 |
| сік фруктовий | 120 | 160 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 15,35 | 20,46 | 61,74 | 82,32 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 9,85 | 13,25 | 11,53 | 15,66 | 65,11 | 87,4 | 397,71 | 535,66 |
| обід |
| Суп круп’яний з м’ясними фрикадельками подвійної термічної обробки | 150/40/7 | 200/60/9 | 5,01 | 6,61 | 5,08 | 6,37 | 13,14 | 17,29 | 118,81 | 153,56 |
| Каша гречана з вершковим маслом | 82 | 103 | 4,22 | 5,27 | 2,55 | 3,19 | 21,11 | 26,38 | 124,98 | 156,23 |
| Товченик з курячого м’яса подвійної термічної обробки | 60 | 80 | 9,4 | 12,4 | 7,7 | 11,1 | 5,1 | 6,7 | 127 | 176 |
| Салат з свіжих сезонних овочів | 54 | 82 | 0,4 | 0,6 | 2,0 | 2,6 | 2,1 | 3,0 | 27 | 35 |
| Компот фруктово-ягідний | 120 | 160 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 15,35 | 20,46 | 61,74 | 82,32 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за обід** |  |  | 21,49 | 27,46 | 19,85 | 25,82 | 66,7 | 83,73 | 530,53 | 674,11 |
| вечеря |
| Рисова запіканка з яблука та поливою із сухофруктів подвійної термічної обробки | 90 | 112 | 2,6 | 3,2 | 2,8 | 3,5 | 21,8 | 27,2 | 122 | 153 |
| Морква тушкована в сметані | 63 | 84 | 1,1 | 1,4 | 3,0 | 4,0 | 8,8 | 11,7 | 63 | 84 |
| Компот з сухофруктів | 116 | 140 | 0,26 | 0,32 | - | - | 16,01 | 19,08 | 60,73 | 72,38 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 3,96 | 4,92 | 5,8 | 7,5 | 46,61 | 57,98 | 245,73 | 309,38 |

|  |
| --- |
| Четвер IV тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Молочно-вівсяна каша  | 180/2 | 220/2,5 | 4,83 | 7,62 | 4,81 | 8,28 | 16,47 | 23,87 | 148,38 | 197,3 |
| Салат із свіжої капусти  | 50 | 70 | 0,7 | 1,0 | 1,6 | 2,1 | 2,4 | 3,3 | 25 | 33 |
| Чай з лимоном | 150/5 | 180/7 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Батон цільнозерновий з твердим сиром | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Свіжі фрукти - яблуко | 60 | 80 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 9,36 | 12,48 | 39 | 52 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 7,99 | 11,2 | 8,93 | 12,94 | 38,13 | 49,55 | 283,38 | 353,3 |
| обід |
| Суп-пюре гороховий з гринками | 150 | 250 | 3,34/1,14 | 5,52/1,52 | 1,83/2,14 | 2,80/3,18 | 12,75/7,04 | 21,23/9,38 | 79,01/52,63 | 129,06/73,17 |
| Запечена картопля з вареної  | 85 | 94 | 2,52 | 3,09 | 2,16 | 2,81 | 12,64 | 15,48 | 80,49 | 100,06 |
| Рибний шніцель подвійної термічної обробки з яйцем | 47/1шт | 70/шт | 11,6 | 16,68 | 6,4 | 9 | 5,5 | 8,28 | 125 | 179,8 |
| Салат із свіжої капусти  | 50 | 70 | 0,7 | 1,0 | 1,6 | 2,1 | 2,4 | 3,3 | 25 | 33 |
| Напій фруктовий | 120 | 160 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 15,35 | 20,46 | 61,74 | 82,32 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за обід** |  |  | 16,48 | 24,27 | 12,18 | 16,87 | 64,59 | 87,14 | 436,23 | 603,38 |
| вечеря |
| Ячмінна каша з маслом | 82 | 103 | 1,766 | 2,17 | 1,68 | 2,09 | 11,876 | 14,593 | 69,92 | 86,185 |
| Салат з варених овочів | 80 | 100 | 1,1 | 1,5 | 1,6 | 2,1 | 3,8 | 5,1 | 32 | 42 |
| Рагу овочеве з курячим м’ясом подвійної термічної обробки | 100/2 | 150/5 | 10,26/0,11 | 15,39/0,3 | 13,38/0,41 | 20,03/1,02 | 8,45/0,45 | 12,58/1,26 | 194/5,7 | 291/7,8 |
| Кисіль ягідний | 150 | 185 | 0,41 | 0,51 | - | - | 19,25 | 20,14 | 90,59 | 113,35 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 3,276 | 4,18 | 3,28 | 4,19 | 34,926 | 39,833 | 192,51 | 241,535 |

|  |
| --- |
| П’ятниця IV тиждень |
| Найменування продуктів | Маса нетто | Хімічний склад | Енергетична цінність |
| білки | жири | вуглеводи |
| 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років | 2-4 роки | 4-6 років |
| сніданок |
| Каша «Янтарна» (із пшона з яблуками) | 100 | 125 | 4,3 | 5,3 | 4,6 | 5,7 | 20,9 | 25,9 | 141 | 176 |
| Ікра овочева збірна | 55 | 70 | 0,7 | 0,9 | 2,1 | 2,9 | 3,9 | 5,2 | 35 | 47 |
| Батон цільнозерновий з вершковим маслом | 30/5 | 30/5 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| Сік | 120 | 160 | 0,36 | 0,48 | 0,12 | 0,16 | 15,35 | 20,46 | 61,74 | 82,32 |
| **Всього за сніданок** |  |  | 7,46 | 8,78 | 9,22 | 11,16 | 50,05 | 61,46 | 308,74 | 376,32 |
| обід |
| Суп болгарський | 150 | 200 | 1,5 | 2,1 | 2,5 | 3,3 | 8,7 | 11,7 | 63 | 84 |
| Каша перлова в’язка | 82 | 103 | 1,7 | 2,1 | 1,7 | 2,1 | 12,2 | 15,2 | 71 | 89 |
| Болоньєзе подвійної термічної обробки | 65 | 87 | 6,95 | 9,27 | 14,24 | 18,82 | 3,25 | 4,18 | 168,17 | 222,21 |
| Салат з свіжих овочів з олією | 54 | 82 | 0,4 | 0,6 | 2,0 | 2,6 | 2,1 | 3,0 | 27 | 35 |
| Компот з сухофруктів | 116 | 140 | 0,26 | 0,32 | - | - | 16,01 | 19,08 | 60,73 | 72,38 |
| Хліб цільнозерновий | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 |
| **Всього за обід** |  |  | 12,91 | 16,49 | 22,84 | 29,22 | 52,16 | 63,06 | 460,9 | 573,59 |
| вечеря |
| Ліниві голубці з курячимм’ясом | 90 | 120 | 8,19 | 10,98 | 3,13 | 4,46 | 7,65 | 10,43 | 90,86 | 124,93 |
| Салат з моркви та твердим сиром з олією  | 94 | 126 | 2,45 | 3,19 | 4,22 | 5,37 | 10,17 | 13,43 | 84,87 | 109,98 |
| Компот фруктовий | 120 | 180 | 0,48 | 0,72 | - | - | - | - | - | - |
| Булочка з родзинками домашня печена | 90 | 110 | 12,3 | 16,15 | 9,18 | 13,78 | 39,71 | 48,09 | 281,52 | 371,41 |
| **Всього за вечерю** |  |  | 23,42 | 31,04 | 16,53 | 23,61 | 57,53 | 71,95 | 457,25 | 606,32 |