

ПОГОДЖЕНО
Начальник
Сумського управління
Головного управління
Держпродспоживслужби в
Сумській області
_____ Олександр СКВАРЧА
«__» _____ 2021р

ЗАТВЕРДЖУЮ
Директор Ворожбянської
гімназії № 4
Ольга МРОЩИНЧЕНКО

«28» *Скварча* 2021р.

ПЕРСПЕКТИВНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ
ДОШКІЛЬНОЇ ГРУПИ
Ворожбянської гімназії № 4
Ворожбянської міської ради Сумської області
на осінньо-зимовий період 2021 року

Меню першого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			Сад			ясла	сад
			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Сніданок										
Макарони відварні	120	150	4,23	5,27	4,07	4,18	27,97	34,95	167,87	201,57
Омлет	30	60	2,93	5,85	3,56	7,13	1,34	2,68	48,90	97,80
Батон з маслом та тв. сиром, чай	30/4, 5, 150	40/5, 10, 200	7,17	14,00	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,10
всього									394,57	523,47
Обід										
Суп гороховий з грінками	200/10	250/15	4,02/1,14	3,9/0,14	15,33/7,04	5,47/1,52	5,79/0,18	21,23/7,04	109,91/34,65	165,41/46,20
Овочеve рагу	125	150	2,25	3,4	12,2	2,65	5,17	14,49	86,41	142,86
Котлета м'ясна	65	105	12,79	20,44	13,99	22,25	9,63	12,62	194,68	298,04
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,4
Компот	150	180	0,4	-	24,72	0,6	-	26,1	46,45	49,45
всього									611,9	888,36
Полуденок										
Сирники	105	120	18,09	22,57	11,68	14,84	26,57	33,19	278,17	349,65
Какао з молоком	160	180	4,65	4,03	18,56	5,45	4,7	21,83	125,89	147,67
всього									404,06	497,32
Всього за день									1410,53	1909,5

Меню другого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			Сад			ясла	Сад
			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Сніданок										
Каша молочна манна	180	220	8,68	14,28	41,02	10,85	17,85	51,25	147,67	208,5
Хліб з маслом, тв. сир, чай з	30/4,5,150/5	40/5,1	7,17	14,1	25,06	9,03	16,68	32,5	177,8	224,10

лимоном		0,2 00/ 6									
всього									325,47	432,6	
Обід											
Борщ український	200	250	2,42	7,11	14,52	2,86	8,29	16,87	130,82	151,32	
Плов з м'ясом	95	190	10,56	10,61	12,24	20,96	21,21	23,03	169,53	332,43	
Ікра бурякова	50	60	0,64	0,78	1,04	2,05	4,29	5,19	27,00	39,75	
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,4	
Компот	150	180	0,4	-	24,72	0,6	-	26,1	46,45	49,45	
всього									513,6	759,35	
Полуденок											
Булка здобна	55	75	4,39	5,46	4,52	5,63	25,21	34,86	152,05	204,6	
Сік	80	100	0,2	-	9	0,3	-	13	48	68	
Яблуко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00	
всього									231,55	317,6	
всього за день									1070,62	1509,55	

Меню третього дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			Сад			ясла	Сад
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Каша молочна пшоняна	180	220	8,68	14,28	41,02	10,85	17,85	51,25	163,78	205,43
Хліб з маслом ,сир тв., чай	30/4,5,150	40/5,10,250	7,17	14,0	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,1
всього									341,58	429,53
Обід										
Розсольник	160	230	1,49/1,4	1,83/1,83	9,55/9,65	2,32/2,18	3,41/3,4	14,54/14,8	61,19/61,59	99,39/99,99
Каша пшенична	90	120	3,11	5,02	1,79	4,17	19,20	30,88	105,35	181,12
Печінка смажена в сметані	70	100	8,88	5,41	4,1	13,2	8,87	6,15	135,76	187,41
Салат з свіжої капусти	45	60	0,73	2,04	2,79	0,97	2,05	3,7	30,64	34,77

та моркви										
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,9
Компот	150	180	0,4	-	24,72	0,6	-	26,1	46,45	49,45
всього									580,78	839,03
Полуденок										
Вареники лінівi	110	135	18,21	22,52	9,26	11,30	16,45	20,05	220,01	266,02
Какао з молоком	160	180	4,65	4,03	18,56	5,45	4,7	21,83	125,89	147,67
всього									345,9	413,69
Всього за день									1268,26	1682,25

Меню четвертого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	Сад
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Каша молочна гричана	160	200	5,52	6,89	5,71	6,78	15,59	19,73	134,60	165,89
Хліб з маслом, тв. сир, чай з лимоном	30/4, 5,150	40/5, 10, 200	7,17	14,0	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,1
всього									312,4	389,99
Обід										
Борщ буряковий	200	250	0,66	2,08	3,55	1,0	3,41	5,19	34,17	99,8
Котлета рибна	30	60	6,36	6,74	6,2	12,5	12,44	12,07	111,23	209,59
Картопляне пюре	110	150	3,6	3,1	25,4	4,32	3,72	30,48	167,87	201,57
Капуста тушкована	50	50	0,59	2,55	6,28	0,59	2,55	6,28	47,26	47,26
Хліб	60	80	4,06	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,4
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									598,18	857,84
Полуденок										
Рогалик з повидлом	80	80	5,467	3,91	45,501	5,467	3,91	45,501	227,14	227,14
Сік	80	100	0,2	-	9	0,3	-	13	48	68
Апельсин	70	100	0,63	0,90	0,14	0,20	5,67	8,10	30,10	43,00
всього									305,24	338,14
Всього за день									1215,82	1585,97

Меню п'ятого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/кало	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	Сад
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Каша молочна геркулесова	150	200	5,89	6,86	22,28	7,85	9,14	29,7	172,02	229,35
чай	150	200	-	-	9,8	-	-	12,97	52,5	70
Хліб з маслом	30/4	40/5	2,03	7,4	13,16	2,4	8,88	16,54	149,2	154,17
всього									373,72	523,52
Обід										
Суп вермішелевий	200	250	4,78	3,42	17,68	6,0	4,27	22,22	118,8	149,18
Голубці лінівні	130	140	14,89	8,13	13,72	18,54	11,26	17,63	189,02	244,45
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,83	139,8	186,4
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									545,47	693,25
Полуденок										
Коржик	85	85	5,212	6,95	35,067	5,212	6,95	35,067	214,367	214,367
Кефір	150	180	4,50	5,40	1,50	1,80	6,00	7,20	60,00	72,00
Яблуко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00
всього									305,867	331,367
Всього за день									1224,607	1548,137

Меню шостого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	Сад
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Каша гречана з маслом	90	100	3,29	5,44	24,94	4,29	6,44	25,94	180,5	205,37
Яйце	20	40	2,54	5,08	2,30	4,60	0,14	0,28	31,40	62,80
Салат з свіжої капусти та моркви	45	60	0,73	2,04	2,79	0,97	2,05	3,7	30,64	34,77
Хліб з маслом	30/4	40/5	2,03	7,4	13,16	2,4	8,88	16,54	149,2	154,17
Чай	150	200	-	-	9,8	-	-	12,97	55,5	70
всього									419,2	496,24
Обід										
Суп ячний	200	250	4,65	3,86	12,38	5,76	4,81	16,03	107,18	133,78
Печення по домашньому	100	150	9	9,1	12,15	13,55	14,2	18,65	173,69	267,16
Ікра бурякова	50	60	0,64	0,78	1,04	2,05	4,29	5,19	27,00	39,75
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,83	139,8	186,4
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									556,61	700,56
Полуденок										
Ватрушка з сиром	90	90	12,08	12,75	39,9	12,08	12,75	39,9	318,3	318,3
Кефір	150	180	4,50	5,40	1,50	1,80	6,00	7,20	60,00	72,00
всього									378,3	390,3
Всього за день									1354,11	1587,1

Меню сьомого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	Сад
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Каша манна молочна	200	250	8,68	14,28	41,02	10,85	17,85	51,25	349,96	428,7
Хліб з маслом, тв. сир, чай з лимоном	30/4,5,150/5	40/5,10,200/6	7,17	14,0	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,1
всього									527,76	652,8
Обід										
Борщ український	200	250	2,42	7,11	14,52	2,86	8,29	16,87	130,82	151,32
Картопляне пюре	110	150	3,6	3,1	25,4	4,32	3,72	30,48	167,87	201,57
Котлета рибна	30	60	6,36	6,74	6,2	12,5	12,44	12,07	111,23	209,59
Салат з свіжої капусти та моркви	45	60	0,73	2,04	2,79	0,97	2,05	3,7	30,64	34,77
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,83	139,8	186,9
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									650,15	866,5
Полуденок										
Пиріжок з повидлом	90	115	20,3	17,47	14,84	25,34	20,51	18,84	295,88	359,1
Ск	80	100	0,2	-	9	0,3	-	13	48	68
Апельсин	70	100	0,63	0,90	0,14	0,20	5,67	8,10	30,10	43,00
всього									373,98	470,1
Всього за день									1551,89	1989,4

Меню восьмого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	Сад
			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Сніданок										
Каша молочна вермішелева	200	250	6,756	7,496	22,42	8,45	9,76	28,53	190,32	233,82

Хліб з маслом, сир, чай	30/4,5,150	40/5,1 0,200	7,17	14,0	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,1
всього									368,12	457,92
Обід										
Суп гороховий з грінками	200/10	250/1 5	4,02/ 1,14	3,9/0, 14	15,33/7,04	5,47/ 1,52	5,79/ 0,18	21,23/7,04	109,91/34 ,65	165,41/46,20
Каша ячна	50	60	1,07	1,33	1,23	1,62	7,13	8,82	43,94	55,35
Нагетси курячі	75	75	17,49	1,98	18,52	17,49	1,98	18,52	161,86	161,86
Ікра буряково-моркв'яна	50	60	1,15	2,08	7,54	1,49	3,10	9,75	77	81
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,9
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									687,04	916,97
Полуденок										
Запіканка сирна зі сметаною	115/25	150/2 5	20,3	17,47	14,84	25,34	20,51	18,84	295,88	359,1
Какао з молоком	150	200	4,2	4,8	22,02	5,6	6,4	29,36	141,1	190,8
Всього									436,98	549,9
Всього за день									1492,14	1924,79

Меню дев'ятого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	сад
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Каша молочна пшоняна	180	220	8,68	14,28	41,02	10,85	17,85	51,25	163,78	205,43
Хліб з маслом, сир, чай з лимоном	30/4,5,150	40/5,10,200	7,17	14,0	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,1
всього									341,58	429,53
Обід										
Борщ буряковий	200	250	0,66	2,08	3,55	1,0	3,41	5,19	34,17	99,8
Макарони відварні	120	150	4,23	5,27	4,07	4,18	27,97	34,95	167,87	201,57
Тюфтелі м'ясні	80	135	13,38	13,31	19,89	26,93	21,17	24,24	232,39	337,03
Салат з свіжої капусти та моркви	45	60	0,73	2,04	2,79	0,97	2,05	3,7	30,64	34,77
Хліб	60	80	4,56	0,36	38,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,4

Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									674,68	941,9
Полуденок										
Булка здобна	55	75	4,39	5,46	4,52	5,63	25,21	34,86	152,05	204,6
Какао з молоком	150	200	4,2	4,8	22,02	5,6	6,4	29,36	141,1	190,8
Яблуко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00
Всього									324,65	440,4
Всього за день									1340,91	1811,83

Меню десятого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	сад
			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Сніданок										
Каша молочна рисова	180	220	4,76	5,99	4,97	6,60	20,46	25,22	144,79	183,29
Хліб з маслом, сир, чай	30/4,5,150	40/5,10,200	7,7	14,0	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,10
всього									322,59	407,39
Обід										
Суп з фрикадельками	160/20	250/30	1,31/5,86	2,03/8,66	1,97/5,03	3,09/7,43	9,97/0,21	15,73/0,30	64,19/58,86	101,03/86,72
Каша пшенична	90	120	3,11	5,02	1,79	4,17	19,20	30,88	105,35	181,12
Оладки печінкові	30	65	5,90	13,57	2,63	6,66	2,67	6,64	58,00	140,77
Ікра бурякова	50	60	0,64	0,78	1,04	2,05	4,29	5,19	27,00	39,75
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,4
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									551,05	849,01
Полуденок										
Суфле сирне	110/15	125/20	18,23	22,71	13,14	16,87	17,42	22,87	258,09	330,01
Кисіль	150	200	0,26	-	26,1	3,5	-	47,8	73,53	124,79
Яблуко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00
Всього									363,12	499,8
Всього за день									1236,76	1756,2

Меню одинадцятого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			Сад			ясла	сад
			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Сніданок										
Макарони відварні	120	150	4,23	5,27	4,07	4,18	27,97	34,95	167,87	201,57
Омлет	30	60	2,93	5,85	3,56	7,13	1,34	2,68	48,90	97,80
Батон з маслом та тв. сиром, чай	30/4, 5, 150	40/5, 10, 200	7,17	14,00	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,10
всього									394,57	523,47
Обід										
Суп гороховий з грінками	200/10	250/15	4,02/1,14	3,9/0,14	15,33/7,04	5,47/1,52	5,79/0,18	21,23/7,04	109,91/34,65	165,41/46,20
Гуляш	25/25	50/50	8,94	17,88	5,24	10,48	1,34	2,68	84,05	168,1
Картопляне пюре	110	150	3,6	3,1	25,4	4,32	3,72	30,48	167,87	201,57
Капуста тушкова	50	50	0,59	2,55	6,28	0,59	2,55	6,28	47,26	47,26
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,4
Компот	150	180	0,4	-	24,72	0,6	-	26,1	46,45	49,45
всього									629,99	864,39
Полуденок										
Сирники	105	120	18,09	22,57	11,68	14,84	26,57	33,19	278,17	349,65
Какао з молоком	160	180	4,65	4,03	18,56	5,45	4,7	21,83	125,89	147,67
всього									404,06	497,32
всього за день									1428,62	1885,18

Меню дванадцятого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			Сад			ясла	Сад
			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Сніданок										

Каша молочна манна	180	220	8,68	14,28	41,02	10,85	17,85	51,25	147,67	208,5
Хліб з маслом,тв.сир,чай з лимоном	30/4,5,150/5	40/5,10,20 0/6	7,17	14,1	25,06	9,03	16,68	32,5	177,8	224,10
всього									325,47	432,6
Обід										
Суп болгарський	200	250	1,84	2,57	2,69	4,10	9,35	13,99	69,53	103,88
Макарони відварні	120	150	4,23	5,27	4,07	4,18	27,97	34,95	167,87	201,57
Оладки курячі	70	105	10,05	15,99	13,49	21,19	5,64	8,14	183,89	268,89
Огірок солоний	20	30	0,16	0,24	0,02	0,03	0,46	0,69	2,60	3,90
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,4
Компот	150	180	0,4	-	24,72	0,6	-	26,1	46,45	49,45
всього									610,14	814,09
Полуденок										
Булка здобна	55	75	4,39	5,46	4,52	5,63	25,21	34,86	152,05	204,6
Сік	80	100	0,2	-	9	0,3	-	13	48	68
Яблуко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00
всього									231,55	317,6
всього за день									1167,16	1564,29

Меню тринадцятого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			Сад			ясла	Сад
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Каша молочна пшоняна	180	220	8,68	14,28	41,02	10,85	17,85	51,25	163,78	205,43
Хліб з маслом ,сир тв., чай	30/4,5,150/5	40/5,10,20,250	7,17	14,0	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,1
всього									341,58	429,53
Обід										
Розсольник	160	230	1,49/1,4	1,83/1,83	9,55/9,65	2,32/2,18	3,41/3,4	14,54/14,8	61,19/61,59	99,39/99,99
Каша гречана	100	120	3,22	4,48	4,46	4,79	15,85	22,17	116,82	150,32
Печінка смажена в	70	100	8,88	5,41	4,1	13,2	8,87	6,15	135,76	187,41

сметані										
Салат з свіжої капусти та моркви	45	60	0,73	2,04	2,79	0,97	2,05	3,7	30,64	34,77
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,9
Компот	150	180	0,4	-	24,72	0,6	-	26,1	46,45	49,45
всього									592,25	808,23
Полуденок										
Вареники лінівні	110	135	18,21	22,52	9,26	11,30	16,45	20,05	220,01	266,02
Какао з молоком	160	180	4,65	4,03	18,56	5,45	4,7	21,83	125,89	147,67
всього									345,9	413,69
Всього за день									1279,73	1652,45

Меню чотирнадцятого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	Сад
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Каша молочна гречана	160	200	5,52	6,89	5,71	6,78	15,59	19,73	134,60	165,89
Хліб з маслом, тв. сир, чай з лимоном	30/4, 5,150	40/5, 10, 200	7,17	14,0	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,1
всього									312,4	389,99
Обід										
Борщ український	200	250	2,42	7,11	14,52	2,86	8,29	16,87	130,82	151,32
Котлета рибна	30	60	6,36	6,74	6,2	12,5	12,44	12,07	111,23	209,59
Картопляне пюре	110	150	3,6	3,1	25,4	4,32	3,72	30,48	167,87	201,57
Капуста тушкована	50	50	0,59	2,55	6,28	0,59	2,55	6,28	47,26	47,26
Хліб	60	80	4,06	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,4
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									694,83	909,36
Полуденок										
Рогалик з повидлом	80	80	5,467	3,91	45,501	5,467	3,91	45,501	227,14	227,14
Сік	80	100	0,2	-	9	0,3	-	13	48	68
Апельсин	70	100	0,63	0,90	0,14	0,20	5,67	8,10	30,10	43,00
всього									305,24	338,14
Всього за день									1312,47	1637,49

Меню п'ятнадцятого дня

Страва	Норма в грамах	Хімічний склад	Кількість к/калорій
--------	----------------	----------------	---------------------

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	Сад
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Каша молочна геркулесова	150	200	5,89	6,86	22,28	7,85	9,14	29,7	172,02	229,35
чай	150	200	-	-	9,8	-	-	12,97	52,5	70
Хліб з маслом	30/4	40/5	2,03	7,4	13,16	2,4	8,88	16,54	149,2	154,17
всього									373,72	523,52
Обід										
Суп гречаний	180	200	2,51	2,95	3,13	4,58	15,69	18,61	102,06	128,07
Каша пшенична	90	120	3,11	5,02	1,79	4,17	19,20	30,88	105,35	181,12
Тюфтелі м'ясні	80	135	13,38	13,31	19,89	26,93	21,17	24,24	232,39	337,03
Салат з солоних огірків	30	50	0,25	0,43	1,22	2,04	1,00	1,67	15,8	26,33
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,83	139,8	186,4
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									693,25	972,17
Полуденок										
Коржик	85	85	5,212	6,95	35,067	5,212	6,95	35,067	214,367	214,367
Кефір	150	180	4,50	5,40	1,50	1,80	6,00	7,20	60,00	72,00
Яблуко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00
всього									305,867	331,367
Всього за день									1372,837	1827,057

Меню шістнадцятого дня

	ясла	сад	ясла			сад			ясла	Сад
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Каша гречана з маслом	90	100	3,29	5,44	24,94	4,29	6,44	25,94	180,5	205,37
Яйце	20	40	2,54	5,08	2,30	4,60	0,14	0,28	31,40	62,80
Салат з свіжої капусти та моркви	45	60	0,73	2,04	2,79	0,97	2,05	3,7	30,64	34,77
Хліб з маслом	30/4	40/5	2,03	7,4	13,16	2,4	8,88	16,54	149,2	154,17
Чай	150	200	-	-	9,8	-	-	12,97	55,5	70
всього									419,2	496,24
Обід										
Суп гороховий з грінками	200/10	250/15	4,02/1,14	3,9/0,14	15,33/7,04	5,47/1,52	5,79/0,18	21,23/7,04	109,91/34,65	165,41/46,20
Голубці з курячим м	120	170	13,18	16,88	12,49	17,64	11,58	16,38	198,58	280,21
Ікра бурякова	50	60	0,64	0,78	1,04	2,05	4,29	5,19	27,00	39,75
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,83	139,8	186,4
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									604,79	851,19
Полуденок										
Ватрушка з сиром	90	90	12,08	12,75	39,9	12,08	12,75	39,9	318,3	318,3
Кефір	150	180	4,50	5,40	1,50	1,80	6,00	7,20	60,00	72,00
всього									378,3	390,3
всього за день									1354,11	1587,1

Меню сімнадцятого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій		
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	Сад	
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В			
Каша манна молочна	200	250	8,68	14,28	41,02	10,85	17,85	51,25	349,96	428,7	
Хліб з маслом, тв. сир, чай з лимоном	30/4,5,15 0/5	40/5,10, 200/6	7,17	14,0	25,9 6	9,03	16,68		32,5	177,8	224,1

всього							527,76			652,8	
Обід											
Борщ буряковий	200	250	0,66	2,08	3,55	1,0	3,41	5,19	34,17	99,8	
Котлета м'ясна	65	105	12,79	20,44	13,99	22,25	9,63	12,62	194,68	298,04	
Макарони відварні	120	150	4,23	5,27	4,07	4,18	27,97	34,95	167,87	201,57	
Салат з свіжої капусти та моркви	45	60	0,73	2,04	2,79	0,97	2,05	3,7	30,64	34,77	
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,83	139,8	186,9	
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22	
всього							650,15			866,5	
Полуденок											
Пиріжок з повидлом	90	115	20,3	17,47	14,84	25,34	20,51	18,84	295,88	359,1	
Сік	80	100	0,2	-	9	0,3	-	13	48	68	
Апельсин	70	100	0,63	0,90	0,14	0,20	5,67	8,10	30,10	43,00	
всього							373,98			470,1	
Всього за день							1551,89			1989,4	

Меню вісімнадцятого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	Сад
			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Сніданок										
Каша молочна вермішелева	200	250	6,756	7,496	22,42	8,45	9,76	28,53	190,32	233,82
Хліб з маслом, сир, чай	30/4,5,15 0	40/5,1 0,200	7,17	14,0	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,1
всього									368,12	457,92
Обід										
Суп вермішельний	200	250	1,51	2,46	1,67	2,49	10,67	17,35	64,70	103,16
Зрази печінкові	190	190	14,04	14,04	13,6	13,6	35,79	35,79	328,16	328,16
Ікра буряково-моркв'яна	50	60	1,15	2,08	7,54	1,49	3,10	9,75	77	81

Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,9
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									687,04	916,97
Полуденок										
Запіканка сирна зі сметаною	115/25	150/25	20,3	17,47	14,84	25,34	20,51	18,84	295,88	359,1
Какао з молоком	150	200	4,2	4,8	22,02	5,6	6,4	29,36	141,1	190,8
Всього									436,98	549,9
Всього за день									1492,14	1924,79

Меню дев'ятнадцятого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	сад
Сніданок			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Каша молочна пшоняна	180	220	8,68	14,28	41,02	10,85	17,85	51,25	163,78	205,43
Хліб з маслом, сир, чай з лимоном	30/4,5,150	40/5,10,200	7,17	14,0	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,1
всього									341,58	429,53
Обід										
Суп ячний	200	250	4,65	3,86	12,38	5,76	4,81	16,03	107,18	133,78
Підлива м'ясна	60	60	9,41	9,41	6,07	6,07	2,82	2,82	103,41	103,41
Каша рисова	100	150	2,57	3,86	3,26	4,49	25,89	38,82	145,25	217,88
Огірок солоний	20	30	0,16	0,24	0,02	0,03	0,46	0,69	2,60	3,90
Хліб	60	80	4,56	0,36	38,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,4
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									674,68	941,9
Полуденок										
Булка здобна	55	75	4,39	5,46	4,52	5,63	25,21	34,86	152,05	204,6
Какао з молоком	150	200	4,2	4,8	22,02	5,6	6,4	29,36	141,1	190,8
Яблуко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00
Всього									324,65	440,4
Всього за день									1340,91	1811,83

Меню двадцятого дня

Страва	Норма в грамах		Хімічний склад						Кількість к/калорій	
	ясла	сад	ясла			сад			ясла	сад
			Б	Ж	В	Б	Ж	В		
Сніданок										
Каша молочна рисова	180	220	4,76	5,99	4,97	6,60	20,46	25,22	144,79	183,29
Хліб з маслом, сир, чай	30/4,5,150	40/5,10,200	7,7	14,0	25,96	9,03	16,68	32,5	177,8	224,10
всього									322,59	407,39
Обід										
Суп гречаний	180	200	2,51	2,95	3,13	4,58	15,69	18,61	102,06	128,07
Картопляне пюре	110	150	3,6	3,1	25,4	4,32	3,72	30,48	167,87	201,57
Котлета рибна	30	60	6,36	6,74	6,2	12,5	12,44	12,07	111,23	209,59
Капуста тушкована	50	50	0,59	2,55	6,28	0,59	2,55	6,28	47,26	47,26
Хліб	60	80	4,56	0,36	32,88	5,32	0,6	43,84	139,8	186,4
Компот	150	180	0,42	-	26,07	0,49	-	29,67	97,85	113,22
всього									551,05	849,01
Полуденок										
Суфле сирне	110/15	125/20	18,23	22,71	13,14	16,87	17,42	22,87	258,09	330,01
Кисіль	150	200	0,26	-	26,1	3,5	-	47,8	73,53	124,79
Яблуко	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,40	31,50	45,00
Всього									363,12	499,8
Всього за день									1236,76	1756,2

Склали: комірник  О.С.Єременко

кухар  І.А.Курило

