



ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ
З ПИТАНЬ БЕЗПЕЧНОСТІ
ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ ТА
ЗАХИСТУ СПОЖИВАЧІВ
Держпродспоживслужба

STATE SERVICE OF UKRAINE
ON FOOD SAFETY
AND CONSUMER
PROTECTION
SSUFSCP

ГОЛОВНЕ УПРАВЛІННЯ
ДЕРЖПРОДСПОЖИВСЛУЖБИ
В ХАРКІВСЬКІЙ ОБЛАСТІ

MAIN ADMINISTRATION
OF SSUFSCP
IN KHARKIVSKA REGION

пр-т Науки, 40, 6 поверх, м. Харків, 61166,
факс: (057) 725-19-00,
тел. (057) 725-19-00
E-mail: gudpss@kh-consumer.gov.ua,
сайт: kh-consumer.gov.ua,
код згідно ЄДРПОУ 40324829

40, Nauki ave., 6 floor, Kharkiv, 61166,
fax: (057) 725-19-00,
phone (057) 725-19-00
E-mail: gudpss@kh-consumer.gov.ua,
WEB: kh-consumer.gov.ua,
код згідно ЄДРПОУ 40324829

№ Б.5/1036/22 від 19.01 2022 р. на № 786 від 16.12 2021 р.

Завідувачу КЗ «Дошкільний навчальний
заклад (ясла-садок) №382 «Джерельце»
Харківської міської ради»

вул. Астрономічна, 35, м. Харків, 61085

Про погодження примірних
чотиритижневих меню

На Ваш лист повідомляємо, що надані примірні чотиритижневі меню на зимовий, весняний, літній та осінній періоди для вихованців КЗ «Дошкільний навчальний заклад (ясла-садок) №382 «Джерельце» Харківської міської ради» погоджені.

Начальник Управління державного
нагляду за дотриманням санітарного
законодавства

 Тетяна КОЛПАКОВА

Галина Гуторова 725 01 69
Ірина Зубкова 725 01 05
Олена Товстолуг 725 01 71

Вх N 7
Big 22.01.2022
ДХБ №382

ПОГОДЖЕНО

Листом Головного Управління
Держпродспоживслужби в
Харківській області

вих. № 6.3/1076/20 від 19.01 2022

ЗАТВЕРДЖЕНО

Завідувач комунального закладу
«Дошкільний навчальний заклад
(ясла-сад) № 382 «Джерельце»
Харківської міської ради»

 С.А.Романенко

18 2021 року



**Примірне
чотиритижневе меню**

**комунального закладу «Дошкільний навчальний заклад
(ясла-садок) № 382 «Джерельце» Харківської міської ради»
(для дітей дошкільних навчальних закладів (груп) загального типу)
(при триразовому харчуванні п'ятиденний термін перебування)
згідно з п.1.12,1.13 «Інструкції з організації харчування дітей
у дошкільних навчальних закладах», затвердженої спільним наказом
Міністерства освіти і науки України та Міністерства охорони здоров'я
України від 17.04.2006 № 298/227 «Про затвердження Інструкції
з організації харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»
та постанови КМУ № 305 від 24.05.2021**

на осінній період

**ПОНЕДІЛОК
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто		
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років					
Сніданок	Каша гречана в'язка з в/м	80	100	Крупа гречана	20/25	20/25		
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5		
	Яйце відварене	1	1	Яйцо	1шт/1шт	40/40		
	Салат з помідорів та цибулі	60	80	Помідори	58,1/75,8	54/72		
				Цибуля	7,2/9,6	6/8		
				Олія	4/4,5	4/4,5		
	Фрукти свіжі(яблуко, груша)	60	80	Фрукти	68,2/91	60/80		
	Хліб пшеничний з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30		
Сир твердий				10/15	10/15			
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3			
			Цукор	-/7,5	-/7,5			
Обід	Суп гороховий	200	250	Олія	2,0/2,5	2/2,5		
				Картопля 9-10 міс 11 міс	20/28	15/21		
					21,5/30			
				Горох	20/25	20/25		
				Морква	10/15	8/12		
	Цибуля	7,2/9,6	6/8					
	Тушкована картопля з м'ясом птиці	75	133	Картопля 9-10 міс 11 міс	86,7/105,4 92,9/112,9	65/79		
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5		
				М'ясо птиці філе	45/60	45/60		
				Олія	3/3	3/3		
				Морква	10/15	8/12		
	Свіжий огірок	34	44	Свіжий огірок	36,6/47,4	34/44		
				Хліб житній	30/30	30/30		
				Узвар	120	180	Сухофрукти	20/25
Цукор							-/10	-/10
Вечеря	Тушковане куряче м'ясо з гарбузом та томатами	116	148	М'ясо птиці філе	45/60	45/60		
				Олія	4/4,5	4/4,5		
				Рис	17/22	17/22		
				Цибуля	9,6/12	8/10		
				Томат	23,2/26,4	22/25		
				Гарбуз	42,9/64,3	30/45		
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5		
	Фрукти сезонні	60	80	Фрукти свіжі	68,2/91	60/80		
	Какао	150	200	Какао	5/6	5/6		
				Молоко	150/200	150/200		
Цукор				-/7,5	-/7,5			

ВІВТОРОК І ТИЖДЕНЬ

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша геркулесова молочна з маслом вершковим	200	250	Молоко	150/200	150/200
				Крупа «Геркулес»	20/25	20/25
				Цукор	-/7,5	-/7,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Морква тушкована	52	69	Морква	61,3/81,3	49/65
				Цибуля	13/18	11/15
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Фрукти сезонні	60	80	Фрукти	68,2/91	60/80
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Обід	Щі зі свіжої капусти на курячому бульоні	200	250	Капуста	40/55	32/44
				Морква	10/12,5	8/10
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Томат-паста	1/2	1/2
				Сметана	15/25	15/25
				Олія рослина	3/3,5	3/3,5
	Пшенична каша в'язка та суфле з м'яса птиці	80	100	Крупа пшенична	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
		30	40	Курка	74/98	45/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Морква	7,5/10	6/8
				Яйце	1\11/1\8	3,64/5
	Олія	2/2	2/2			
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
Компот із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Риба тушкована в томатному соусі з відвареним рисом	80/43	100/65	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Цибуля	7/10	5/8
				Морква	8/10	6/8
				Томат паста	2/3	2/3
				Цукор	-/4	-/4
				Рис	28/35	28/35
	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5			
	Салат з капусти	50	65	Капуста	61,3/80	49/64
				Олія	2/2	2/2
Цукор				-/3,5	-/3,5	
Кефір або йогурт	100	125	Кефір, йогурт	100/125	100/125	

**СЕРЕДА
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Запеканка сирно-вермішелева	165	206	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Цукор	-/3	-/3
				Яйце	0,1/01	4/4
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Макаронні вироби	27/33	27/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Гарбуз тушкований з яблуком	97	130	Яблуко	68,2/91	60/80
				Гарбуз	85,8/114,3	60/80
				Олія	2/2	2/2
	Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30
Чай з цукром	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	
Обід	Суп польовий	200	250	Пшоно	8/10	8/10
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Картопля 9-10 міс 11 міс	50,7/66,7 54,3/71,5	38/50
				Яйце	1\20/1\20	2/2
				Морква	7,5/10	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Тфтеля з м'яса свинини з тушкованими овочами	65/73	88/88	М'ясо свинини б/к	45/60	45/60
				Рис	9/12	9/12
				Цибуля	4,8/9,6	4/8
				Морква	5/10	4/8
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Томат	2/2	2/2
				Борошно	1/2	1/2
				Олія рослина	5/5,5	5/5,5
				Кабачки	53,4/64	40/48
	Картопля 9-10 міс 11 міс	56/66,7 60/71,5	42/50			
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Кисіль зі свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
Цукор				-/10	-/10	
Вечеря	М'ясо тушковане з овочами та ячною кашею	55/80	73/100	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія рослинна	4/4,5	4/4,5
				Морква	11,3/15	9/12
				Борошно	1/2	1/2
				Крупа ячна	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Помідор порційний	43	58	Свіжий помідор	46/61	43/58
	Какао	150	200	Какао	5/6	5/6
				Цукор	-/7,5	-/7,5
Молоко				150/200	150/200	

ЧЕТВЕР, 1 ТИЖДЕНЬ

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса бруutto	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Омлет драчена з овочами	56	71	Яйця	1/1	40/40
				Цибуля	4,8/4,8	4/4
				Томати	14,8/24,3	14/23
				Олія	4/4,5	4/4,5
				Молоко	10/20	10/20
				Борошно	2/3	2/3
	Огірок порційний	42	53	Огірок	45,2/57	42/53
	Каша вівсяна в'яза з вершковим маслом	80	100	Геркулес	20/25	20/25
				Вершкове масло	2/2,5	2/2,5
	Яблуко запечене з цукром	48	64	Яблуко	68,2/91	60/80
Цукор				-/7,5	-/7,5	
Хліб пшеничний з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30	
			Сир твердий	10/15	10/15	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Обід	Суп овочевий з зеленим горошком та сметаною	200/15	250/15	Картопля 9-10 міс	20/28	15/21
				11 міс	21,5/30	
				Горошок зелен.	10/15	10/15
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Морква	10/15	8/12
				Капуста	32,5/38,8	26/31
	Каша розсипчаста перлова з вершковим маслом	80	100	Крупа перлова	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Гуляш з м'яса птиці	42	55	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Борошно	3/5	3/5
				Томат	2/2	2/2
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія рослина	3/3	3/3
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Рибна котлета з картопляним пюре	56/80	78/97	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія рослинна	4/4,5	4/4,5
				Борошно	5/5	5/5
				Хліб	15/20	15/20
				Яйце	1/10/1/10	4/4
				Картопля 9-10 міс	86,7/105,4	65/79
				11 міс	92,9/112,9	
	Молоко	20/24	20/24			
	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5			
	Помідор порційний	54	72	Помідор	58,1/75,8	54/72
	Мус яблучний із фруктовим соусом	80/40	100/50	Манка	12,5/12,5	12,5/12,5
				Цукор	-/6,5	-/6,5
				Яблуко	41/51,2	36/45
Лимонна кислота				0,18/0,22	0,18/0,22	
Фрукти морожені (вишня, малина)				24/35	24/35	
Цукор	-/1	-/1				
Молоко кип'ячене	130	176	Молоко	130/176	130/176	

**П'ЯТНИЦЯ
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Сирно-пшенична запіканка з фруктовим соусом	165/15	206/25	Сир м'який	100/125	100/125
				Цукор	-/3,5	-/3,5
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
				Крупа пшенична	16/20	16/20
				Яйце	1/10/1/10	4/4
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Деруни з гарбуза	54	71	Гарбуз	65/85	52/68
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Яйце	1/10/1/10	4/4
				Борошно	4,5/6	4,5/6
Олія	3,5/4	3,5/4				
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Компот із свіжих фруктів	100	125	Фрукти свіжі або заморожені	45,5/56,9	40/50	
			Цукор	-/4	-/4	
Обід	Суп картопляний	200	250	Картопля 9-10 міс 11 міс	106/133	80/100
				Морква	10/15	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	1,5/2	1,5/2
	Ковбаски львівські	53	67	М'ясо свинина б/к	45/60	45/60
				Яйце	1/8/1/8	5/5
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Сухарі панірувальні	10/10	10/10
	Олія	2/2	2/2			
	Каша ячнева в'язка з маслом вершковим	80	100	Крупа ячнева	18/23	18/23
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат зі свіжої моркви та зеленого горошку	50	67	Морква	40/52,5	32/42
				Зелений горошок морожений	20/28	20/28
Олія				1/1	1/1	
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар із сухофруктів	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	М'ясо куряче тушковане з пшоною жашею в'язкою	36/80	48/100	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Олія	2,5/3	2,5/3
				Цибуля	12/14,3	10/12
				Пшоно	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат зі свіжої капусти та моркви	53	73	Капуста свіжа	40/52,5	32/42
				Морква	25/35	20/28
				Цукор	-/1	-/1
	Олія	1,5/1,5	1,5/1,5			
	Йогурт	100	125	Йогурт	100/125	100/125
Яблуко запечене з цукром	48	64	Фрукти	68,2/91	60/80	
			Цукор	-/6,5	-/6,5	

**ПОНЕДІЛОК
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Макаронні вироби з вершковим маслом та сиром твердим	80/10	100/15	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Макаронні вироби	26/33	26/33
				Сир твердий	10/15	10/15
	Омлет	49	50	Яйце	1/1	40/40
				Молоко	15/15	15/15
				Борошно	1/2	1/2
				Олія	2/2	2/2
	Морквяна ікра	53	71	Морква	62,5/85	50/68
				Цибуля	12/14,3	10/12
				Олія рослинна	2/2,5	2/2,5
Фрукти свіжі	60	80	Фрукти	68,2/91	60/80	
Чай з цукром	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Обід	Суп з гарбузом	200	250	Капуста	21,3/32,5	17/26
				Гарбуз	21,5/28,7	15/20
				Морква	8,8/11,3	7/9
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія рослина	2/2	2/2
	Бефстроганов з м'яса птиці	67	80	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Сметана	15/25	15/25
				Цибуля	15,5/17,9	13/15
				Борошно	3/3	3/3
				Олія рослина	3/3,5	3/3,5
	Каша гречана розсипчаста з в/м	80	100	Крупа гречана	38/47	38/47
				Вершкове масло	2/2,5	2/2,5
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Кісіль із сухофруктів	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25
Крохмаль картопляний				5/6	5/6	
Цукор				-/10	-/10	
Вечеря	Котлета з м'яса птиці	55	75	М'ясо куряче філе	45/60	45/60
				Хліб	11/17	11/17
				Сухарі панірувальні	4/6	4/6
				Олія рослина	2/2	2/2,5
				Цибуля	9,6/12	8/10
	Картопляне пюре	99	123	Картопля 9-10 міс 11 міс	106,7/133,4 114,3/142,9	80/100
				Молоко	25/30	25/30
				Масло вершкове	1 /1,5	1/1,5
	Салат з капусти та моркви	52	70	Капуста	55/72,6	44/58
				Морква	10/15	8/12
				Олія	1 /1,5	1/1
	Хліб житній	20	20	Хліб	20/20	20/20
	Манна запіканка з бананом	110	140	Кефір	100/125	100/125
				Манна крупа	17/22	17/22
				Олія	1/1	1/1
				Масло вершкове	1/1	1/1
Цукор				-/7,5	-/7,5	
Банан				85,8/114,3	60/80	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	

**ВІВТОРОК
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто	
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років				
Сніданок	Молочна каша пшенична з вершковим маслом	200	250	Крупа пшенична	16/20	16/20	
				Цукор	-/3	-/3	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
				Молоко	150/200	150/200	
	Морква тушкована	54	71	Морква	65/85	52/68	
				Олія	4/4,5	4/4,5	
				Цибуля	9,6/14,3	8/12	
	Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
				Цукор	-/4,5	-/4,5	
	Обід	Рассольник	200	250	Картопля 9-10 міс 11 міс	20/28 21,5/30	15/21
					Рис	12/15	12/15
					Морква	16,3/12,5	13/10
Цибуля					15,5/12	13/10	
Масло вершкове					2/2,5	2/2,5	
Огірок солоний					-/30	-/24	
Борошно пшеничне					2/2	2/2	
Зрази картопляні з курячим м'ясом		97	120	Картопля 9-10 міс 11 міс	86,7/105,4 92,9/112,9	65/79	
				М'ясо птиці філе	45/60	45/60	
				Цибуля	4,8/7,2	4/6	
				Олія	5/5,5	5/5,5	
				Яйце	1\10/1\10	4/4	
				Сухарі панірувальні	10/10	10/10	
Томат порційний		20	30	Томат	31,6/31,6	30/30	
Хліб житній		30	30	Хліб	20/20	20/20	
Узвар		150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
				Цукор	-/7,5	-/7,5	
Вечеря		Товченики рибні з капустою тушкованою	48/31	65/47	Риба хек	69/103,3	40/60
	Риба минтай				84/126	40/60	
	Капуста свіжа				50/75	40/60	
	Цибуля				9,6/9,6	8/8	
	Яйце				1\10/1\10	4/4	
	Олія рослина				3,5/4	3,5/4	
	Борошно				10/10	10/10	
	Запіканка пшонона з гарбузом	100	120	Пшоно	32/40	32/40	
				Цукор	-/3	-/3	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
				Гарбуз	17,2/17,2	12/12	
				Яйце	1\10/1\10	4/4	
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5	
				Сметана	15/25	15/25	
	Кисіль зі свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі	68,2/91	60/80	
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6	
				Цукор	-/4,5	-/4,5	
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	

**СЕРЕДА
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто	
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років				
Сніданок	Запіданка сирна з родзинками	146	189	Сир кисломолочний	100/125	100/125	
				Цукор	-/3,5	-/3,5	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
				Крупа манна	9/11	9/11	
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5	
				Сухофрукти (родзинки)	7/10	7/10	
	Котлети морквяні	99	126	Морква	75/100	60/80	
				Яйце	1\10/1\10	4/4	
				Крупа манна	9/11	9/11	
				Борошно	8/10	8/10	
Сухарі панірувальні				5/5	5/5		
			Олія	3,5/4	3,5/4		
	Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
	Компот із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91	60/80	
Цукор				-/4	-/4		
Обід	Борщ бурячковий із сметаною	200	250	Картопля 9-10 міс 11 міс	20/28 21,5/30	15/21	
				Бурак	35/45	28/36	
				Цибуля	9,6/12	8/10	
				Сметана	15/25	15/25	
				Морква	10/15	8/12	
				Олія	2/2,5	2/2,5	
	Гуляш з яловичини з тушкованою картоплею	36/69	48/87	М'ясо яловичини б/к	45/60	45/60	
				Цибуля	9,7/12	8/10	
				Томатна паста	2/3	2/3	
				Олія	2 /2,5	2/2,5	
				Борошно	1,0/2,0	1/2	
				Морква	10/15	8/12	
				Картопля 9-10 міс 11 міс	86,7/105,4 92,9/112,9	65/79	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
	Рисова запіданка з яблуком	132	170	Рис	17/22	17/22	
				Яблуко	68,2/91	60/80	
				Цукор	-/2	-/2	
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5	
		Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
		Компот із сухофруктів	150	180	Сухофрукти	13/15	13/15
Цукор	-/10				-/10		
Вечеря	Курка по селянськи	36/69	48/87	Кури	74/98	45/60	
				Цибуля	9,6/12	8/10	
				Ячнева крупа	26/33	26/33	
				Олія	3/3	3/3	
				Морква	10/15	8/12	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
	Кабачкова ікра	35	47	Кабачки	48/64	36/48	
				Цибуля	9,6/12	8/10	
				Томатна паста	1/2	1/2	
				Олія	1,0/1,0	1/1	
	Какао на цільному молоці з цукром	150	200	Какао	5/6	5/6	
				Цукор	-/5,5	-/5,5	
				Молоко	150/200	150/200	

**ЧЕТВЕР
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Помідори смажені з яйцями	77	90	Яйце	1/1	40/40
				Томати	63,2/84,3	60/80
				Олія	2,5/3	2,5/3
	Картопля відварена з вершковим маслом	63	76	Картопля 9-10 міс 11 міс	86,7/105,4 92,9/112,9	65/79
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Манна бабка	84	103	Крупа манна	17/22	17/22
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Сметана	15/25	15/25
				Цукор	-7,5	-7,5
	Олія	1,5/1,5	1,5/1,5			
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Обід	Суп гречаний	200	250	Картопля 9-10 міс 11 міс	20/28 21,5/30	15/21
				Гречка	8/10	8/10
				Морква	10/15	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Перець або кабачки фаршировані рисом та м'ясом	130	160	Перець солодкий або кабачки	42,7/53,4 42,7/53,4	32/40
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Морква	10/15	8/12
				Томатна паста	2/2	2/2
				Олія рослина	5/5,5	5/5,5
				М'ясо птиці філе	45/60	45/60
	Рис	18/21	18/21			
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
Кисіль із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68/91 60/80	60/80	
			Крохмаль картопляний	5/6	5/6	
			Цукор	-10	-10	
Вечеря	Риба смажена	33	50	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба мінтай	84/126	40/60
				Борошно	7/10	7/10
				Олія	2,5/3	2,5/3
	Овочі тушковані	49	65	Кабачки або капуста	61,4/80 57,5/75	46/60 46/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Морква	10/15	8/12
				Томатна паста	1/2	1/2
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	Шарлотка з яблуками	80	120	Яблуко	68,2/91	60/80
				Яйця	1\4/1\4	10/10
				Борошно	32/40	32/40
				Цукор	-7,5	-7,5
Масло вершкове				2/2,5	2/2,5	
Кефір	100	125	Кефір	100/125	100/125	
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	

**П'ЯТНИЦЯ
П ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Сирники рожеві	150	190	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Морква	75\100	60/80
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Цукор	-/2	-/2
				Олія рослинна	4/4,5	4/4,5
				Борошно	10/10	10/10
	Вівсяна каша в'язка з вершковим маслом	80	100	Крупа вівсяна	20/25	20/25
	Хліб пшеничний	30	30	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Хліб	30/30	30/30
	Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3
Цукор				-/7,5	-/7,5	
Фрукти сезонні	60	80	Фрукти	68,2/91	60/80	
Обід	Суп з фрикадельками	200/10	250/14	М'ясо птиці філе	11/15	11/15
				Яйце	1\18/1\13	2,22/3,08
				Морква	10/15	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	М'ясо тушковане з пшоном	36/80	48/100	М'ясо свинина б/к	45/60	45/60
				Олія рослина	2/2,5	2/2,5
				Цибуля	9,6/15	8/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат із білокачанної капусти та моркви з рослинною олією	38	48	Пшоно	20/25	20/25
Капуста свіжа				41,3/53,8	33/43	
Морква				6,2/6,2	5/5	
Хліб житній	30	30	Олія рослина	1,5/1,5	1,5/1,5	
			Хліб	30/30	30/30	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі	68,2/91	60/80	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Гарбузово-курячі котлетки	75	99	Гарбуз	85,8/114,3	52/70
				М'ясо птиці філе	34/45	34/45
				Яйце	1\13/1\10	3/4
				Крупа манна	5/7	5/7
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	4/4,5	4/4,5
				Масло вершкове	0,5/0,5	2/2,5
	Рисова каша в'язка	80	100	Рис	15/20	15/20
				Масло вершкове	1,5/2	1,5/2
	Какао	150	200	Какао	5/6	5/6
Молоко				150/200	150/200	
Цукор				-/5,5	-/5,5	

**ПОНЕДІЛОК
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша ячна в'язка з вершковим маслом	80	100	Крупа ячна	17/22	17/22
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Яєчня з хлібом і зеленою цибулею	56	58	Яйце	1/1	40/40
				Хліб пшеничний	10/10	10/10
				Цибуля зелена	10/13,4	6/8
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Помідор порційний	54	72	Помідор свіжий	58,1/75,8	54/72
	Хліб пшеничний з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30
				Сир твердий	10/15	10/15
	Фрукти свіжі	60	80	Фрукти свіжі	68,2/91	60/80
Чай з цукром	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2\0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Обід	Суп з галушками на курячому бульоні	200	250	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Борошно	12/16	12/16
				Молоко	10/15	10/15
				Морква	9,6/14,3	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Голубці з курячим м'ясом	115	147	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Капуста	37,5/45	30/36
				Рис	14/18	14/18
				Олія	5/5,5	5/5,5
				Томат паста	2/2	2/2
				Морква	10/15	8/12
				Сметана	15/25	15/25
	Цибуля	9,6/14,3	8/12			
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25
Цукор				-/10	-/10	
Вечеря	Курятина запечена з локшиною	113	144	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Яйце	1\8/1\8	5/5
				Локшина	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Морква	10/15	8/12
	Бурячкова ікра	40	52	Бурак	47,5/62,5	38/50
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	2/2	2/2
	Свіжі фрукти	60	80	Свіжі фрукти	68,2/91	60/80
	Какао	150	200	Какао	5/6	5/6
Молоко				140/185	140/185	
Цукор				-/7,5	-/7,5	

**ВІВТОРОК
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша пшоняна молочна з маслом вершковим	200	250	Молоко	150/200	150/200
				Крупа пшоняна	16/20	16/20
				Цукор	-/3	-/3
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Соте із овочів	44	58	Морква	10/15	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Томати	25,3/40	24/38
				Баклажани	24,5/24,5	22/22
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Свіжі фрукти	68,2/91	60/80	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	
Обід	Борщ на курячому бульоні	200	250	Капуста	30/43	24/34
				Картопля 9-10 міс 11 міс	20/28	15/21
					21,5/30	
				Буряк	15/17,5	12/14
				Морква	7,5/10	6/8
				Цукор	-/1	-/1
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	3/3,5	3/3,5
	Томат-паста	2/2	2/2			
	Плов із м'ясом птиці	125	160	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Рис	28/35	28/35
				Морква	7,5/10	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	2/2	2/2
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
Кисіль із свіжих фруктів	150	180	Фрукти	68,2/91	60/80	
			Крохмаль картопляний	5/6	5/6	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Ковбаски рибні українські	50	72	Олія	2/2,5	2/2,5
				Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Яйце	1\10/1\10	4/4
	Картопляне пюре	80	97	Сухарі панірувальні	8/10	8/10
				Картопля 9-10 міс 11 міс	86,7/105,4	65/79
					92,9/112,9	
	Оладки з гарбуза	80	100	Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Борошно	30/40	30/40
				Гарбуз	74,3/97,2	52/68
				Цукор	-/7,5	-/7,5
Яйце				1\10/1\10	4/4	
Сік	120	180	Кефір	87/108	87/108	
			Олія	2/2	2/2	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	

**СЕРЕДА
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Ліниві вареники із вершковим маслом	133	170	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Крупа манна	9/12	9/12
				Цукор	-/2,5	-/2,5
	Буряк тушкований з яблуком	103	137	Буряк	75/100	60/80
				Яблуко	68,2/91	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/5	-/5	
Обід	Суп вівсяний	200	250	Картопля 9-10 міс	20/28	15/21
				11 міс	21,5/30	
				Олія	2/2	2/2
				Крупа вівсяна	16/20	16/20
				Морква	7,5/10	6/8
	Свинина тушкована з капустою	74	99	М'ясо свинина	45/60	45/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія рослинна	2,5/2,5	2,5/2,5
				Капуста	42,5/55	34/44
				Морква	10/15	8/12
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Нагетси курячі з тушкованою картоплею	56/66	73/84	М'ясо куряче філе	45/60	45/60
				Сухарі	10/15	10/15
				Борошно	10/15	10/15
				Яйце	1/4/1/4	10/10
				Картопля 9-10 міс	86,7/105,4	65/79
				11 міс	92,9/112,9	
				Цибуля	4,8/8,4	4/7
				Морква 12 міс	5/8,8	4/7
	01-02 міс	5,4/9,4				
	Олія рослина	3,5/4	3,5/4			
	Запканка з рису та гарбуза	125	160	Рис	18/23	18/23
				Яйце	1/8/1/8	5/5
				Молоко	150/200	150/200
Цукор				-/4	-/4	
Гарбуз				85,8/114,3	60/80	
Олія				0,5/0,5	0,5/0,5	
Сухарі				6/8	6/8	
Масло вершкове				2/2,5	2/2,5	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91	60/80	
			Цукор	-/3,5	-/3,5	

**ЧЕТВЕР
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Омлет із вівсяними пластівцями запечений	115	149	Молоко	50/70	50/70
				Яйце	1/1	40/40
				Геркулес	10/15	10/15
				Цукор	-/3	-/3
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Овочеve рагу	107	133	Картопля 9-10 міс 11 міс	86,7/105,4 92,9/112,9	65/79
				Морква	10/15	8/12
				Капуста	57,5/75	46/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Хліб пшеничний з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30
Сир твердий				10/15	10/15	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	
Обід	Суп овочевий на курчачому бульоні	200	250	Картопля 9-10 міс 11 міс	20/28 21,5/30	15/21
				Томати	37,9/46,4	36/44
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Морква	10/15	8/12
				Олія	2/2	2/2
	Курчата в сметані	42/15	56/15	Курка	74/98	45/60
				Сметана	15/25	15/25
				Олія	3/3,5	3/3,5
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
	Каша гречана розсипчаста	80	100	Крупа гречана	38/47	38/47
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Яблуко запечене з цукром	48	64	Яблуко	68/91	60/80
				Цукор	-/10	-/10
Сік	120	180	Сік	100/120	100/120	
Вечеря	Січеники з риби	52	76	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Яйце	1/10/1/10	4/4
				Борошно	10/15	10/15
				Олія	2/2	2/2
	Ризотто з овочами	120	160	Рис	17/22	17/22
				Морква	15/20	12/16
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Зелений горошок заморожений	17/18	17/18
				Перець солодкий	20/29,4	15/22
Какао	150	200	Какао	5/6	5/6	
			Молоко	150/200	150/200	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	

**П'ЯТНИЦЯ
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Манник із сиром	165	206	Сир кисломолочний	88/110	88/110
				Крупа манна	17/22	17/22
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Молоко	18/24	18/24
				Цукор	-3,5	-3,5
				Олія	1/1	1/1
	Кабачки тушковані	48	64	Кабачки	58,7/80	44/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Морква	12,5/15	10/12
				Олія	3 /3,5	3/3,5
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	45/59	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти	68,2/91	60/80	
			Цукор	-4	-4	
Обід	Суп Болгарський	200	250	Картопля 9-10 міс 11 міс	20/28 21,5/30	15/21
				Морква	10/15	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	2/2	2/2
				Крупа манна	10/10	10/10
	Картопляна запіканка з м'ясом яловичини	91	112	М'ясо яловичини б/к	45/60	45/60
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Борошно	10/12	10/12
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Картопля 9-10 міс 11 міс	86,7/105,4 92,9/112,9	65/79
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Масло вершкове	1/1,5	1/1,5
	Пиріжок з капустою	84	106	Борошно	45/55	45/55
				Молоко	15/20	15/20
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Олія	1/1	1/1
				Масло вершкове	1/1	1/1
				Цукор	-3	-3
				Капуста	32,5/42,5	26/34
				Морква	7,5/10	6/8
Цибуля				7,2/9,6	6/8	
Дріжджі				1/1	1/1	
Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-7	-7	
Вечеря	Бифштекс з м'яса птиці	53	69	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Хліб	8/10	8/10
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Макарони відварені з маслом вершковим	80	100	Макарони	27/34	27/34
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат з помідорів та цибулі	54	70	Помідори	43,2/57,9	41/55
				Цибуля	13,2/15,5	11/13
				Олія	2/2	2/2
Яблуко печене з цукром	48	64	Фрукти	68,2/91	60/80	
			Цукор	-7,5	-7,5	
Кефір або йогурт	100	125	Кефір або йогурт	100/125	100/125	
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	

**ПОНЕДІЛОК
IV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша «Ассорті» з маслом вершковим	80	100	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Рис	7/9	7/9
				Крупа перлова	6/8	6/8
				Крупа гречана	18/22	18/22
	Омлет з овочами	56	69	Яйце	1/1	40/40
				Молоко	10/20	10/20
				Борошно	2/3	2/3
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Морква	7,5/10	6/8
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Салат з моркви та яблука	108	144	Морква	60/80	48/64
				Яблуко	68,2/91	60/80
	Хліб пшеничний з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30
	Чай	150	180	Сир твердий	10/15	10/15
Чай				0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Обід	Картопляний крем суп з гречками	200	250	Картопля 9-10 міс	106,7/133,4	80/100
				11 міс	114,3/142,9	
				Гренки	10/10	10/10
				Морква	10/15	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	М'ясні кульки з курячого м'яса в сметанном соусі	58/15	76/15	Олія рослина	1,5/1,5	1,5/1,5
				М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Хліб	8/10	8/10
				Олія рослина	2/2	2/2
				Борошно	5/5	5/5
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
	Салат з помідорів та цибулі	48	62	Сметана	15/25	15/25
				Помідори	33,7/42,2	32/40
				Олія	1,5/2	1,5/2
	Хліб	30	30	Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Хліб	30/30	30/30
	Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25
				Цукор	-/10	-/10
Вечеря	Палочки курячі з рисовою кашею в'язкою	51/80	69/100	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Яйце	1/8/1/8	5/5
				Сухарі панірувальні	8/15	8/15
				Борошно	5/5	5/5
				Олія рослинна	2/2,5	2/2,5
				Рис	17/25	17/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Каша ячна розсипчаста	80	100	Крупа ячнева	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат капусти	54	70	Капуста	65/85	52/68
				Морква	10/15	8/12
				Олія	2/2	2/2
	Свіжі фрукти	60	80	Фрукти	68,2/91	60/80
	Какао	150	200	Какао	5/6	5/6
				Молоко	150/200	150/200
Цукор				-/7,5	-/7,5	

**ВІВТОРОК
IV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Молочний суп з макаронними виробами з вершковим маслом	200	250	Макаронні вироби	26/33	26/33
				Цукор	-/3	-/3
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Молоко	150/200	150/200
	Гарбуз тушкований з яблуком	98	130	Гарбуз	85,8/114,3	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
				Яблуко	68/91	60/80
			Цукор	-/4,5	-/4,5	
	Сік	120	180	Сік	120/180	120/180
Обід	Суп перловий	200	250	Олія	2/2	2/2
				Картопля 9-10 міс 11 міс	20/28	15/21
					21,5/30	
				Морква	10/15	8/12
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Крупа перлова	8/10	8/10
	Чахохбілі з куркою та картопляним пюре	65/80	85/97	Курка	74/98	45/60
				Цибуля	19,1/31	16/24
				Помідори	29,5/33,7	28/32
				Картопля 9-10 міс 11 міс	86,7/105,4	65/79
					92,9/112,9	
				Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
Олія	3/3,5	3/3,5				
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Вечеря	Тюфтельки рибні	52	79	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Молоко	7/13	7/13
				Хліб	5/10	5/10
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Олія	2/2	2/2
	Кабачки тушковані	44	58	Кабачки	53,4/70,7	40/53
				Цибуля	6/8,4	5/7
				Морква	11,3/15	9/12
				Олія	1,5/2	1,5/2
	Хліб	25	20	Хліб	25/20	25/25
	Шарлотка з яблуком	60	80	Яблуко	68,2/91	60/80
				Борошно	45/55	45/55
				Яйце	1\8/1\8	5/5
				Масло вершкове	2/2,5	2,2,5
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
Цукор				-/7,5	-/7,5	
						Кефір або йогурт

**СЕРЕДА
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Сирники	165	206	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Цукор	-/3	-/3
				Крупа манна	13/16	13/16
				Олія	3/3,5	3/3,5
				Яйце	0,2/0,2	8/8
	Буряк тушкований	54	71	Буряк	65/85	52/68
				Цибуля	10/15	8/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	1/1	1/1
	Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти	68,2/91	60/80
				Цукор	-/4,5	-/4,5
	Обід	Борщ український	200	250	Картопля 9-10 міс	20/28
11 міс					21,5/30	
Буряк					15/21,3	12/17
Цибуля					7,2/9,6	6/8
Морква					10/15	8/12
Капуста					35/43,8	28/35
Сметана					5/10	5/10
Каша пшенична розсипчаста з маслом вершковим		80	100	Крупа пшенична	32/40	32/40
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
Фрикадельки з м'яса яловичини в соусі		52/10	67/10	М'ясо яловичини б/к	74/98	45/60
				Хліб	10/10	10/10
				Яйце	0,1/0,1	4/4
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Борошно	4/7	4/7
				Олія	3/3,5	3/3,5
				Сметана	10/15	10/15
Кисіль із свіжих фруктів		150	180	Фрукти	68,2/91	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
	Цукор			-/10	-/10	
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Вечеря	Тефтеля з м'яса птиці та рису	80	108	М'ясо птиці	45/60	45/60
				Рис	10/15	10/15
				Олія рослинна	2/2	2/2
				Борошно	5/5	5/5
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Яйце	0,2/0,2	8/8
	Картопля відварена з маслом вершковим	63	76	Картопля 9-10 міс	86,7/105,4	65/79
				11 міс	92,9/112,9	
	Оладки кабачкові	72	96	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Кабачки	72/96	54/72
				Яйце	0,17/0,33	7/10
				Цукор	-/3	-/3
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Борошно	22/29	22/29
	Хліб житній із сиром твердим	30/10	30/15	Хліб житній	30/30	30/30
				Сир твердий	10/15	10/15
	Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3
				Цукор	-/4,5	-/4,5

**ЧЕТВЕР
IV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса бруutto	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Молочна гречана каша	200	250	Крупа гречана	16/20	16/20
				Молоко	150/200	150/200
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Цукор	-/6	-/6
	Морква припущена з родзинками	53	70	Родзинки	3/4	3/4
				Морква	75/100	60/80
				Цукор	-/1,5	1,5
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Яйце відварене	40	40	Яйце	1/1	40/40
	Сік	120	180	Сік	120/180	120/180
Обід	Суп картопляний	200	250	Картопля 9-10 міс	106,7/133,4	80/100
				11 міс	114,3/142,9	
				Морква	10/15	8/12
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
	Биточки з курячого м'яса	44	60	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Борошно	4/6	4/6
				Олія рослина	3,5/3,5	3,5/3,5
	Макарони відварені з вершковим маслом	80	100	Макарони	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Огірок порційний	38	48	Огірок	40,9/51,7	38/48
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Цукор	-/10	-/10
	Вечеря	Риба в тесті	45	66	Риба хек	69/103,3
Риба минтай					84/126	40/60
Борошно					10/15	10/15
Молоко					10/20	10/20
Дріжджі					1/1	1/1
Олія					1,5/2	1,5/2
Капуста тушкована		48	64	Капуста	55/70	44/56
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Морква	10/15	8/12
				Олія	2/2	2/2
Хліб		30	30	Хліб	30/30	30/30
Запikanка пшоняна з фруктами		110	140	Пшоно	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Яйцо	0,1/0,1	4/4
				Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Цукор	-/7,5	-/7,5
Кефір або йогурт		100	125	Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
				Кефір або йогурт	100/125	100/125

**П'ЯТНИЦЯ
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Овоче рагу з м'ясом птиці	36/52	48/67	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Морква	10/15	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Капуста	45/60	36/48
				Томат паста	2/2	2/2
				Зелений горошок заморожений	10/12	10/12
				Олія	3,5/4	3,5/4
	Манна запіканка з фруктовим соусом	110	140	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Цукор	-/3	-/3
				Борошно	4/4	4/4
				Крупа манна	17/22	17/22
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
				Хліб	30	30
Какао	150	200	Какао	5/6	5/6	
			Молоко	150/200	150/200	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	
Обід	Капусняк на м'ясному бульйоні	200	250	Капуста квашена	-/47,2	-/33
				Капуста свіжа	52,5/28,8	42/23
				Морква	3,8/5	3/4
				Цибуля	3,6/4,8	3/4
				Томат-паста	2/2	2/2
				Пшоно	6/6	6/6
				Олія рослина	4/4	4/4
	Суфле м'ясне з овочами	30	40	М'ясо свинина б/к	45/60	45/60
				Морква	7,5/10	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	1/1,5	1/1,5
	Вівсяна каша в'язка	80	100	Крупа вівсяна	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Вареники із сиром кисломолочним	150	180	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Борошно	65/75	65/75
				Яйцо	0,2/0,2	8/8
				Молоко або вода	30/40	30/40
				Цукор	-/2	-/2
	Гарбуз запечений	54	71	Гарбуз	85,8/114,3	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Кисіль із фруктів	150	200	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
				Цукор	-/5,5	-/5,5