



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.3/1036/22 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. № 63/1076/дд від 19.01 2022

ЗАТВЕРДЖЕНО

Завідувач комунального закладу
«Дошкільний навчальний заклад
(ясла-сад) № 382 «Джерельце»
Харківської міської ради»
С.А.Романенко
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 весняний період

**ПОНЕДІЛОК
І 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	100	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Сир твердий	10/15	10/15
				Макаронні вироби	26/33	26/33
	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	66,7/90,7	50/68
				Томат паста	1/1,5	1/1,5
				Цукор	-/1	-/1
				Цибуля	12/14,3	10/12
				Олія рослинна	2/2,5	2/2,5
	Чай з цукром	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3
Цукор				-/6,5	-/6,5	
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Обід	Суп овочевий	200	250	Капуста	38,8/53,8	31/43
				Картопля	25/35	15/21
				Морква	10,7/13,4	8/10
				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
	Каша гречана розсипчаста з вершковим маслом	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
	Кисіль із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
Крохмаль картопляний				5/6	5/6	
Цукор				-/10	-/10	
Вечеря	Котлета з м'яса птиці	55	75	М'ясо птиці 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	80	97	Картопля	108,4/131,7	65/79
				Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	1/1,5	1/1,5
	Салат з квашеної капусти Капуста тушкована	53	71	Капуста квашена	-/88,6	-/62
				Цукор	-/1,5	-/1,5
				Капуста свіжа	57,5 /-	46/-
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Манна запіканка з бананом	110	140	Олія	1 /1,5	1/1,5
Кефір				100/125	100/125	
Манна крупа				17/22	17/22	
Олія				1/1	1/1	
Масло вершкове				1/1	1/1	
Сік	120	180	Цукор	-/6	-/6	
			Банан	86/115	60/80	
				Сік	5/6	5/6

**ВІВТОРОК
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Молочна пшенична каша 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	69,4/90,7	52/68
				Олія	4/4,5	4/4,5
Цибуля				9,6/14,3	8/12	
Компот із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Обід	Рассольник на курячому бульйоні	200	250	Картопля	25/35	15/21
				Рис	12/15	12/15
				Морква	17,4/14	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	108,4/131,7	65/79
				Курка	74/99	45/60
				Цибуля	4,8/7,2	4/6
				Олія	4/5,5	4/5,5
				Яйце	1\10/1\10	4/4
	Томат квашений порційний Буряк тушкований	26	30	Сухарі панірувальні	10/10	10/10
				Томат квашений	-/37,5	-/30
				Буряк	46,7/-	30/-
				Томатна паста	1/-	1/-
Олія	1/-	1/-				
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Товченики рибні з капустою тушковою	48/47	65/62	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Капуста свіжа	62,5/82,5	50/66
				Цибуля	12/16,7	10/14
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Олія рослина	3,5/4	3,5/4
				Борошно	10/10	10/10
	Запіканка пшоняна з фруктовим соусом	91	112	Пшоно	32/40	32/40
				Цукор	-/2	-/2
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Цукор	-/1	-/1
				Крохмаль картопляний	4,5/5	4,5/5
Какао	150	180	Фрукти заморожені	60/80	60/80	
			Какао	5/6	5/6	
			Молоко	150/200	150/200	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	

**СЕРЕДА
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Запіканка сирна з родзинками	146	189	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Цукор	-/6,5	-/6,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Яйце	1\11/1\10	3,64/4
				Крупа манна	9/11	9/11
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
	Котлети морквяні	99	126	Сухофрукти (родзинки)	7/10	7/10
				Морква	80/106,7	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			
Цукор	-/1	-/1				
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Обід	Борщ бурячковий зі сметаною	200	250	Картопля	25/35	15/21
				Буряк	37,4/48	28/36
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Морква	10,7/16	8/12
				Сметана	15/25	15/25
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Гуляш з яловичини з тушкованою картоплею	36/69	48/87	М'ясо яловичини	45/60	45/60
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Томатна паста	2/3	2/3
				Олія	2,5 /2,5	2,5/2,5
				Борошно	1/2	1/2
				Морква	10,7/16	8/12
				Картопля	108,4/131,7	65/79
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Рисова запіканка з яблуком	119	153	Рис	17/22	17/22
				Яблуко	68,2/91	60/80
				Цукор	-/2	-/2
				Олія	1/1	1/1
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Кисіль з сухофруктів	150	180	Сухофрукти	13/15	13/15
Крохмаль картопляний				5/6	5/6	
Цукор				-/8	-/8	
Вечеря	Курка по селянські	50/80	66/100	Кури	74/98	45/60
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Ячнева крупа	26/33	26/33
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	3/3	3/3
				Морква	10,7/16	8/12
	Бурячкова ікра	38	50	Буряк	48/64	36/48
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Томатна паста	1/2	1/2
				Олія	1/1,5	1/1,5
	Хліб пшеничний з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30
				Сир твердий	10/15	10/15
	Компот із фруктів	150	200	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Цукор	-/7,5	-/7,5

**ЧЕТВЕР
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто			
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років						
Сніданок	Запіванка вермішелева з яйцем та сиром	110	131	Яйце	1/1	40/40			
				Вермішель	26/33	26/33			
				Сир твердий	10/15	10/15			
				Олія	2/2	2/2			
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5			
	Морква тушкована з чорносливом	53	70	Морква	80/106,7	60/80			
				Чорнослив сухофрукти	5,5/7	5,5/7			
				Олія	2/2,5	2/2,5			
	Кисіль із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80			
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6			
Цукор				-7,5	-7,5				
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30				
Обід	Суп польовий	200	250	Картопля	25/35	15/21			
				Пшоно	5/8	5/8			
				Морква	10,7/16	8/12			
				Цибуля	7,2/9,6	6/8			
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5			
	Тефтеля з м'яса птиці та рису з капустою тушкованою	105/36	135/47	Яйце	1\10/1\10	4/4			
				Капуста	47,5/62,5	38/50			
				Цибуля	9,6/12	8/10			
				Яйце	0,1/0,1	4/4			
				Томатна паста	2/2	2/2			
				Олія рослина	5/5,5	5/5,5			
				Борошно	4/7	4/7			
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30			
				Узвар	150	180	Сухофрукти	14,5/18	14,5/18
							Цукор	-10	-10
Вечеря	Риба смажена	33	50	Риба хек	84/125	40/60			
				Риба минтай	100/149				
				Борошно	7/10	7/10			
				Олія	2,5/3	2,5/3			
	Овочі тушковані	107	136	Капуста	57,5/75	46/60			
				Цибуля	7,2/9,6	6/8			
				Картопля	108,4/131,7	65/79			
				Морква	10,7/16	8/12			
				Томатна паста	1/2	1/2			
				Масло вершкове	1/1	1/1			
				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	-3	-3			
Молоко				30/50	30/50				
Масло вершкове				1 /1,5	1/1,5				
Кефір або йогурт	100	125	Кефір або йогурт	100/125	100/125				

**П'ЯТНИЦЯ
І 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	80/106,7	60/80	
				Яйце	1\10/1\10	4/4	
				Цукор	-/3	-/3	
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	-/4,5	-/4,5	
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	10,7/16	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 без кісток	45/60	45/60	
				Олія рослина	2/2	2/2	
				Цибуля	9,6/14,3	8/12	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
		Пшоно	20/25	20/25			
	Салат з квашеної капусти з рослинною олією Морква тушкована	30	48	Капуста квашена	-/61,5	-/43	
				Морква	44/-	33/-	
				Цукор	-/3	-/3	
Цибуля				6/6	5/5		
Олія рослина				1,5/2	1,5/2		
Компот із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80		
			Цукор	-/7	-/7		
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Вечеря	Суфле з курячого м'яса та рису	105	132	Рис	15/20	15/20	
				М'ясо птиці філе	34/45	34/45	
				Яйце	1\13/1\10	3/4	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
	Салат з огірка квашеного та цибулі з олією Салат з буряка відвареного та цибулі	56	80	Огірок солоний	-/85	-/68	
				Буряк	69,4/-	52/-	
				Цибуля	9,6/14,3	8/12	
		Олія	4/4,5	4/4,5			
	Фрукти сезонні	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
	Какао	150	200	Какао	5/6	5/6	
Молоко				150/200	150/200		
Цукор				-/7,5	-/7,5		

**ПОНЕДІЛОК
II 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
	Ячня 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
	Вінегрет	94	118	Олія	2,5/2,5	2,5/2,5
				Картопля	70/83,4	42/50
				Морква	21,4/13,4	16/10
				Буряк	21,4/29,4	16/22
				Огірок солоний	-/18	-/14
				Капуста квашена	-/35	-/24
				Зелений горошок морожений	20/-	20/-
				Цибуля	9,6/12	8/10
	Хліб пшеничний з сиром твердим	30/10	30/15	Олія	1,5/2	1,5/2
Хліб				30/30	30/30	
Фрукти сезонні	60	80	Сир твердий	10/15	10/15	
			Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
Чай з цукром	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Обід	Суп гречаний з вершковим маслом	200	250	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Картопля	63,4/83,4	38/50
				Крупа гречана	8/10	8/10
				Морква	10,7/16	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	10,7/16	8/12
				Сметана	15/25	15/25
	Хліб житній	30	30	Цибуля	9,6/14,3	8/12
				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	10,7/16	8/12
				Буряк	50,7/66,7	38/50
	Бурячкова ікра	40	52	Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	2/2	2/2
	Свіжі фрукти	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
				Какао	5/6	5/6
	Какао	150	200	Молоко	150/200	150/200
				Цукор	-/7,5	-/7,5

ВІВТОРОК II 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	180	200	Молоко	150/200	150/200
				Крупа пшоняна	16/20	16/20
				Цукор	-/3	-/3
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Ікра з моркви	54	72	Морква	70,7/93,4	53/70
				Цибуля	8,4/12	7/10
				Томатна паста	1/1,5	1/1,5
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Компот із фруктів	150	180	Свіжі фрукти або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
Цукор				-/4,5	-/4,5	
Обід	Суп овочевий	200	250	Капуста	40/50	32/40
				Картопля	25/35	15/20
				Морква	10,7/16	8/12
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Олія	2/2	2/2
				Томат-паста	1/2	1/2
	Плов із м'ясом птиці	125	160	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Рис	28/35	28/35
				Морква	8/10,7	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	3/3,5	3/3,5
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Кисіль із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
				Цукор	-/10	-/10
	Вечеря	Ковбаски рибні українські	50	72	Олія	2/2,5
Риба хек					69/103,3	40/60
Риба минтай					84/126	
Цибуля					9,6/14,3	8/12
Яйце					1\10/1\10	4/4
Сухарі панірувальні					8/10	8/10
Картопляне пюре		80	97	Картопля	108,4/131,7	65/79
				Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
Помідор квашений порційний		-	68	Томат квашений	-/85	-/68
Зелений горошок відварений		45		Зелений горошок морожений	52/-	52/-
Млинці		80	100	Борошно	50/60	50/60
				Цукор	-/7,5	-/7,5
				Яйце	1\10/1\10	4/4
	Молоко			130/176	130/176	
	Олія			2/2	2/2	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	

**СЕРЕДА
II 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	80/106,7	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	25/35	15/21
				Олія	2/2	2/2
				Крупа вівсяна	16/20	16/20
				Морква	8/10,7	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Печеня по домашньому	102	132	М'ясо свинина без кісточок	45/60	45/60
				Картопля	108,4/131,7	65/79
				Цибуля	4,8/8,4	4/7
				Морква	5,4/9,4	4/7
				Олія рослина	1,5/2	1,5/2
	Салат з огірка квашеного з олією/ Морква тушкована	35	50	Огірок квашений	-/62,5	-/50
				Морква	53,4/-	40/-
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25
Цукор				-/10	-/10	
Вечеря	Нагетці з тушкованою капустою	56/49	75/65	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
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія рослина	3,5/4	3,5/4
				Капуста	57,5/75	46/60
				Морква	10,7/16	8/12
	Пиріг із свіжими фруктами	83	105	Борошно	45/55	45/55
				Яйце	1\8/1\8	5/5
				Молоко	15/20	15/20
				Цукор	-/7,5	-/7,5
				Фрукти	68,2/91	60/80
				Дріжджі	2/3	2/3
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
Молоко кип'ячене	135	180	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
			Молоко	135/180	135/180	

**ЧЕТВЕР
II 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
	Овочі тушковані	48	64	Морква	10,7/16	8/12
				Капуста	57,5/75	46/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Хліб пшеничний із сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30
				Сир твердий	10/15	10/15
	Компот із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
Цукор				-/4,5	-/4,5	
Обід	Щі зі свіжої капусти	200	250	Капуста	45/55	36/44
				Томатна паста	1/2	1/2
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Морква	10,7/16	8/12
				Олія	2/2	2/2
	Курчата в сметані	42/15	56/15	Курка	74/99	45/60
				Сметана	15/25	15/25
				Олія	3/3,5	3/3,5
	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	68,2/91	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	
				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	22,7/34,7	17/26
				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	27/30	27/30
	Какао	150	200	Какао	5/6	5/6
Цукор				-/7,5	-/7,5	
Молоко				150/200	150/200	

**П'ЯТНИЦЯ
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Пудінг із сиром	146	181	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Крупа манна	10/12	10/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Молоко	18/23	18/23
				Цукор	-3,5	-3,5
	Котлети морквяні	108	144	Олія	1/1	1/1
				Морква	80/106,7	60/80
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Крупа манна	7/10	7/10
				Борошно	8/10	8/10
Хліб пшеничний	30	30	Сухарі панірувальні	5/5	5/5	
			Олія	3 /3,5	3/3,5	
Компот із фруктів	150	180	Хліб	30/30	45/59	
			Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91	60/80	
			Цукор	-4	-4	
Обід	Суп Болгарський	200	250	Цукор	-4	-4
				Картопля	25/35	15/21
				Морква	10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	2/2	2/2
	Картопляна запіканка з м'ясом яловичини	91	112	Крупа манна	10/10	10/10
				М'ясо яловичини без кісток	45/60	45/60
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Борошно	10/12	10/12
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Картопля	108,4/131,7	65/79
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Пиріжок з капустою	84	106	Масло вершкове	1/1,5	1/1,5
				Борошно	45/55	45/55
				Молоко	15/20	15/20
				Яйцо	1\10/1\10	4/4
				Олія	1/1	1/1
				Масло вершкове	1/1	1/1
				Цукор	-3	-3
				Капуста	37,5/50	30/40
Морква				5,4/6,6	4/5	
Цибуля				4,8/6	4/5	
Дріжджі				1/1	1/1	
Узвар				150	180	Сухофрукти
Вечеря	Бифштекс з м'яса птиці	53	69	Цукор	-7	-7
				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
	Макарони відварені з маслом вершковим	80	100	Олія	2/2,5	2/2,5
				Макарони	27/34	27/34
	Салат з квашених огірків та цибулі Салат з відвареного буряка та цибулі	54	70	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Огірки квашені	-75	-60
				Буряк	62,7/-	47/-
	Фрукти свіжі	60	80	Цибуля	7/10	5/8
				Олія	2/2	2/2
				Фрукти свіжі	68,2/91	60/80
	Кефір або йогурт	150	180	Цитрусові	100/133,4	
				Банани	85,8/114,3	
Хліб	30	30	Кефір або йогурт	100/125	100/125	
			Хліб	30/30	30/30	

**ПОНЕДІЛОК
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша «Асорті» 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	8/10,7	6/8
	Морква тушкована	44	58	Олія	2/2,5	2/2,5
				Морква	64/85,4	48/64
	Хліб пшеничний із сиром твердим	30/10	30/15	Олія	2/2	2/2
				Хліб	30/30	30/30
Чай	150	180	Сир твердий	10/15	10/15	
			Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
Обід	Картопляний крем суп з гречками	200	250	Цукор	-7,5	-7,5
				Картопля	133,4/166,7	80/100
				Грінки	10/10	10/10
				Морква	10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	М'ясні кульки з курячого м'яса в сметанному соусі	58/15	76/25	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
	Каша ячна розсипчаста	80	100	Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Сметана	15/25	15/25
	Салат з зеленого горошку та цибулі	36	45	Крупа ячнева	26/33	26/33
Масло вершкове				2/2,5	2/2,5	
Зелений горошок заморожений				32/40	32/40	
Хліб	20	20	Олія	2/2	2/2	
			Цибуля	7,2/9,6	6/8	
Компот із фруктів	150	180	Хліб	20/20	20/20	
			Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			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	1,5/2	1,5/2
				Рис	17/25	17/25
	Салат з квашених огірків та цибулі Салат з відвареного буряка та цибулі	50	70	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Огірки квашені	-85	-68
				Буряк	69,4/-	52/-
				Цибуля	9,6\14,3	8/12
	Свіжі фрукти	60	80	Олія	2/2,5	2/2,5
				Фрукти свіжі	68,2/91	60/80
				Цитрусові	100/133,4	
Какао	140	180	Банани	85,8/114,3		
			Какао	5/6	5/6	
			Молоко	140/180	140/180	
				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	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
	Морква тушкована з яблуком	110	148	Морква	80/106,7	60/80
				Яблуко	68,2/91	60/80
				Цукор	-/2	-/2
				Олія	4/4,5	4/4,5
				Цукор	-/4,5	-/4,5
	Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Обід	Суп перловий	200	250	Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
				Картопля	25/35	15/21
				Морква	10,7/16	8/12
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Крупа перлова	8/10	8/10
	Чахохбілі з куркою та картопляне пюре	65/80	85/97	М'ясо птиці чверть	74/99	45/60
				Цибуля	19,1/31	16/24
				Томат	3/5	3/5
				Картопля	108,4/131,7	65/79
				Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Капуста тушкована з чорносливом	30	35	Капуста	35/40	28/32
				Цибуля	4,8/4,8	4/4
				Томат паста	1/1	1/1
				Чорнослив	5/7	5/7
				Олія	1,5/2	1,5/2
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар	150	180	Сухофрукти	15/18	15/18	
			Цукор	-/10	-/10	
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
	Буряк тушкований	46	61	Буряк	61,2/80	46/60
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Олія	1,5/2	1,5/2
	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	100	125	Кефір або йогурт	100/125	100/125	

**СЕРЕДА
ІІІ 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
	Морква тушкована	54	71	Морква	69,4/90,7	52/68
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	1/1	1/1
	Компот із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Цукор	-/4,5	-/4,5
	Обід	Борщ український зі сметаною	200	250	Картопля	25/35
Буряк					20/26,8	15/20
Цибуля					9,6/14,3	8/12
Морква					10,7/16	8/12
Капуста					26,3/30	21/24
Сметана					5/5	5/5
Олія					2/2	2/2
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 сметанному соусі		52/10	67/10	М'ясо яловичини без кісток	45/60	45/60
				Хліб	10/10	10/10
				Яйце	0,1/0,1	4/4
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Борошно	4/7	4/7
				Олія	3/3,5	3/3,5
				Сметана	10/20	10/20
Кисіль із фруктів		150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
				Цукор	-/10	-/10
				Хліб	30/30	30/30
Вечеря		Тефтеля з м'яса птиці та рису	80	108	М'ясо птиці філе	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				0,1/0,1	4/4
	Картопля відварена з маслом вершковим	63	76	Картопля	108,4/131,7	65/79
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Оладки з капусти	94	124	Капуста	67,5/90	54/72
				Яйце	0,5/0,5	20/20
				Крупа манна	7/10	7/10
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Молоко	14/20	14/20
	Хліб пшеничний з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30
Сир твердий				10/15	10/15	
Чай	120	150	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	

**ЧЕТВЕР
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	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	-/7,5	-/7,5
	Морква припущена з родзинками	53	70	Родзинки	3/4	3/4
				Морква	80/106,7	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
Фрукти свіжі	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
Обід	Суп картопляний	200	250	Картопля	133,4/166,7	80/100
				Морква	10,7/16	8/12
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Олія рослина	1,5/2	1,5/2
	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
	Салат з огірка солоного Салат з буряка відвареного	36	49	Огірок солоний	-/50	-/40
				Буряк	42,7/-	32/-
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
Хліб житній	30	30	Хліб	1/1	1/1	
Узвар	150	180	Сухофрукти	30/30	30/30	
			Цукор	17/21	17/21	
Вечеря	Риба в тесті	45	66	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Борошно	20/30	20/30
				Дріжджі	1/1	1/1
				Молоко	10/20	10/10
				Яйцо	0,2/0,2	8/8
				Олія	1,5/2	1,5/2
	Капуста тушкована	48	64	Капуста	55/70	44/56
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Морква	10,7/16	8/12
				Олія	2/2	2/2
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Запіванка пшоняна з фруктами	120	160	Пшоно	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Яйцо	0,1/0,1	4/4
				Фрукти свіжі	68,2/91	60/80
Олія				0,5/0,5	0,5/0,5	
Кефір або йогурт	100	125	Кефір або йогурт)	100/125	100/125	

**П'ЯТНИЦЯ
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Овочеve рагу з м'ясом птиці	36/52	48/67	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Морква	10,7/16	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	68,9/91 60/80	60/80
				Цукор	-/3	-/3
				Крупа манна	17/22	17/22
				Борошно	4/4	4/4
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
Хліб	30	30	Хліб	30/30	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	-/56	-/39
				Капуста свіжа	60/32	48/25
				Морква	4/5,4	3/4
				Цибуля	3,6/4,8	3/4
				Томат-паста	2/2	2/2
				Пшено	6/6	6/6
				Олія рослина	4/4	4/4
	Суфле м'ясне з овочами	30	40	М'ясо свинина без кісточок	45/60	45/60
				Морква	8/10,7	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Яйце	1\11/1\8	3,64/5
				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 кисломолочни	100/125	100/125
				Борошно	65/75	65/75
				Яйце	0,2/0,2	8/8
				Молоко	30/40	30/40
				Цукор	-/2	-/2
	Морква тушкована	54	71	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Морква	80/106,7	60/80
	Кисіль із фруктів	150	200	Олія	4/4,5	4/4,5
				Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
			Цукор	-/5,5	-/5,5	

**ПОНЕДІЛОК
ІV 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	Яйце	1шт/1шт	40/40
	Салат з квашених огірків та цибулі Морква тушкована	55	80	Огірки квашені	- /87	-/70
				Морква	69,4/-	52/-
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Фрукти свіжі	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
	Хліб з сиром твердим			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 і	200	250	Олія	2/2,5	2/2,5
				Картопля	25/35	15/21
				Горох	20/25	20/25
				Морква	10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Картопля	108,4/131,7	65/79
	Тушкована картопля з м'ясом птиці	75	133	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
				Морква	10,7/16	8/12
				Цибуля	4,8/4,8	4/4
	Салат з капусти квашеної Капуста тушкована	27	44	Капуста квашена	/51,5	-/36
				Капуста	35/-	28/-
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
Олія				1,5/1,5	1,5/1,5	
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар	120	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Смажене куряче м'ясо з макаронами	116	148	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Макарони	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Буряк тушкований з яблуком	100	124	Буряк	80/106,7	60/80
				Олія	2/2	2/2
				Яблуко	68,2/91	60/80
Какао	150	200	Какао	5/6	5/6	
			Молоко	150/200	150/200	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	

ВІВТОРОК ІV 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
	Морквяна ікра	55	73	Морква	72/96	54/72
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Томат-паста	1/1	1/1
Фрукти сезонні	60	80	Фрукти свіжі	68,2/91	60/80	
			Цитрусові Банани	100/133,4 85,8/114,3		
Хліб пшеничний	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Обід	Борщ на курячому бульйоні зі сметаною	200/15	250/25	Картопля	63,4/83,4	38/50
				Буряк	18,7/21,4	14/16
				Капуста	25/35	20/28
				Морква	10,7/16	8/12
				Сметана	15/25	15/25
				Цибуля	7,2/14,3	6/8
				Томат-паста	2/2	2/2
				Цукор	-2	-2
	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	8/10,7	6/8
	Хліб житній	30	30	Яйце	1\11/1\8	3,64/5
				Олія	1/1,5	1\1,5
Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30	
			Компот із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені
Вечеря	Риба тушкована в томатному соусі з відвареним рисом	80/43	100/65	Цукор	-8	-8
				Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	
				Олія	2/2,5	
				Цибуля	3,6/4,8	3/4
				Морква	4/5,4	3/4
				Томат паста	2/3	2/3
				Цукор	-4	-4
	Вінегрет	87	111	Рис	28/35	28/35
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Картопля	70/83,4	42/50
				Морква	10,7/13,4	8/10
				Буряк	21,4/29,4	16/22
				Огірок солоний	-18	-12
				Капуста квашена	-35	-18
Кефір або йогурт	100	125	Горошок зелений заморожений	22/-	22/-	
			Цибуля	9,6/12	8/10	
Кефір або йогурт	100	125	Олія	1,5/2	1,5/2	
Кефір або йогурт	100	125	Кефір, йогурт	100/125	100/125	

**СЕРЕДА
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса бруто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Запканка сирно-вермішелева	165	206	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Цукор	-/3	-/3
				Яйце	0,1/01	4/4
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
				Макарони	27/33	27/33
	Буряк тушкований з яблуком	103	137	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Яблуко	68,2/91	60/80
				Буряк	80/106,7	60/80
	Хліб житній	30	30	Олія	3,5/4	3,5/4
				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 з галушками	200	250	Яйце	0,1/0,1	4/4
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Молоко	10/14	10/14
				Борошно	10/14	10/14
				Морква	13,4/16	10/12
				Цибуля	12/17,9	10/15
	Тефтеля з яловичини з тушкованими овочами	65/73	88/88	М'ясо яловичини без кісток	45/60	45/60
				Рис	9/12	9/12
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Морква	10,7/13,4	8/10
				Яйце	0,1/0,1	4/4
				Томат	2/2	2/2
				Борошно	1/2	1/2
				Капуста	30/41,3	24/33
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
				Кисіль із фруктів	150	180
Крохмаль картопляний	5/6	5/6				
Цукор	-/10	-/10				
Олія рослина	5/5,5	5/5,5				
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	12/16	9/12
				Борошно	1/2	1/2
				Крупа ячна	26/33	26/33
	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5			
	Томат квашений порційний	38	58	Томат солоний	-/73	-/58
				Зелений горошок відварений	43/-	43/-
	Какао	150	200	Какао	5/6	5/6
Цукор				-/7,5	-/7,5	
				Молоко	150/200	150/200

**ЧЕТВЕР
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Омлет драчена з овочами	60	80	Яйця	1/1	40/40
				Цибуля	4,8/4,8	4/4
				Морква	18,7/30,7	14/23
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Молоко	10/20	10/20
	Буряк тушкований	37	46	Буряк	45,4/57,4	34/43
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	2/2	2/2
	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 житній 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 на бульйоні з зеленим горошком та сметаною	200/15	250/15	Картопля	25/35	15/21
				Горошок зелений заморожений	10/15	10/15
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Морква	10,7/16	8/12
				Капуста	32,5/38,8	26/31
				Сметана	15/25	15/25
	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
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
Олія рослина				3,0/3,0	3/3	
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	
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія рослинна	2,0/2,5	2/2,5
				Борошно	5/5	5/5
				Хліб	15/20	15/20
				Яйце	0,1/0,1	4/4
				Картопля	108,4/131,7	65/79
	Салат з огірка солоного та цибулі Салат з моркви відвареної та цибулі	53	72	Огірок солоний	-/77,2	-/62
				Морква	61,4/-	46/-
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	Манна запіканка із фруктовим сиропом	80/40	100/50	Манка	18/22	18/22
				Олія	2/2	2/2
				Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Цукор	-/7,5	-/7,5
	Молоко кип'ячене	130	176	Молоко	130/176	130/176

**П'ЯТНИЦЯ
IV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		ясла	сад			
Сніданок	Сирно-пшенична запіканка	180	200	Сир м'який	100/125	100/125
				Цукор	-/3,5	-/3,5
				Крупа пшенична	16/20	16/20
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
				Яйце	1/10/1/10	4/4
	Морква тушкована	54	71	Морква	69,4/90,7	52/68
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Олія	3,5/4	3,5/4
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Компот із фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
Цукор				-/4	-/4	
Обід	Суп картопляний	200	250	Картопля	133,4/166,7	80/100
				Морква	10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Ковбаски львівські	53	67	М'ясо свинина без кісток	45/6	45/60
				Яйце	1\8/1\8	5/5
				Олія	2,5/2,5	2,5/2,5
				Сухарі панірувальні	10/10	10/10
				Цибуля	9,6/12	8/10
	Каша Ячнева в'язка з маслом вершковим	80	100	Крупа ячнева	18/23	18/23
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат із квашеної капусти та цибулі Капуста тушкована	30	50	Капуста квашена	-/60	-/42
				Капуста	40/-	32/-
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Хліб житній	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Узвар із сухофруктів	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25
Цукор				-/10	-/10	
Вечеря	Різотто з м'ясом та овочами	156	201	М'ясо куряче	45/60	45/60
				Морква	21,4/26,8	16/20
				Цибуля	17,9/24	15/20
				Зелений горошок заморожений	15/20	15/20
				Рис	28/35	28/35
				Олія	5/5,5	5/5,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Йогурт	100	125	Йогурт	100/125	100/125
	Яблуко запечене з цукром	48	64	Яблуко	68/91	60/80
				Цукор	-/6,5	-/6,5