



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. № 63/1076/22 від 19.01 2022

ЗАТВЕРДЖЕНО

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

С.А. Романенко
12 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 зимовий період

**ПОНЕДІЛОК
І 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 |
| | | | | Олія | 2,5/2,5 | 2,5/2,5 |
| | Гарбуз тушкований або Морква тушкована | 47 50 | 63 66 | Гарбуз | 77/103 | 54/72 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 67,5/90 72/96 | 54/72 |
| | | | | Олія | 1,5/2 | 1,5/2 |
| | Хліб пшеничний | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 |
| Сир твердий | 10 | 15 | Сир твердий | 10/15 | 10/15 | |
| Фрукти свіжі | 60 | 80 | Фрукти свіжі Цитрусові Банани | 68,2/91 100/133,4 85,8/114,3 | 60/80 | |
| Чай з цукром | 150 | 180 | Чай Цукор | 0,2/0,3 -7,5 | 0,2/0,3 -7,5 | |
| Обід | Суп гречаний з вершковим маслом | 200 | 250 | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Картопля 12 міс 01-02 міс | 54,3/71,5 58,5/77 | 38/50 |
| | | | | Крупа гречана | 8/10 | 8/10 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | Голубці з м'ясом птиці | 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 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 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 Цукор | 20/25 -10 | 20/25 -10 | |
| Вечеря | Піджарка із м'яса птиці з макаронами відвареними | 29 80 | 37 100 | М'ясо птиці філе | 45/60 | 45/60 |
| | | | | Локшина | 26/33 | 26/33 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | | | | Олія | 2,5/2,5 | 2,5/2,5 |
| | Вінегрет | 94 | 118 | Картопля 12 міс 01-02 міс | 60/71,5 64,7/77 | 42/50 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/12,5 10,7/13,4 | 8/10 |
| | | | | Буряк 12 міс 01-02 міс | 20/2,5 21,4/39,4 | 16/22 |
| | | | | Огірок солоний | -18 | -14 |
| | | | | Капуста квашена | -23 | -16 |
| | | | | Горошок зелений морожений | 22/- | 22/- |
| | | | | Цибуля | 9,6/12 | 8/10 |
| | | | | Олія | 1,5/2 | 1,5/2 |
| | Свіжі фрукти | 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 | |

ВІВТОРОК І 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 |
| | Ікра з моркви | 54 | 72 | Морква 12 міс 01-02 міс | 66,3/87,5 70,7/93,4 | 53/70 |
| | | | | Цибуля | 8,4/15 | 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 свіжих фруктів | 150 | 180 | Свіжі фрукти або морожені | 68,2/91 60/80 | 60/80 | |
| | | | Цукор | -4,5 | -4,5 | |
| Обід | Борщ | 200 | 250 | Капуста | 30/42,5 | 24/34 |
| | | | | Картопля 12 міс 01-02 міс | 21,5/30 23,1/32,4 | 15/21 |
| | | | | Буряк 12 міс 01-02 міс | 15/14,7 16/18,7 | 12/14 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 7,5/10 8/10,7 | 6/8 |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | | | | Олія | 2/2 | 2/2 |
| | | | | Цукор | -1 | -1 |
| | | | | 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 12 міс 01-02 міс | 7,5/10 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 свіжих фруктів | 150 | 180 | Фрукти свіжі або заморожені | 68,2/91 60/80 | 60/80 |
| | | | | Крохмаль картопляний | 5/6 | 5/6 |
| | | | | Цукор | -9 | -9 |
| | | | | | | |
| Вечеря | Ковбаски рибні українські | 50 | 72 | Олія | 1,5/2 | 1,5/2 |
| | | | | 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 12 міс 01-02 міс | 92,9/112,9 100/121,6 | 65/79 |
| | | | | Молоко | 20/24 | 20/24 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | Салат з капусти та моркви | 52 | 68 | Капуста | 57,5/75 | 46/60 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 7,5/10 8/10,7 | 6/8 |
| | | | | Олія | 1/1 | 1/1 |
| | 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 | | | | 1,5/1,5 | 1,5/1,5 | |
| Сік | 120 | 180 | Сік | 120/180 | 120/180 | |

**СЕРЕДА
І ТИЖДЕНЬ**

| | Страви | Вихід (грами) | | Інгредієнти | Маса брутто | Маса нетто |
|--------------------------------|---|-------------------|--------------------------|------------------------------|-------------------------|---------------|
| | | діти 1-4 років | діти 4-6 (7) років | | | |
| Сніданок | Ліниві вареники з вершковим маслом | 133 | 170 | Сир кисломолочний | 100/125 | 100/125 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Яйце | 1\10/1\10 | 4/4 |
| | | | | Крупа манна | 9/12 | 9/12 |
| | | | | Цукор | -/2,5 | -/2,5 |
| | Буряк тушкований з яблуком | 103 | 137 | Буряк 12 міс 01-02 міс | 75/100 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 12 міс 01-02 міс | 21,5/30 23,1/32,4 | 15/21 |
| | | | | Олія | 2/2 | 2/2 |
| | | | | Крупа вівсяна | 16/20 | 16/20 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 7,5/10 8/10,7 | 6/8 |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 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 |
| | 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 12 міс 01-02 міс | 92,9/112,9 100/121,6 | 65/79 |
| | | | | Цибуля | 4,8/8,4 | 4/7 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 5/8,8 5,4/9,4 | 4/7 |
| | | | | Олія рослина | 2,5/2,5 | 2,5/2,5 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | Огірок квашений порційний Морква терта | 52 | 66 | Огірок квашений | -/65 | -/66 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 65/- 69,4/- | 52/- |
| | 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 свіжі або заморожені | | | | 68,2/91 60/80 | 60/80 | |
| Дріжджі | | | | 2/3 | 2/3 | |
| Олія | | | | 1,5/2 | 1,5/2 | |
| Молоко кип'ячене | 135 | 180 | Молоко | 135/180 | 135/180 | |

**ЧЕТВЕР
І 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 12 міс 01-02 міс | 10/15 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 |
| | Сир твердий | 10 | 15 | Сир твердий | 10/15 | 10/15 |
| Хліб пшеничний | 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 | -/4,5 | -/4,5 | |
| Обід | Щі зі свіжої капусти | 200 | 250 | Цибуля | 9,6/14,3 | 8/12 |
| | | | | Капуста | 45/55 | 36/44 |
| | | | | Томатна паста | 1/2 | 1\2 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 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 |
| | | | | 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 | 68,2/91 | 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 | 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 12 міс 01-02 міс | 21,3/32,5 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 мrożений | 27/30 | 27/30 |
| | Какао | 150 | 200 | Какао | 5/6 | 5/6 |
| Цукор | | | | -/7,5 | -/7,5 | |
| Молоко | | | | 150/200 | 150/200 | |

**П'ЯТНИЦЯ
І ТИЖДЕНЬ**

| | Страви | Вихід (грами) | | Інгредієнти | Маса брутто | Маса нетто |
|--------------------------|---|-------------------|-----------------------------|------------------------------|-------------------------|---------------|
| | | діти 1-4 років | діти 4-6 (7) років | | | |
| Сніданок | Манник із сиром | 146 | 181 | Сир кисломолочний | 88/110 | 88/110 |
| | | | | Крупа манна | 10/12 | 10/12 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Молоко | 18/23 | 18/23 |
| | | | | Цукор | -3,5 | -/3,5 |
| | | | | Олія | 1/1 | 1/1 |
| | Котлети морквяні | 108 | 144 | Морква 12 міс 01-02 міс | 75/100 80/106,7 | 60/80 |
| | | | | Яйце | 1\10/1\10 | 4/4 |
| | | | | Крупа манна | 7/10 | 7/10 |
| | | | | Борошно | 8/10 | 8/10 |
| Олія | | | | 3/3,5 | 3/3,50 | |
| Сухарі панірувальні | | | | 5/5 | 5/5 | |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 45/59 | |
| Компот із свіжих фруктів | 150 | 180 | Фрукти свіжі або заморожені | 68,2/91 | 60/80 | |
| | | | Цукор | -/4 | -/4 | |
| Обід | Суп Болгарський | 200 | 250 | Картопля 12 міс 01-02 міс | 21,5/30 23,1/32,4 | 15/21 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | | | | Олія | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Крупа пшенична | 10/10 | 10/10 |
| | | | | М'ясо яловичини м'якоть | 45/60 | 45/60 |
| | Картопляна запіканка з м'ясом яловичини | 91 | 112 | Цибуля | 9,6/12 | 8/10 |
| | | | | Борошно | 10/12 | 10/12 |
| | | | | Яйце | 1\10/1\10 | 4/4 |
| | | | | Картопля 12 міс 01-02 міс | 92,9/112,9 100/121,6 | 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 | 37,5/50 | 30/40 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 4/6,2 5,4/6,6 | 4/5 |
| Цибуля | | | | 4,8/6 | 4/5 | |
| Дріжджі | | | | 1/1 | 1/1 | |
| Узвар | 150 | 180 | Сухофрукти | 20/25 | 20/25 | |
| | | | Цукор | -/7 | -/7 | |
| Вечеря | Біфштекс 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 відвареного буряка та цибулі | 50 | 65 | Буряк 12 міс 01-02 міс | 51,3/68,8 54,7/73,4 | 41/55 |
| | | | | Цибуля | 13,2/15,5 | 11/13 |
| | | | | Олія | 2/2 | 2/2 |
| | Яблуко печене з цукром | 48 | 64 | Яблуко | 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
II 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 12 міс 01-02 міс | 7,5/10 8/10,7 | 6/8 |
| | Салат з моркви та яблука | 108 | 144 | Олія | 4/4,5 | 4/4,5 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 60/80 64/85,4 | 48/64 |
| | Сир твердий | 10 | 15 | Яблуко | 68,2/91 | 60/80 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | Сир твердий | 10/15 | 10/15 | |
| Чай | 150 | 180 | Хліб | 30/30 | 30/30 | |
| | | | Чай | 0,2/0,3 | 0,2/0,3 | |
| Обід | Картопляний крем суп з гречками | 200 | 250 | Цукор | -7,5 | -7,5 |
| | | | | Картопля 12 міс 01-02 міс | 114,3/142,9 123,2/153,9 | 80/100 |
| | | | | Гренки | 10/10 | 10/10 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | М'ясні кульки з м'яса птиці сметанному соусі з рисовою кашею в'язкою | 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 |
| | | | | Борошно | 5/5 | 5/5 |
| | | | | Цибуля | 9,6/14,3 | 8/12 |
| | | | | Сметана | 15/25 | 15/25 |
| | | | | Олія рослинна | 1,5/2 | 1,5/2 |
| | Салат з зеленого горошку та цибулі | 36 | 45 | Рис | 17/25 | 17/25 |
| | | | | Зелений горошок морожений | 32/40 | 32/40 |
| | | | | Олія | 2/2 | 2/2 |
| | Хліб житній | 30 | 30 | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | Узвар | 150 | 180 | Хліб | 30/30 | 30/30 |
| | | | | Сухофрукти | 20/25 | 20/25 |
| Вечеря | Котлети по домашньому з м'яса птиці | 51 | 69 | Цукор | -10 | -10 |
| | | | | М'ясо птиці філе | 45/60 | 45/60 |
| | | | | Яйце | 1/8/1/8 | 5/5 |
| | | | | Олія рослина | 2/2 | 2/2 |
| | | | | Сухарі | 8/15 | 8/15 |
| | Каша ячна розсипчаста | 80 | 100 | Цибуля | 6/6 | 5/5 |
| | | | | Крупа ячнева | 26/33 | 26/33 |
| | Салат капусти | 54 | 70 | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Капуста | 55/70 | 44/56 |
| | | | | Морква 12 міс 1-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | Свіжі фрукти | 60 | 80 | Олія | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Фрукти свіжі | 68,2/91 | 60/80 |
| Какао | 150 | 200 | Цитрусові | 100/133,4 | | |
| | | | Банани | 85,8/114,3 | | |
| | | | Какао | 0,2/0,3 | 0,2/0,3 | |
| | | | Молоко | 150/200 | 150/200 | |
| | | | Цукор | -7,5 | -7,5 | |

ВІВТОРОК II ТИЖДЕНЬ

| | Страви | Вихід(грамн) | | 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 | 55 | 74 | Морква 12 міс 01-02 міс | 75/100 80/106,7 | 60/80 |
| | | | | Олія | 4/4,5 | 4/4,5 |
| Яблуко печене з цукром | 48 | 64 | Яблуко | 68,2/91 | 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 12 міс 01-02 міс | 21,5/30 23,1/32,4 | 15/21 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 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 | 14,3/24 | 12/20 |
| | | | | Томат паста | 3/5 | 3/5 |
| | | | | Картопля 12 міс 01-02 міс | 92,9/112,9 100/121,6 | 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 |
| | | | | Чорнослив | 5/7 | 5/7 |
| | | | | Олія | 2/2 | 2/2 |
| | Хліб житній | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 |
| Узвар | 150 | 180 | Сухофрукти | 15/18 | 15/18 | |
| | | | 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 |
| | Буряк тушкований | 46 | 61 | Буряк | 61,4/80 | 46/60 |
| | | | | Цибуля | 9,6/14,3 | 8/12 |
| | | | | Олія | 1,5/2 | 1,5/2 |
| | Хліб | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 |
| | Шарлотка з яблуком | 83 | 105 | 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 | |
| Кефір або йогурт | 100 | 125 | Цукор | -/7,5 | -/7,5 | |
| | | | Кефір або йогурт | 100/125 | 100/125 | |

**СЕРЕДА
II 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 | 55 | 72 | Морква 12 міс 01-02 міс | 65/85 69,4/90,7 | 52/68 |
| Цибуля | | | | 9,6/15 | 8/12 | |
| Масло вершкове | | | | 2/2,5 | 2/2,5 | |
| Компот із свіжих фруктів | 150 | 180 | Фрукти | 68,2/91 | 60/80 | |
| | | | Цукор | -/4,5 | -/4,5 | |
| Обід | Борщ український | 200 | 250 | Картопля 12 міс 01-02 міс | 21,5/30 23,1/32,4 | 15/21 |
| | | | | Буряк 12 міс 01-02 міс | 18,8/25 20/26,8 | 15/20 |
| | | | | Цибуля | 9,6/14,3 | 8/12 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 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 птиці в соусі | 52/10 | 67/10 | М'ясо птиці філе | 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 свіжих фруктів | 150 | 180 | Фрукти свіжі або заморожені | 68,2/91 60/80 | 60/80 |
| | | | | Крохмаль картопляний | 5/6 | 5/6 |
| Цукор | | | | -/10 | -/10 | |
| Хліб житній | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 | |
| Вечеря | Тефтеля з м'яса яловичини та рису | 80 | 108 | М'ясо яловичини | 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 12 міс 01-02 міс | 92,9/112,9 100/121,6 | 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 | 150 | 180 | Чай | 0,2/0,3 | 0,2/0,3 | |
| | | | Цукор | -/7,5 | -/7,5 | |

**ЧЕТВЕР
II 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 | -/6 | -/6 |
| | Морква припущена з родзинками | 53 | 70 | Родзинки | 3/4 | 3/4 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 75/100 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 12 міс 01-02 міс | 114,3/142,9 123,2/153,9 | 80/100 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | Цибуля | 9,6/14,3 | 8/12 |
| | | | | Олія рослинна | 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 рослинна | 3,5/3,5 | 3,5/3,5 |
| | Макарони відварені з вершковим маслом | 80 | 100 | Макарони | 26/33 | 26/33 |
| | Салат з огірка квашеного та цибулі | | 49 | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Огірок квашений | -/60 | -/40 |
| | Салат з буряка відвареного та цибулі | 36 | | Буряк | 32/- | 32/- |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| Хліб житній | 30 | 30 | Олія | 1/1 | 1/1 | |
| Компот із свіжих фруктів | 150 | 180 | Хліб | 30/30 | 30/30 | |
| | | | 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 | 40/60 |
| | | | | Риба минтай | 84/126 | 40/60 |
| | | | | Борошно | 10/15 | 10/15 |
| | | | | Молоко | 10/20 | 10/20 |
| | | | | Дріжджі | 1/1 | 1/1 |
| | | | | Яйце | 0,1/0,1 | 4/4 |
| | | | | Олія | 1,5/2 | 1,5/2 |
| | Капуста тушкована | 48 | 64 | Капуста | 55/70 | 44/56 |
| | | | | Цибуля | 9,6/14,3 | 8/12 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | Олія | 2/2 | 2/2 |
| | Хліб житній | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 |
| | Запіканка пшоняна | 120 | 160 | Пшоно | 20/25 | 20/25 |
| Масло вершкове | | | | 2/2,5 | 2/2,5 | |
| Яйце | | | | 0,1/0,1 | 4/4 | |
| Цукор | | | | -/7,5 | -/7,5 | |
| Олія | | | | 0,5/0,5 | 0,5/0,5 | |
| Кефір або йогурт | 100 | 125 | Кефір або йогурт) | 100/125 | 100/125 | |

**П'ЯТНИЦЯ
II 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 12 міс | 10/15 | 8/12 |
| | | | | 01-02 міс | 10,7/16 | |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | | | | Капуста | 45/60 | 36/48 |
| | | | | Томат паста | 2/2 | 2/2 |
| | | | | Зелений горошок морожений | 10/12 | 10/12 |
| | Манна запіканка з фруктовим соусом | 110 | 140 | Олія | 3,5/4 | 3,5/4 |
| | | | | Фрукти свіжі або морожені | 68,2/91 | 60/80 |
| | | | | Цукор | -/3 | -/3 |
| | | | | Крупа манна | 17/22 | 17/22 |
| | | | | Борошно | 4/4 | 4/4 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | Хліб | 30 | 30 | Олія | 0,5/0,5 | 0,5/0,5 |
| Хліб | | | | 30/30 | 30/30 | |
| Какао | | | | 150 | 200 | |
| Какао | | | | 5/6 | 5/6 | |
| Обід | Капусняк на м'ясному бульйоні | 200 | 250 | Молоко | 150/200 | 150/200 |
| | | | | Цукор | -/4,5 | -/4,5 |
| | | | | Капуста квашена | -/47,2 | -/33 |
| | | | | Капуста свіжа | 52,5/28,8 | 42/23 |
| | | | | Морква 12 міс | 3,8/5 | 3/4 |
| | | | | 01-02 міс | 4/5,4 | |
| | | | | Цибуля | 3,6/4,8 | 3/4 |
| | Суфле м'ясне з овочами | 30 | 40 | Томат-паста | 2/2 | 2/2 |
| | | | | Пішою | 6/6 | 6/6 |
| | | | | Олія рослина | 4/4 | 4/4 |
| | | | | М'ясо свинина м'якоть | 45/60 | 45/60 |
| | | | | Морква 12 міс | 7,5/10 | 6/8 |
| | Вівсяна каша в'язка | 80 | 100 | 01-02 міс | 8/10,7 | |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| Олія | | | | 1/1,5 | 1/1,5 | |
| Крупа вівсяна | | | | 20/25 | 20/25 | |
| Хліб житній | 30 | 30 | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 | |
| | | | Хліб | 30/30 | 30/30 | |
| | | | Узвар | 150 | 180 | |
| Вечеря | Вареники із сиром кисломолочним | 150 | 180 | Сухофрукти | 20/25 | 20/25 |
| | | | | Цукор | -/10 | -/10 |
| | | | | Сир кисломолочний | 80/100 | 80/100 |
| | | | | Борошно | 65/75 | 65/75 |
| | | | | Яйце | 0,2/0,2 | 8/8 |
| | Морква тушкована з яблуком | 110 | 147 | Молоко | 30/40 | 30/40 |
| | | | | Цукор | -/2 | -/2 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | Кисіль із свіжих фруктів | 150 | 200 | Морква 12 міс | 75/100 | 60/80 |
| | | | | 01-02 міс | 80/106,7 | |
| Олія | | | | 4/4,5 | 4/4,5 | |
| Яблуко | | | | 68,2/91 | 60/80 | |
| | | | | Фрукти свіжі або заморожені | 68,2/91 | 60/80 |
| | | | | 60/80 | | |
| | | | | Крохмаль картопляний | 5/6 | 5/6 |
| | | | | 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 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 капусти та моркви | 60 | 80 | Капуста | 57,5/77,5 | 46/62 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/12,5 10,7/13,4 | 8/10 |
| | | | | Олія | 4/4,5 | 4/4,5 |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | Фрукти свіжі | 60 | 80 | Фрукти свіжі Цитрусові Банани | 68,2/91 100/133,4 85,8/114,3 | 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 Цукор | 0,2/0,3 -/7,5 | 0,2/0,3 -/7,5 | |
| Обід | Суп гороховий | 200 | 250 | Олія | 2,0/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Картопля 12 міс 01-02 міс | 21,5/30 23,1/32,4 | 15/21 |
| | | | | Горох | 20/25 | 20/25 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | Тушкована картопля з м'ясом птиці | 75 | 133 | Картопля 12 міс 01-02 міс | 92,9/112,9 100/121,6 | 65/79 |
| | | | | 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 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | Салат з капусти квашеної Салат з капусти свіжої | 35 | 45 | Капуста квашена | -/51, | -/36 |
| | | | | Капуста свіжа | 35/- | 28/- |
| Цибуля | | | | 7,2/9,6 | 6/8 | |
| Хліб житній | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 | |
| Узвар | 120 | 180 | Сухофрукти | 20/25 | 20/25 | |
| | | | Цукор | -/10 | -/10 | |
| Вечеря | Тушковане куряче м'ясо з макаронами | 36/80 | 48/100 | М'ясо птиці філе | 45/60 | 45/60 |
| | | | | Олія | 4/4,5 | 4/4,5 |
| | | | | Макарони | 26/33 | 26/33 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | Салат з відвареного буряка та яблука | 110 | 147 | Буряк 12 міс 01-02 міс | 75/100 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 | |
| Хліб | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 | |

**ВІВТОРОК
ІІІ 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 | 55 | 73 | Морква 12 міс 01-02 міс | 65/85 69,4/90,7 | 52/68 |
| | | | | 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 | |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 | |
| Сік | 120 | 180 | Сік | 120/180 | 120/180 | |
| Обід | Борщ на курячому бульйоні | 200 | 250 | Капуста | 25/35 | 20/28 |
| | | | | Картопля 12 міс 01-02 міс | 54,3/71,5 58,5/77 | 38/50 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/12,5 10,7/13,4 | 8/10 |
| | | | | Буряк 12 міс 01-02 міс | 17,5/20 18,7/21,4 | 14/16 |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | | | | Цукор | -2 | -2 |
| | | | | Сметана | 15/25 | 15/25 |
| | | | | Томат-паста | 2/2 | 2/2 |
| | | | | Олія | 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 | Олія | 2/2 | 2/2 |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 7,5/10 8/13,4 | 6/8 |
| | Хліб житній | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 |
| | | | | Курка | 74/98 | 45/60 |
| Компот із свіжих фруктів | 150 | 180 | Фрукти свіжі або заморожені | 68/91 60/80 | 60/80 | |
| | | | Цукор | -8 | -8 | |
| Вечеря | Риба тушкована в томатному соусі з відвареним рисом | 43/80 | 65/100 | Риба хек | 69/103,3 | 40/60 |
| | | | | Риба минтай | 84/126 | 40/60 |
| | | | | Олія | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Цибуля | 3,6/4,8 | 3/4 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 3,8/5 4/5,4 | 3/4 |
| | | | | Томат паста | 2/3 | 2/3 |
| | | | | Цукор | -4 | -4 |
| | | | | Рис | 28/35 | 28/35 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Вінегрет | 87 | 111 |
| | Морква 12 міс 01-02 міс | 26,3/12,5 28/13,4 | 21/10 | | | |
| | Буряк 12 міс 01-02 міс | 31,3/27,5 33,4/29,4 | 25/22 | | | |
| | Огірок квашений | -18 | -12 | | | |
| | Капуста квашена | -35 | -18 | | | |
| | Олія | 1,5/2 | 1,5/2 | | | |
| | Цибуля | 9,6/12 | 8/10 | | | |
| | Какао | 150 | 200 | Какао | 5/6 | 5/6 |
| Молоко | | | | 150/200 | 150/200 | |
| Цукор | | | | -7,5 | -7,5 | |

**СЕРЕДА
ПІ ТИЖДЕНЬ**

| | Страви | Вихід (грами) | | Інгредієнти | Маса брутто | Маса нетто |
|---|--|-------------------|--|----------------------------|-----------------------|---------------|
| | | діти 1-4 років | діти 4-6 (7) років | | | |
| Сніданок | Запіканка 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 |
| | Морква терта | 60 | 80 | Морква 12 міс 01-02 міс | 75/100 80/106,7 | 60/80 |
| | | | | Олія | 2/2 | 2/2 |
| | Компот із фруктів | 150 | 180 | Чай | 0,2/0,3 | 0,2/0,3 |
| | | | | Цукор | -/4,5 | -/4,5 |
| Обід | Суп з галушками | 200 | 250 | Яйце | 1\10/1\10 | 4/4 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Молоко | 10/14 | 10/14 |
| | | | | Борошно | 10/14 | 10/14 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 12,5/15 13,4/16 | 10/12 |
| | | | | Цибуля | 12/17,9 | 10/15 |
| | Тефтеля з м'яса свинини з тушкованими овочами | 65/73 | 88/88 | М'ясо свинини м'якоть | 45/60 | 45/60 |
| | | | | Рис | 9/12 | 9/12 |
| | | | | Цибуля | 9,6/12 | 8/10 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10//12,5 10,7/13,4 | 8/10 |
| | | | | 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 |
| | Хліб житній | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 |
| | | | | Кисіль зі свіжих фруктів | 150 | 180 |
| | Крохмаль картопляний | 5/6 | 5/6 | | | |
| | Цукор | -/10 | -/10 | | | |
| | М'ясо птиці тушковане з овочами та ячною кашею | 55/80 | 73/100 | М'ясо птиці філе | | |
| | Цибуля | | | 9,6/12 | 8/10 | |
| Олія рослинна | 4/4,5 | | | 4/4,5 | | |
| Морква 12 міс 01-02 міс | 11,3/15 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/ Зелений горошок відварений | 38 | 58 | Помідор солоний Зелений горошок морожений | -/73 43/- | -/58 43/- | |
| Хліб пшеничний з сиром твердим | 30/10 | 30/15 | Хліб Сир твердий | 30/30 10/15 | 30/30 10/15 | |
| Чай | 150 | 180 | Чай | 0,2/0,3 | 0,2/0,3 | |
| | | | Цукор | -/7,5 | -/7,5 | |

ЧЕТВЕР, III ТИЖДЕНЬ

| | Страви | Вихід (грами) | | Інгредієнти | Маса брутто | Маса нетто |
|-----------------------------|---|----------------|----------------|------------------------------|-------------------------|------------|
| | | діти 1-4 років | діти 4-6 (7) р | | | |
| Сніданок | Омлет драчена з овочами | 56 | 71 | Яйця | 1/1 | 40/40 |
| | | | | Цибуля | 4,8/4,8 | 4/4 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 17,5/28,8 18,7/30,7 | 14/23 |
| | | | | Олія | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Молоко | 10/20 | 10/20 |
| | | | | Борошно | 2/3 | 2/3 |
| | Буряк тушкований | 36 | 46 | Буряк 12 міс 01-02 міс | 52,5/66,3 56/70,7 | 42/53 |
| | | | | Олія | 2/2 | 2/2 |
| | Каша вівсяна в'яз з вершковим маслом | 80 | 100 | Геркулес | 20/25 | 20/25 |
| | Яблуко запечене з цукром | 48 | 64 | Вершкове масло | 2/2,5 | 2/2,5 |
| Яблуко | | | | 68,2/91 | 60/80 | |
| Хліб житній з сиром твердим | 30/10 | 30/15 | Цукор | -7,5 | -7,5 | |
| | | | Хліб | 30/30 | 30/30 | |
| Сік | 120 | 180 | Сир твердий | 10/15 | 10/15 | |
| | | | Сік | 120/180 | 120/180 | |
| Обід | Суп овочевий з зеленим горошком та сметаною | 200/15 | 250/15 | Картопля 12 міс 01-02 міс | 21,5/30 23,1/32,4 | 15/21 |
| | | | | Горошок зелений морож. | 10/15 | 10/15 |
| | | | | Цибуля | 9,6/14,3 | 8/12 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | Капуста | 32,5/38,8 | 26/31 |
| | | | | Сметана | 15/25 | 15/25 |
| | | | | Олія рослинна | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | Каша розсіпчаста 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 | 3,0/3,0 | 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 | 2,0/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Борошно | 5/5 | 5/5 |
| | | | | Хліб | 15/20 | 15/20 |
| | | | | Яйце | 1/10/1/10 | 4/4 |
| | | | | Картопля 12 міс 01-02 міс | 92,9/112,9 100/121,6 | 65/79 |
| | Салат з капусти | 55 | 73 | Молоко | 20/24 | 20/24 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Капуста | 57,5/77,5 | 46/62 |
| | Манна запіканка із фруктовим сиропом | 80/40 | 100/50 | Цибуля | 9,6/12 | 8/10 |
| | | | | Олія | 1,5/1,5 | 1,5/1,5 |
| | | | | Манка | 18/22 | 18/22 |
| | | | | Олія | 0,5/0,5 | 0,5/0,5 |
| Фрукти свіжі або заморожені | | | | 68,2/91 60/80 | 60/80 | |
| Молоко кип'ячене | 120 | 156 | Цукор | -7,5 | -7,5 | |
| | | | Молоко | 120/156 | 120/156 | |

**П'ЯТНИЦЯ
ІІІ 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 | 180 | 200 | Сир м'який | 100/125 | 100/125 |
| | | | | Цукор | -/3,5 | -/3,5 |
| | | | | Олія | 0,5/0,5 | 05/0,5 |
| | | | | Крупа пшенична | 16/20 | 16/20 |
| | | | | Яйце | 1/10/1/10 | 4/4 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Фрукти свіжі або заморожені | 22,8/34,2 20/30 | 20/30 |
| | Морква тушкована | 54 | 71 | Морква 12 міс 01-02 міс | 65/85 69,4/90,7 | 52/68 |
| | | | | Цибуля | 9,6/14,3 | 8/12 |
| | | | | 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 | 40/50 | |
| | | | Цукор | -/4 | -/4 | |
| Обід | Суп картопляний | 200 | 250 | Картопля 12 міс 01-02 міс | 114,3/142,9 123,2/153,9 | 80/100 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | Цибуля | 7,2/9,6 | 6/8 |
| | | | | Олія | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Ковбаски львівські | 53 | 67 |
| | 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 12 міс 01-02 міс | 40/52,5 42,7/56 | 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 макаронними виробами | 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 |
| | | | | Макаронні вироби | 26/33 | 26/33 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | Салат з буряка відвареного з цибулею | 46 | 63 | Цибуля | 9,6/12 | 8/10 |
| | | | | Буряк 12 міс 01-02 міс | 52,5/72,5 56/77,4 | 42/58 |
| | | | | Олія | 1,5/1,5 | 1,5/1,5 |
| | Йогурт | 100 | 125 | Йогурт | 100/125 | 100/125 |
| | Яблуко запечене з цукром | 48 | 64 | Яблуко | 68/91 | 60/80 |
| Цукор | | | | -/7,5 | -/7,5 | |

**ПОНЕДІЛОК
IV ТИЖДЕНЬ**

| | Страви | Вихід (грами) | | Інгредієнти | Маса брутто | Маса нетто |
|--------------|--|----------------|--------------------|------------------------------------|-------------------------|----------------|
| | | діти 1-4 років | діти 4-6 (7) років | | | |
| Сніданок | Макаронні вироби з вершковим маслом | 80 | 100 | Масло вершкове Макаронні вироби | 2/2,5 26/33 | 2/2,5 26/33 |
| | Омлет | 50 | 50 | Яйце | 1/1 | 40/40 |
| | | | | Молоко | 15/15 | 15/15 |
| | | | | Борошно | 2/2 | 2/2 |
| | | | | Олія | 2/2 | 2/2 |
| | Морквяна ікра | 53 | 71 | Морква 12 міс 01-02 міс | 62,5/85 66,7/90,7 | 50/68 |
| | | | | Цибуля | 12/14,3 | 10/12 |
| | | | | Олія рослинна | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | Хліб пшеничний | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 |
| | Сир твердий | 10 | 15 | Сир твердий | 10/15 | 10/15 |
| Чай з цукром | 150 | 180 | Чай Цукор | 0,2/0,3 -7,5 | 0,2/0,3 -7,5 | |
| Обід | Суп овочевий | 200 | 250 | Капуста | 38,8/53,8 | 31/43 |
| | | | | Картопля 12 міс 01-02 міс | 21,5/30 23,1/32,4 | 15/21 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/12,5 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 |
| | | | | Олія рослина | 3/3,5 | 3/3,5 |
| | Кавна 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 свіжих фруктів | 150 | 180 | Фрукти свіжі або морожені | 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 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 | 80 | 97 | Картопля 12 міс 01-02 міс | 92,9/112,9 100/121,6 | 65/79 |
| | | | | Молоко | 20/24 | 20/24 |
| | | | | Масло вершкове | 1/1,5 | 1/1,5 |
| | Салат з капусти та моркви | 52 | 70 | Капуста | 55/72,6 | 44/58 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | Олія | 1/1,5 | 1/1,5 |
| | Манна запіканка з бананом | 110 | 140 | Кефір | 65/86 | 65/86 |
| | | | | Манна крупа | 17/22 | 17/22 |
| | | | | Олія | 1/1 | 1/1 |
| | | | | Масло вершкове | 1/1 | 1/1 |
| Цукор | | | | -7,5 | -7,5 | |
| Банан | 86/115 | 60/80 | | | | |
| Сік | 120 | 180 | Сік | 120/180 | 120/180 | |

**СЕРЕДА
ІV 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 | -7,5 | -7,5 |
| | | | | 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 12 міс 01-02 міс | 75/100 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 | |
| Фрукти сезонні | 60 | 80 | Фрукти свіжі | 68,2/91 | 60/80 | |
| | | | Цитрусові | 100/133,4 | | |
| | | | Банани | 85,8/114,3 | | |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 | |
| Сік | 120 | 180 | Сік | 120/180 | 120/180 | |
| Обід | Борщ бурячковий | 200 | 250 | Картопля 12 міс 01-02 міс | 21,5/30 23,1/32,4 | 15/21 |
| | | | | Буряк 12 міс 01-02 міс | 35/45 37,4/48 | 28/36 |
| | | | | Цибуля | 9,6/12 | 8/10 |
| | | | | Сметана | 15/25 | 15/25 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | 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 |
| | | | | Борошно | 1/2 | 1/2 |
| | | | | Олія | 2,5/2,5 | 2,5/2,5 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | | | | Картопля 12 міс 01-02 міс | 92,9/112,9 100/121,6 | 65/79 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | Рисова запіканка з яблуком | 110 | 140 | 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 | -8 | -8 | |
| 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 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | Масло вершкове | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | Бурячкова ікра | 38 | 50 | Буряк 12 міс 01-02 міс | 45/60 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 | -7,5 | -7,5 | |
| | | | Молоко | 150/200 | 150/200 | |

**ЧЕТВЕР
IV 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 | 55 | 73 | Морква 12 міс 01-02 міс | 75/100 80/107 | 60/80 |
| | | | | Чорнослив сухофрукти | 5,5/7 | 5,5/7 |
| | | | | Олія | 2/2,5 | 2/2,5 |
| | Кисіль із свіжих фруктів | 150 | 180 | Фрукти свіжі або заморожені | 68/91 60/80 | 60/80 |
| | | | | Крохмаль картопляний | 5/6 | 5/6 |
| Цукор | | | | -7,5 | -7,5 | |
| Обід | Суп гречаний | 200 | 250 | Картопля 12 міс 01-02 міс | 21,5/30 23,1/32,4 | 15/21 |
| | | | | Крупа гречана | 8/10 | 8/10 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 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 | 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 |
| | | | | М'ясо птиці філе | 45/60 | 45/60 |
| | Хліб житній | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 |
| Узвар | 150 | 180 | Сухофрукти | 20/25 | 20/25 | |
| | | | Цукор | -10 | -10 | |
| Вечеря | Риба смажена | 33 | 50 | Риба хек | 69/103,3 | 40/60 |
| | | | | Риба минтай | 84/126 | |
| | | | | Борошно | 7/10 | 7/10 |
| | Овочі тушковані | 107 | 136 | Олія | 2,5/3 | 2,5/3 |
| | | | | Капуста | 57,5/75 | 46/60 |
| | | | | Цибуля | 7,2/96 | 6/8 |
| | | | | Морква 12 міс 01-02 міс | 10/15 10,7/16 | 8/12 |
| | | | | Картопля 12 міс 01-02 міс | 92,9/112,9 100/121,6 | 65/79 |
| | | | | Томатна паста | 1/2 | 1/2 |
| | Шарлотка з яблуками | 80 | 120 | Олія | 1,5/1,5 | 1,5/1,5 |
| | | | | Яблуко | 68,2/91 | 60/80 |
| | | | | Яйця | 1/4/1/4 | 10/10 |
| | | | | Борошно | 32/40 | 32/40 |
| | | | | Цукор | -7,5 | -7,5 |
| | Кефір | 100 | 125 | Масло вершкове | 1,5/1,5 | 2/2,5 |
| Кефір | | | | 100/125 | 100/125 | |
| Хліб житній | 30 | 30 | Хліб | 30/30 | 30/30 | |