

ПРИГОДЖУЮ

Начальник Прилуцького
районного управління
Головного управління
Держпродспоживслужби в
Чернігівській області

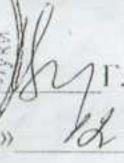

А.І. КІРІЄНКО

«18» 12 2024р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о. директора комунального
підприємства Прилуцької міської
ради комбінату шкільного харчування
«Шкільний»




Г.Г. ЦЮПКО

2024р.

ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ СЕЗОННЕ МЕНЮ НА ЗИМОВИЙ ПЕРІОД ДЛЯ ХАРЧУВАННЯ ДІТЕЙ ВІКОВИХ ГРУП: 6-11 РОКІВ, 11-14 РОКІВ, 14-18 РОКІВ

/обід/

НА 2025-2026 НАВЧАЛЬНИЙ РІК

Відповідно до вимог Постанови Кабінету Міністрів України від 24 березня 2021 року №305 «Про затвердження норм та Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку», норм Постанови КМУ від 28.07.2021р. №786 «Про внесення змін до норм харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку» та норм Постанови КМУ від 04.10.2024р. №1145 «Деякі питання надання субвенції з державного бюджету місцевим бюджетам та забезпечення харчуванням учнів початкових класів закладів загальної середньої освіти у 2024р.» (Додаток №9')

Збірник рецептур № Т.к.	Наявні алергени	Найменування страв	Енергетична цінність ккал Для дітей 6-11 р. /630-735/					Енергетична цінність ккал Для дітей 11-14 р. /720-840/					Енергетична цінність ккал Для дітей 14-18 р./810-945/					
			Вихід	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетичність	Вихід	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетичність	Вихід	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетичність	
			г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г
		ОБІДИ 1 ТИЖДЕНЬ																
		ПОНЕДІЛОК																
1.23 Кл 169	Я.	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку з яйцем	75/ 20	1,79/ 2,55	2,60/ 2,30	6,06/ 0,15	51, 75/ 31,5	75/ 20	1,79/ 2,55	2,60/ 2,30	6,06/ 0,15	51, 75/ 31,5	75/ 20	1,79/ 2,55	2,6/ 2,30	6,06 /0, 15	51,75/ 31, 50	
80	—	Суп картопляний з гречаною крупою	250	2,53	5,54	16, 79	126, 05	250	2,53	5,54	16,79	126, 05	250	2,53	5,54	16, 79	126, 05	
247	Я.ЗП,Г.	Шніцель натуральний січений	65	15, 79	5,15	7,27	132, 44	93	22, 59	7,37	10,40	189, 49	110	26, 72	8,72	12, 30	224, 13	
10.54 Кл	Г.МП,Л. ЗП	Булгур	120	5,20	3,08	36, 48	202, 0	150	6,51	3,85	45,6	252	150	6,51	3,85	45, 60	252,0	
329	—	Компот із сухофруктів	200	0,33	—	17, 63	67, 75	200	0,33	—	17,63	67, 75	200	0,33	—	17, 63	67,75	
—	ЗП,Г.	Хліб цільнозерновий	30	2,55	0,99	16, 53	80, 37	30	2,55	0,99	16,53	80, 37	30	2,55	0,99	16, 53	80,37	
12,1 Кл	—	Фрукти свіжі	100	0,4	0,3	10, 10	42	100	0,4	0,3	10,10	42	100	0,4	0,3	10, 10	42	
		ВСЬОГО:		31, 14	19, 96	111, 01	733, 86		39, 25	22, 95	123, 26	840, 91		43, 38	24, 30	125, 16	875, 55	

		ВІВТОРОК																
50		Вінігрет	80	1,31	2,5	7,34	54,91	80	1,31	2,5	7,34	54,91	80	1,31	2,5	7,34	54,91	
468*	МП.Л.	Борщ український зі сметаною	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56	
№30 2021	МП.Л.Я. ЗП.Г.	Ковбаски м'ясні	79	16,18	4,74	7,29	137,30	113	23,14	6,78	10,43	196,39	136	27,86	8,16	12,55	236,36	
290	Г.МП.Л.	Каша пшенична розсипчата	120	3,93	2,69	26,51	146,51	150	4,92	3,40	33,16	183,56	150	4,92	3,40	33,16	183,56	
329		Компот із родзинок	200	0,36		23,8	90,30	200	0,36		23,8	90,30	200	0,36		23,8	90,30	
/-	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий із сиром твердим	30/8	2,55/2,05	0,99/2,06	16,53/-	80,37/28,72	30/8	2,55/2,05	0,99/2,06	16,53/-	80,37/28,72	30/8	2,55/2,05	0,99/2,06	16,53/-	80,37/28,72	
12.1 Кл		Фрукти свіжі	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	
		ВСЬОГО:		29,04	19,38	108,66	707,67		36,99	22,13	118,45	803,81		41,71	23,51	120,57	843,78	
		СЕРЕДА																
ст464 2014		Салат вітамінний	75	0,88	3,12	5,50	51,23	75	0,88	3,12	5,50	51,23	75	0,88	3,12	5,50	51,23	
79		Суп картопляний з пшоном	250	2,35	5,48	18,16	129,85	250	2,35	5,48	18,16	129,85	250	2,35	5,48	18,16	129,85	
237	ЗП.Г.	Гуляш м'ясний	47/47	15,0	7,4	3,1	140	67,67	21,4	10,5	4,4	200	81/81	25,9	12,8	5,3	242	
295	МП.Л.Г.	Макаронні вироби відварені	120	4,44	2,64	28,86	159,01	150	5,56	3,33	36,7	199,01	150	5,56	3,33	36,7	199,01	
329		Компот із сухофруктів	200	0,33		17,63	67,75	200	0,33		17,63	67,75	200	0,33		17,63	67,75	
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий із сиром твердим	30/7	2,55/1,79	0,99/1,81	16,53/-	80,37/25,13	30/7	2,55/1,79	0,99/1,81	16,53/-	80,37/25,13	30/7	2,55/1,79	0,99/1,81	16,53/-	80,37/25,13	
12.1 Кл		Фрукти свіжі Фрукти свіжі	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	
		ВСЬОГО:		27,74	21,74	99,88	695,34		35,26	25,63	109,32	798,34		39,76	27,93	110,22	840,34	

ЧЕТВЕР																	
315*	-----	С-т з моркви та часнику	80	1,17	4,17	7,50	66,7	80	1,17	4,17	7,50	66,7	100	1,46	5,21	9,38	83,38
62	МП.Л.	Борщ з квасолею, картоплею, зі сметаною	250 /10	4,05	7,35	18, 22	152, 90	250/1 0	4,05	7,35	18,22	152, 90	250/ 10	4,05	7,35	18, 22	152, 9
7.6 Кл	Р.Я.	Фрикадельки рибні	60	10, 44	1,59	1,20	61	90	15, 65	2,39	1,81	91	120	20, 87	3,19	2,41	121
ст139 1961	МП.Л.	Картопля тушковна	120	2,95	4,18	23, 63	142, 27	150	3,69	5,23	29, 54	177, 84	150	3,69	5,23	29, 54	177, 84
349	---	Чай	200	---	---	14, 97	56, 85	200	---	---	14, 97	56, 85	200	---	---	14, 97	56,85
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/ 7	2,55/ 1,79	0,99/ 1,81	16, 53/-	80,3 7/25, 13	30/ 7	2,55/ 1,79	0,99/ 1,81	16,53	80,3 7/25, 13	30/ 15	2,55/ 3,84	0,99 /3, 87	16, 53	80,37/ 53,85
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі Фрукти свіжі	100 ---	0,4 ---	0,4 ---	10,4 ---	45 ---	100 ---	1,5 ---	0,1 ---	21,8 ---	89 ---	100 ---	1,5 ---	0,1 ---	21,8 ---	89 ---
ВСЬОГО:				23, 35	20, 49	92, 45	630, 22		30, 80	22, 04	110, 37	739, 79		37, 96	25, 94	112, 85	815, 19
П'ЯТНИЦЯ																	
№30 2021	---	Салат із квшеної капусти та буряка	80	1,3	3,22	5,66	54, 79	80	1,3	3,22	5,66	54, 79	80	1,3	3,22	5,66	54, 79
Ст. 372	МП.Л.	Суп харчо зі сметаною	250 /10	2,78	4,52	19, 75	131, 93	250/1 0	2,78	4,52	19,75	131, 93	250/ 10	2,78	4,52	19, 75	131, 93
9.28 Кл	ЗП.Г.Я.	Курячі палички	64	17, 56	2,42	5,2	112	96	26, 34	3,63	7,8	168	110	30, 18	4,16	8,94	193,0
290	МП.Л.	Каша гречана розсипчата	120	6,19	3,79	31, 01	184, 0	150	7,74	4,78	38, 73	230, 14	150	7,74	4,78	38, 73	230, 14
362п	-----	Сік фруктовий	200	0,2	-----	20	84	200	0,2	-----	20	84	200	0,2	-----	20	84
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/ 8	2,55/ 2,05	0,99/ 2,28	16, 53/-	80,3 7/28, 72	30/8	2,55/ 2,05	0,99/ 2,28	16,53	80,3 7/28, 72	30	2,55	0,99	16, 53	80,37
12,1 Кл	---	Фрукти свіжі Фрукти свіжі	100 ---	0,9 ---	0,2 ---	9,5 ---	40 ---	100 ---	0,4 ---	0,3 ---	10,10 ---	42 ---	100 ---	0,4 ---	0,3 ---	10,1 ---	42 ---
ВСЬОГО:				33, 53	17, 42	107, 65	715, 81		43, 36	19, 72	118, 57	819, 95		45, 15	17, 97	119, 71	816, 23

Збірник рецептур № Т.к.	Наявні алергени	Найменування страв	Енергетична цінність ккал Для дітей 6-11 р. /630-735/					Енергетична цінність ккал Для дітей 11-14 р. /720-840/					Енергетична цінність ккал Для дітей 14-18 р./810-945/				
			Вихід	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетичність	Вихід	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетичність	Вихід	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетичність
			г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
ОБІДИ																	
11 ТИЖДЕНЬ																	
ПОНЕДІЛОК																	
Ст. 501*	—	Ікра буряково-морквяна	80	1,29	2,5	8,48	56,64	80	1,29	2,5	8,48	56,64	80	1,29	2,5	8,48	56,64
469*	ЗП.Г. МП.Л.	Капусняк український	250/10	3,07	6,91	15,48	137,38	250/10	3,07	6,91	15,48	137,38	250/10	3,07	6,91	15,48	137,38
233	ЗП.Г.	М'ясо тушковане	47/47	16,45	6,67	3,01	138,18	68/68	23,8	9,65	4,36	199,92	81/81	28,35	11,5	5,19	238,14
290	МП.Л.	Каша гречана розсипчата	120	6,19	3,79	31,01	184	150	7,74	4,78	38,73	230,0	150	7,74	4,78	38,73	230,0
362	—	Сік фруктовий	200	0,2	—	20	84	200	0,2	—	20	84	200	0,2	—	20	84
—	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37
12.1 Кл	—	Фрукти свіжі	100	0,4	0,3	10,10	42	100	0,4	0,3	10,10	42	100	0,4	0,3	10,10	42
ВСЬОГО:				30,15	21,16	104,61	722,57		39,05	25,13	113,68	830,30		43,6	26,98	114,51	868,53

		ВІВТОРОК:																
1,23 Кл	---	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	75	1,79	2,60	6,06	51,75	75	1,79	2,60	6,06	51,75	75	1,79	2,60	6,06	51,75	
169	Я.	Яйця варені	20	2,55	2,3	0,15	31,5	20	2,55	2,3	0,15	31,5	20	2,55	2,3	0,15	31,50	
468*	МП.Л.	Борщ український зі сметаною	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56	
Т/к	ЗП.Г.Я.	Січеники м'ясні	70	15,76	3,39	5,87	118,17	100	22,52	4,84	8,39	168,82	120	27,02	5,81	10,06	202,58	
290	МП.Л.Г.	Каша ячна розсипчата	120	3,93	2,69	26,51	146,51	150	4,92	3,40	33,16	183,56	150	4,92	3,40	33,16	183,56	
329	---	Компот із сухофруктів	200	0,33	----	17,63	67,75	200	0,33	----	17,63	67,75	200	0,33	----	17,63	67,75	
---	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	
		Фрукти свіжі	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	100	1,5	0,1	21,8	89	
		ВСЬОГО:		29,57	18,37	99,94	665,61		37,32	20,53	109,11	753,31		42,92	21,2	122,18	831,07	
		СЕРЕДА																
464*	---	Салат вітамінний	75	0,88	3,12	5,50	51,23	75	0,88	3,12	5,50	51,23	75	0,88	3,12	5,50	51,23	
81	---	Суп картопляний з горохом	250	5,86	6,07	---	162,90	250	5,86	6,07	---	162,90	250	5,86	6,07	---	162,9	
№30 2021	МП.Л.Я. ЗП.Г.	Ковбаски м'ясні	79	16,18	4,74	7,29	137,30	113	23,14	6,78	10,43	196,39	136	27,86	8,16	12,55	236,36	
295	МП.Л.Г.	Макаронні вироби відварні	120	4,44	2,64	28,86	159,01	150	5,56	3,33	36,7	199,01	150	5,56	3,33	36,7	199,01	
349	----	Чай	200	----	----	10	37,9	200	----	----	10	37,9	200	----	----	10	37,9	
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/15	2,55/3,84	0,99/3,87	16,53/-	80,37/53,85	30/15	2,55/3,84	0,99/3,87	16,53	80,37/53,85	30/15	2,55/3,84	0,99/3,87	16,53	80,37/53,85	
12.1	----	Фрукти свіжі	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	
		ВСЬОГО:		34,15	21,83	78,58	727,56		42,23	23,17	100,59	826,65		46,95	25,94	91,68	866,62	

ЧЕТВЕР																	
315*	----	С-т з моркви та часнику	80	1,17	4,17	7,50	66,7	80	1,17	4,17	7,50	66,7	80	1,17	4,17	7,50	66,7
80	---	Суп картопляний з гречаною крупою	250	2,53	5,54	16,79	126,05	250	2,53	5,54	16,79	126,05	250	2,53	5,54	16,79	126,05
Т/к	Р.Г.ЗП.Я.	Рибна паличка з яйцем	69	13,52	6,24	6,74	137,31	104	20,38	9,41	10,16	206,96	138	27,04	12,48	13,48	274,62
298	МП.Л.	Пюре картопляне	120	2,64	3,08	18,9	112,75	150	3,30	3,87	23,63	141,24	150	3,30	3,87	23,63	141,24
329	---	Компот із родзинок	200	0,36	---	28,79	109,25	200	0,36	---	28,79	109,25	200	0,36	---	28,79	109,25
	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37
12,1 Кл	---	Фрукти свіжі	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
		ВСЬОГО:		23,67	20,22	104,75	672,43		31,19	24,18	112,90	770,57		37,85	27,25	116,22	838,23
П'ЯТНИЦЯ																	
54 а	---	Ікра з буряка	75	1,31	3,06	8,33	62,54	75	1,31	3,06	8,33	62,54	75	1,31	3,06	8,33	62,54
Ст. 372*	МП.Л.	Суп харчо зі сметаною	250 /10	2,78	4,52	19,75	131,93	250 /10	2,78	4,52	19,75	131,93	250/ 10	2,78	4,52	19,75	131,93
9,4 Кл.	---	Курка тушкована в томатному соусі	73	16,55	2,5	2,5	98	105	23,8	3,60	3,60	141	125	28,34	4,29	4,29	168
290	МП.Л.Г.	Каша пшенична розсипчата	120	3,93	2,69	26,51	146,51	150	4,92	3,40	33,16	183,56	150	4,92	3,40	33,16	183,56
329	----	Компот із яблук сушен.	200	0,33	---	17,63	67,75	200	0,33	---	17,63	67,75	200	0,33	---	17,63	67,75
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/ 15	2,55/ 3,84	0,99/ 3,87	16,53/-	80,37/ 753,85	30/ 15	2,55/ 3,84	0,99/ 3,87	16,53/ 753,85	80,37/ 753,85	30/ 15	2,55/ 3,84	0,99/ 3,87	16,53/ 753,85	80,37/ 753,85
12,1 Кл	---	Фрукти свіжі Фрукти свіжі	100 ----	0,4 ----	0,4 ----	10,4 ----	45 ----	100 ----	0,4 ----	0,4 ----	10,4 ----	45 ----	100 100	0,4 1,5	0,4 0,1	10,4 21,8	45 89
		ВСЬОГО:		31,69	18,03	101,65	685,95		39,93	19,84	109,40	766		45,57	20,23	121,49	837

Збірник рецентур № Т.к.	Наявні алергени	Найменування страв	Енергетична цінність ккал Для дітей 6-11 р. /630-735/					Енергетична цінність ккал Для дітей 11-14 р. /720-840/					Енергетична цінність ккал Для дітей 14-18 р./810-945/				
			Ви хід	Біл ки	Жи ри	Вуг лево ди	Енер гоці нність	Ви хід	Біл ки	Жи ри	Вуг лево ди	Енер гоці нність	Ви хід	Біл ки	Жи ри	Вуг ле во ди	Енер гоці нність
			г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
		ОБИДИ III ТИЖДЕНЬ															
		ПОНЕДІЛОК															
1.23 Кл	—	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	75	1,79	2,60	6,06	51,75	75	1,79	2,60	6,06	51,75	75	1,79	2,60	6,06	51,75
169	Я.	Яйця варені	20	2,55	2,30	0,15	31,5	20	2,55	2,3	0,15	31,5	20	2,55	2,3	0,15	31,5
Ст. 372*	МП.Л.	Суп харчо зі сметаною	250/10	2,78	4,52	19,75	131,93	250/10	2,78	4,52	19,75	131,93	250/10	2,78	4,52	19,75	131,93
247	Я.ЗП.Г.	Шніцель натуральний січений	65	15,79	5,15	7,27	132,44	93	22,59	7,37	10,4	189,49	110	26,72	8,72	12,30	224,13
290	МП.Л.	Каша гречана розсипчата	120	6,19	3,79	31,01	184	150	7,74	4,78	38,73	230,1	150	7,74	4,78	38,73	230,1
349	—	Чай з цукром	200	—	—	10	37,9	200/-	—	—	10	37,9	200/-	—	—	10	37,9
—	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37
12,1 Кл	—	Фрукти свіжі	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
		ВСЬОГО:		32,05	19,65	100,87	691,89		40,4	22,86	111,72	795,04		44,53	24,21	113,62	829,68

ВІВТОРОК																	
315*	---	Салат з моркви та часнику	80	1,17	4,17	7,50	66,7	80	1,17	4,17	7,50	66,7	80	1,17	4,17	7,50	66,7
62	МП.Л.	Борщ з квасолею та картоплею зі сметаною	250/10	4,05	7,35	18,22	152,90	250/10	4,05	7,35	18,22	152,90	250/10	4,05	7,35	18,22	152,90
№30 2021	МП.Л.Я. ЗП.Г.	Ковбаски м'ясні	79	16,18	4,74	7,29	137,30	113	23,14	6,78	10,43	196,39	136	27,86	8,16	12,55	236,36
290	МП.Л.Г.	Каша пшенична розсипчата	120	3,93	2,69	26,51	146,51	150	4,92	3,40	33,16	183,56	150	4,92	3,4	33,16	183,56
329	---	Компот із сухофруктів	200	0,33	---	17,63	67,75	200	0,33	---	17,63	67,75	200	0,33	---	17,63	67,75
---	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37
12,1 КЛ	---	Фрукти свіжі	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
ВСЬОГО:				28,61	20,34	104,08	696,53		36,56	23,09	113,87	792,67		41,28	24,47	115,99	832,64
СЕРЕДА																	
1.52 Кл	---	Салат з буряка, квашеної капусти і картоплі	75	1,53	0,90	8,96	49,0	75	1,53	0,90	8,96	49,0	75	1,53	0,5	8,96	49,0
80	---	Суп картопляний з гречаною крупою	250	2,53	5,54	16,79	126,05	250	2,53	5,54	16,79	126,05	250	2,53	5,54	16,79	126,05
Т/к	Я.ЗП.Г.	Січеники м'ясні	70	15,76	3,39	5,87	118,17	100	22,52	4,84	8,39	168,82	120	27,02	5,81	10,06	202,58
290	МП.Л.Г.	Каша ячна розсипчата	120	3,93	2,69	26,51	146,51	150	4,92	3,40	33,16	183,56	150	4,92	3,40	33,16	183,56
329	---	Компот із родзинок	200	0,36	---	28,79	109,25	200	0,36	---	28,79	109,25	200	0,36	---	28,79	109,25
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/15	2,55/3,84	0,99/3,87	16,53/7,53,85	80,37/53,85	30/15	2,55/3,84	0,99/3,87	16,53/7,53,85	80,37/53,85	30/15	2,55/3,84	0,99/3,87	16,53/7,53,85	80,37/53,85
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
ВСЬОГО:				30,90	17,78	113,85	728,20		38,65	19,94	123,02	815,90		43,15	20,51	124,69	849,66

		ЧЕТВЕР															
501*	---	Ікра буряково-морквяна	80	1,29	2,50	8,48	56,64	80	1,29	2,50	8,48	56,64	80	1,29	2,50	8,48	56,64
81	---	Суп картопляний з горохом	250	5,86	6,07	---	162,90	250	5,86	6,07	---	162,90	250	5,86	6,07	---	162,90
7.10 Кл	Р.Я.ЗП. Г.	Рибні нагетси	70	11,46	3,02	10,48	117	105	17,18	4,52	15,71	176	140	22,92	6,04	20,96	234
295	МП.Л.Г.	Макаронні вироби відварені	120	4,44	2,64	28,86	159,01	150	5,56	3,33	36,7	199,01	150	5,56	3,33	36,7	199,01
329	---	Компот із сухофруктів	200	0,33	---	17,63	67,75	200	0,33	---	17,63	67,75	200	0,33	---	17,63	67,75
---	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі	100	0,4	0,4	10,4	45,0	100	0,4	0,4	10,4	45,0	100	0,4	0,4	10,4	45,0
ВСЬОГО:				26,33	15,62	92,38	688,67	33,17	17,81	105,45	787,67	38,91	19,33	110,7	845,67		
		П'ЯТНИЦЯ															
36	---	Салат із білокачанної капусти	75	1,18	2,79	4,18	43,93	75	1,18	2,79	4,18	43,93	75	1,18	2,79	4,18	43,93
361	МП.Л.	Борщ український зі сметаною	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56
9.17 Кл	---	Печеня по домашньому з куркою	175	19,50	5,24	22,48	212	250	27,86	7,49	32,12	303	300	33,43	8,98	38,54	364
362 пром	---	Сік фруктовий	200	0,2	---	20	84	200	0,2	---	20	84	200	0,2	---	20	84
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/15	2,55/3,84	0,99/3,87	16,53/-	80,37/53,85	30/15	2,55/3,84	0,99/3,87	16,53/-	80,37/53,85	30/15	2,55/3,84	0,99/3,87	16,53/-	80,37/53,85
12,1 Кл	---	Фрукти свіжі Фрукти свіжі	100 ---	0,4 ---	0,4 ---	10,4 ---	45 ---	100 ---	0,4 ---	0,4 ---	10,4 ---	45 ---	100 ---	0,4 ---	0,4 ---	10,4 ---	45 ---
ВСЬОГО:				29,93	19,29	90,38	643,71	38,29	21,54	100,02	734,71	44,96	22,73	117,84	839,71		

Збірник рецептур № Т.к.	Наявні алергени	Найменування страв	Енергетична цінність ккал Для дітей 6-11 р. /630-735/					Енергетична цінність ккал Для дітей 11-14 р. /720-840/					Енергетична цінність ккал Для дітей 14-18 р. /810-945/				
			Вихід	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетичність	Вихід	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетичність	Вихід	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетичність
			г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
ОБІДИ ІV ТИЖДЕНЬ ПОНЕДІЛОК																	
№30 2021 169	— Я.	Салат з квашеної капусти та буряку Яйця варені	80	1,30	3,22	5,66	54,79	80	1,30	3,22	5,66	54,79	80	1,30	3,22	5,66	54,79
468*	МП.Л.	Берщ український зі сметаною	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56	250/5	2,26	6,0	16,79	124,56
Г/к	ЗП.Г.Я.	Січеники м'ясні	70	15,76	3,39	5,87	118,17	100	22,52	4,84	8,39	168,82	120	27,02	5,81	10,06	202,58
292	МП.Л.	Рис відварений	120	3,11	2,62	31,78	165,69	150	3,89	3,31	39,68	207,28	150	3,89	3,31	39,68	207,28
329	—	Компот із сухофруктів	200	0,33	—	17,63	67,75	200	0,33	—	17,63	67,75	200	0,33	—	17,63	67,75
—	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37
12,1 Кл	—	Фрукти свіжі	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
ВСЬОГО:				28,26	18,92	104,81	687,83		35,8	21,06	115,23	780,07		40,3	22,03	116,90	813,83

464*		ВІВТОРОК Салат вітамінний	80	0,94	3,33	5,86	54, 65	80	0,94	3,33	5,86	54, 65	80	0,94	3,33	5,86	54, 65
79		Суп картопляний з пшоном	250	2,35	5,48	18, 16	129, 85	250	2,35	5,48	18, 16	129, 85	250	2,35	5,48	18, 16	129, 85
247	Я.ЗП.Г.	Шніцель натуральний січений	65	15, 79	5,15	7,27	132, 44	93	22, 59	7,37	10,4	189, 49	110	26, 72	8,72	12,3	224, 13
291	МП.Л.	Каша гречана в'язка	120	3,73	3,15	18, 66	118, 52	150	4,66	3,94	23, 33	148, 15	150	4,6	3,94	23, 33	148, 15
329		Компог із родзинок	200	0,36		23,8	90,3	200	0,36		23,8	90,3	200	0,36		23,8	90,3
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/ 15	2,55/ 3,84	0,99/ 3,87	16, 53/-	80,3 7/53, 85	30/ 15	2,55/ 3,84	0,99/ 3,87	16,53 7/53, 85	80,3 7/53, 85	30/ 15	2,55/ 3,84	0,99/ 3,87	16, 53	80,37 /53,8 5
12.1 Кл		Фрукти свіжі	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
		ВСЬОГО:		29, 96	22, 37	100, 68	704, 98		37, 69	25, 38	108, 48	791, 66		41, 76	26, 73	110, 38	826, 30
		СЕРЕДІА															
46		Салат з варених буряків	75	1,1	2,37	7,35	51, 55	75	1,1	2,37	7,35	51, 55	75	1,1	2,37	7,35	51, 55
62	МП.Л.	Борщ з квасолею зі сметаною	250 /10	4,05	7,35	18, 22	152, 90	250 /10	4,05	7,35	18, 22	152, 90	250/ 10	4,05	7,35	18, 22	152, 90
236		Печеня по домашньому	47/ 125	17, 27	7,4	19	214	68/ 150	24, 34	13, 48	21, 97	297	74/ 150	26, 49	14, 68	21, 97	323
362		Сік фруктовий	200	0,2		20	84	200	0,2		20	84	200	0,2		20	84
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/ 15	2,55/ 3,84	0,99/ 3,87	16, 53/-	80,3 7/53, 85	30/ 15	2,55/ 3,84	0,99/ 3,87	16, 53/-	80,3 7/53, 85	30/ 15	2,55/ 3,84	0,99/ 3,87	16, 53/-	80,37 /53,8 5
12.1 Кл		Фрукти свіжі Фрукти свіжі	100	0,4	0,3	10,1	42	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
		ВСЬОГО:		29, 41	22, 28	91,2	678, 67		37, 58	28, 16	105, 87	808, 67		39, 73	29, 36	105, 87	834, 67

		ЧЕТВЕР																
315*		Салат із моркви та часнику	80	1,17	4,17	7,50	66,7	80	1,17	4,17	7,50	66,7	80	1,17	4,17	7,50	66,7	
87/88	МП.Л.Я. ЗП.Г.	Суп з кльонками	250	5,0	6,1	25,6	178	250	5,0	6,1	25,6	178	250	5,0	6,1	25,6	178	
7.5 Кл	Р.	Риба тушкована з овочами в томатному соусі	60	10,29	3,15	2,01	76	90	15,44	4,73	3,01	114	120	20,59	6,31	4,01	152	
295	МП.Л.Г.	Макаронні вироби відварені	120	4,44	2,64	28,86	159,01	150	5,56	3,33	36,7	199,01	150	5,56	3,33	36,7	199,01	
329	-----	Компот із яблук сушен.	200	0,33	-----	17,63	67,75	200	0,33	-----	17,63	67,75	200	0,33	-----	17,63	67,75	
79	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі	100	0,4	0,4	10,4	45	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	
		Фрукти свіжі	---	---	---	---	---	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	
		ВСЬОГО:		24,18	17,45	108,53	672,83		31,55	19,42	128,77	794,83		36,70	21,0	129,77	832,83	
		П'ЯТНИЦЯ																
54 а	---	Ікра з буряка	75	1,31	3,06	8,33	62,54	75	1,31	3,06	8,33	62,54	75	1,31	3,06	8,33	62,54	
469*	МП.Л.	Капусяк український зі сметаною	250/10	3,07	6,91	15,48	137,38	250/10	3,07	6,91	15,48	137,38	250/10	3,07	6,91	15,48	137,38	
9.8 Кл	---	Курка по-італійські	59	16,75	3,06	1,89	102	84	24,26	4,43	2,73	148	100	28,84	5,28	3,26	176	
10.54 Кл	МП.Л.Г. ЗП	Булгур	120	5,20	3,08	36,48	202	150	6,51	3,85	45,60	252	150	6,51	3,85	45,60	252	
326	-----	Компот із свіжих яблук	200	0,2	-----	13,9	56,85	200	0,2	-----	13,9	56,85	200	0,2	-----	13,9	56,85	
---	ЗП.Г.Г.	Хліб цільнозерновий	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	
		ВСЬОГО:		29,48	17,5	103,01	686,14		38,3	19,64	112,97	782,14		42,88	20,49	113,5	810,14	