

ПОГОДЖУЮ

Начальник Прилуцького
районного управління
Головного управління
Держпродспоживслужби в
Чернігівській області

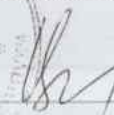
 А.І. КІРІСНКО

«16» грудня 2024р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

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



 Г.Г. ДЮПКО

«16» грудня 2024р.

ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ СЕЗОННЕ МЕНЮ НА ОСІННІЙ ПЕРІОД

ДЛЯ ХАРЧУВАННЯ ДІТЕЙ ВІКОВИХ ГРУП: 6-11 РОКІВ, 11-14 РОКІВ, 14-18 РОКІВ

/обід/

НА 2025 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`)

Збір ник рецеп тур № Т.к.	Наявні алерге ни	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 ь	Ви хід	Біл ки	Жи ри	Вуг лево ди	Енер гоці нність ь	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
		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	95/ 20	2,27/ 2,55	3,29 / 2,30	7,68 / 15	65,55 / 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
290	МП,Л.	Каша ячна	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
349	—	Чай	200	—	—	14, 97	56, 85	200	—	—	14, 79	56, 85	200	—	—	14, 97	56, 85
—	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:		29, 54	19, 57	98, 38	667, 47		37, 33	22,5	107, 98	761, 57		41, 94	24, 54	111, 68	810, 01

		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	МП.Л.	Каша пшенична розсипчаста	120	5,43	2,79	30,02	168,35	150	6,79	3,53	37,57	210,93	150	6,79	3,53	37,57	210,93	
329	—	Компот із родзинок	200	0,36	—	23,8	90,3	200	0,36	—	23,8	90,3	200	0,36	—	23,8	90,3	
/-	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:		30,54	19,48	112,17	729,51		38,86	22,26	122,86	831,18		43,58	23,64	124,98	871,15	
		СЕРЕДА																
С464* 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.	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 сушених	200	0,33	-----	17,63	67,75	200	0,33	-----	17,63	67,75	200	0,33	-----	17,63	67,75	
-/9	-----	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	100	0,4	0,3	10,1	42,99	100	0,4	0,4	10,4	45,79	100	0,4	0,4	10,4	45,79	
		ВСЬОГО:		74	74	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	80	1,17	4,17	7,50	66,7
62	МП.Л.	Борщ з квасолею, 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
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
329		Компот 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 цілнозерновий з 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 ---	0,4 ---	10,4 ---	45 ---	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
		ВСЬОГО:		23,71	20,49	101,28	663,67		30,76	22,04	119,20	773,24		35,98	22,84	119,80	803,24
		П'ЯТНИЦЯ															
№30 2021	---	Салат із квашеної 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 /10	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 розсипчаста	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
П362	-----	Сік фруктовий	200	0,2	-----	20	84	200	0,2	-----	20	84	200	0,2	-----	20	84
-9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цілнозерновий з сиром твердим	30/8	2,55/2,05	0,99/2,28	16,53/-	80,37/28,72	30/8	2,55/2,05	0,99/2,28	16,53/-	80,37/28,72	30/8	2,55/2,05	0,99/2,28	16,53/-	80,37/28,72
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі Фрукти свіжі ВСЬОГО	100 ---	0,9 ---	0,2 ---	9,5 ---	40 ---	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				33,53	17,42	107,65	715,81		43,36	19,72	118,57	819,95		47,20	20,25	119,71	844,95

Збір ник рецеп тур № 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 г	Біл ки г	Жи ри г	Вуг лево ди г	Енер гоці нність ккал	Ви хід г	Біл ки г	Жи ри г	Вуг лево ди г	Енер гоці нність ккал	Ви хід г	Біл ки г	Жи ри г	Вуг ле во ди г	Енер гоці нність ккал
		ОБІДИ															
		11 ТИЖДЕНЬ															
		ПОНЕДІЛОК															
Ст. 501*	—	Ікра буряково-морквяна	60	0,97	1,88	6,36	42, 48	60	0,97	1,88	6,36	42, 48	60	0,97	1,88	6,36	42, 48
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
Пр. вир. 362	—	Сік фруктовий	200	0,2	—	20	84,0	200	0,2	—	20	84,0	200	0,2	—	20	84,0
—	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:		29, 83	20, 54	102, 49	708, 41		38, 73	24, 51	111, 56	816, 15		43, 28	26, 36	112, 39	854, 37

		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	85	2,03	2,95	6,87	58,65
169	Я.	Яйце	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.	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	-----	23,8	90,3	200	0,36	-----	23,8	90,3	200	0,36	-----	23,8	90,3
---	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:		29,60	18,37	106,11	688,16		37,35	20,53	115,28	775,86		42,09	21,85	117,76	816,52
		СЕРЕДА															
464*	---	Салат вітамінний	55	0,65	2,29	4,03	37,57	55	0,65	2,29	4,03	37,57	55	0,65	2,29	4,03	37,57
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.	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	----	----	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/-	80,37/25,13	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	-----	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:		31,87	18,94	82,08	704,13		39,95	21,67	93,06	803,22		44,67	23,05	95,18	843,19

		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 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 з сиром твердим	30/8	2,55/2,05	0,99/2,28	16,53/-	80,37/28,72	30/8	2,55/2,05	0,99/2,28	16,53/-	80,37/28,72	30/8	2,55/2,05	0,99/2,28	16,53/-	80,37/28,72
12,1 Кл	---	Фрукти свіжі Фрукти свіжі	100 ---	0,9 ---	0,2 ---	9,5 ---	40 ---	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
		ВСЬОГО:		25,69	22,5	93,59	659,65		32,81	26,66	102,64	762,79		39,37	29,73	105,96	830,45
		П'ЯТНИЦЯ															
54 а	---	Ікра бурякова	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.	Каша пшенична розсипчаста	120	3,43	2,79	30,02	168,35	150	6,79	3,53	37,57	210,93	150	6,79	3,53	37,57	210,93
329	---	Компот 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/-	80,37/53,85	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	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:		33,22	18,13	111,33	730,34		41,83	19,97	119,98	815,92		46,37	20,66	120,67	842,65

Збір ник рецеп тур № 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 лево ди	Енер гоці нність
			г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал	г	г	г	г	ккал
		ОБІДИ ІІ 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.	Яйце	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	—	—	14, 97	56, 85	200 /-	—	—	14, 97	56, 85	200 /-	—	—	14, 97	56, 85
—	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	0,9	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	105, 84	710, 84		40,4	22, 86	116, 69	813, 99		44, 53	24, 21	118, 59	848, 63

315*		ВІВТОРОК	70	1,02	3,65	6,56	58,36	70	1,02	3,65	6,56	58,36	70	1,02	3,65	6,56	58,36
62	МП.Л.	Салат з моркви та часнику	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.	Борщ з квасолею та картоплею зі сметаною	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.	Ковбаски м'ясні	120	5,43	2,79	30,02	168,35	150	6,79	3,53	37,57	210,93	150	6,79	3,53	37,57	210,93
329	-----	Каша пшенична розсипчаста	200	0,33	-----	17,63	67,75	200	0,33	-----	17,63	67,75	200	0,33	-----	17,63	67,75
		Компот із сухофруктів															
---	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з 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
12,1к	-----	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:		31,75	21,73	106,65	735,16		40,07	24,51	117,34	836,83		44,79	25,89	119,46	876,8
24 Кл		СЕРЕДА															
80	---	С-т з буряком, яблуком та квашеною капустою	75	1,05	4,05	6,00	59,25	75	1,05	4,05	6,00	59,25	85	1,19	4,59	6,8	67,15
Т/к	Я.ЗП.Г.	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
290	МП.Л.	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
П362 -9	---	Каша ячна розсипчаста	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
12.1 Кл	ЗП.Г. МП.Л.	Сік фруктовий	200	0,2	-----	20	84	200	0,2	-----	20	84	200	0,2	-----	20	84
		Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/8	2,55/2,05	0,99/2,28	16,53/-	80,37/28,72	30/8	2,55/2,05	0,99/2,28	16,53/-	80,37/28,72	30/8	2,55/2,05	0,99/2,28	16,53/-	80,37/28,72
		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:		28,47	19,34	102,1	688,07		36,22	21,5	111,27	775,77		40,86	23,01	113,74	817,43

		ЧЕТВЕР															
501*	—	Ікра буряково-морквяна	50	0,81	1,56	5,3	37,76	50	0,81	1,56	5,3	37,76	50	0,81	1,56	5,3	37,76
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.	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	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
		ВСЬОГО:		25,85	14,68	89,2	669,79		32,69	16,87	102,27	768,79		38,43	18,39	107,52	826,79
		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
329	—	Компот 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/-	80,37/53,85	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	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:		30,09	19,29	94,18	650,01		38,45	21,54	103,82	741,01		44,26	23,59	111,08	810,80

Збірник рецептур № Т.к.	Найважливіші 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
		ОБІДИ IV ТИЖДЕНЬ ПОНЕДІЛОК															
№30 2021	—	Салат з квашеної капусти та буряку	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
169	Я.	Яйце	20	2,55	2,30	0,15	31,50	20	2,55	2,30	0,15	31,50	20	2,55	2,30	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
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 родзинок	200	0,36	—	23,8	90,3	200	0,36	—	23,8	90,3	200	0,36	—	23,8	90,3
—	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:		28,29	18,92	110,98	710,38		35,83	21,06	121,40	802,62		40,33	22,03	123,07	836,38

ВІВТОРОК																	
464*	—	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 пішоном	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.	Пшніцель 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
290	МП.Л.	Каша гречана розсипчаста	120	6,19	3,79	31,01	184	150	7,74	4,78	38,73	230,10	150	7,74	4,78	38,73	230,10
329	—	Компот із яблук сушен.	200	0,33	—	17,67	67,75	200	0,33	—	17,67	67,75	200	0,33	—	17,67	67,75
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/ 10	2,55/ 2,56	0,99/ 2,85	16,53/-	80,37/35,9	30/ 10	2,55/ 2,56	0,99/ 2,85	16,53/-	80,37/35,9	30/ 10	2,55/ 2,56	0,99/ 2,85	16,53/-	80,37/35,9
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:				31,11	21,99	106,9	729,96		39,46	25,20	117,75	833,11		43,59	26,55	119,65	867,75
СЕРЕДА																	
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
Пром 362	—	Сік фруктовий	200	0,2	—	20	84,0	200	0,2	—	20	84,0	200	0,2	—	20	84,0
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/ 10	2,55/ 2,56	0,99/ 2,85	16,53/-	80,37/35,9	30/ 10	2,55/ 2,56	0,99/ 2,85	16,53/-	80,37/35,9	30/ 10	2,55/ 2,56	0,99/ 2,85	16,53/-	80,37/35,9
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:				28,13	21,26	91,2	660,72		36,30	27,14	105,87	790,72		38,45	28,34	105,87	816,72

		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	95	1,39	4,95	8,91	79,2
469*	МП.Л.	Капусняк 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
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.	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 родзинок	200	0,36	-----	23,8	90,3	200	0,36	-----	23,8	90,3	200	0,36	-----	23,8	90,3
7/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цілнозерновий з сиром твердим	30/10	2,55/ 2,56	0,99/ 2,85	16,53/-	80,3 7/35,9	30/10	2,55/ 2,56	0,99/ 2,85	16,53/-	80,3 7/35,9	30/10	2,55/ 2,56	0,99/ 2,85	16,53/-	80,3 7/35,9
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:		24,84	21,11	104,58	690,66		31,19	23,38	113,42	768,66		36,48	25,74	115,83	819,16
		П'ЯТНИЦЯ															
54 а	---	Ікра бурякова	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
87/ 88	ЗП.Г. МП.Л.Я.	Суп картопляний з кльоцками	250	5,0	6,1	25,6	178	250	5,0	6,1	25,6	178	250	5,0	6,1	25,6	178
9.28 Кл	ЗП.Г.Я.	Курячі палички	64	17,56	2,42	5,20	112	96	26,34	3,63	7,80	168	110	30,18	4,16	8,94	193
10.54 Кл	МП.Л.	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
349	---	Чай із цукром	200	---	---	14,97	56,85	200	---	---	14,97	56,85	200	---	---	14,97	56,85
---	ЗП.Г.Г.	Хліб цілнозерновий	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:		32,02	15,95	117,21	733,76		42,11	17,93	128,93	839,76		45,95	18,46	130,07	864,76

Примітка:

1. «Збірник рецептур страв для харчування інколярів» Міністерства торгівлі УРСР 1990 року випуску.
2. *Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах Міністерства охорони здоров'я України 2014 рік».
3. ** «Збірник рецептур страв для харчування дітей Міністерства здравоохорони та Міністерства народної освіти УРСР 1988 року випуску» автор М.І.Снігур.
4. Збірник Клопотенко С., 2024р.

Склад:

Інженер-технолог



С.Б. Конашкова