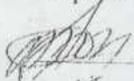


ПОГОДЖУЮ

Начальник Прилуцького
районного управління
Головного управління
Держпродспоживслужби в
Чернігівській області

 А.І. КІРІСНКО

«18» 12 2024р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

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



 Г.Г. ЦЮПКО

12 2024р.

ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ СЕЗОННЕ МЕНЮ НА ЗИМОВИЙ ПЕРІОД

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

/сніданок/

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» та норм Постанови КМУ
від 28.07.2021р. №786 «Про внесення змін до норм харчування у
закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку»

(Додаток №9)

Збірник рецептур № Т.к.	Наявні алергени	Найменування страв	Енергетична цінність ккал Для дітей 6-11 р. /525-630/					Енергетична цінність ккал Для дітей 11-14 р. /600-720/					Енергетична цінність ккал Для дітей 14-18 р./675-810/				
			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
		СНІДАНКИ І ТИЖДЕНЬ															
		ПОНЕДІЛОК:															
36	—	Салат із білокачанної капусти	100	1,57	3,72	5,57	58,57	100	1,57	3,72	5,57	58,57	100	1,57	3,72	5,57	58,57
9,9 Кл	ЗП.Г.	Чахохбілі з куркою	75	13,28	3,28	5,03	102,0	108	19,12	4,71	7,24	147,3	117	20,72	5,12	7,85	159,2
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
Пром. вир. 362	—	Сік фруктовий	200	0,2	—	20	84,00	200	0,2	—	20	84,00	200	0,2	—	20	84,00
-/9	ЗП.Г. МП.Л	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	20/ 15	1,7/ 3,84	0,66/ 3,87	11. 02/-	53.58/ 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:		25,43	14,57	80,88	556,04		33,24	17,02	96,44	668,1		34,84	17,43	97,05	680,0

		ВІВТОРОК:															
43		салат з варених буряків	100	1,47	3,16	9,8	68,73	100	1,47	3,16	9,8	68,73	100	1,47	3,16	9,8	68,73
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	31,5
296	МП.Л.	Картопля відварена	120	2,44	2,67	21,01	116,79	150	3,06	3,37	26,28	146,40	150	3,06	3,37	26,28	146,40
188	МП.Л. ЗП.Г.	Запіканка сирна з сметаною	120/ 15	20,92	17,88	19,1	325	120/ 15	20,92	17,88	19,1	325	120/ 15	20,92	17,88	19,1	325
349	--	Чай б/цукру	200	--	--	--	--	200	--	--	--	--	200	--	--	--	--
	Г.ЗП.	Хліб цільнозерновий	15	1,28	0,5	8,27	40,19	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	42,0	100	0,4	0,3	10,10	42	100	0,4	0,3	10,10	42,0
		ВСЬОГО:		29,06	26,81	68,43	624,21		30,95	28,0	81,96	694,0		30,95	28,0	81,96	694,0
		СЕРЕДА:															
50.		Вінігрет овочевий	100	1,64	3,12	9,18	68,64	100	1,64	3,12	9,18	68,64	100	1,64	3,12	9,18	68,64
9.28 КЛ	ЗП.Г.Я	Палички курячі	50	13,72	1,89	4,06	87,50	65	17,84	2,46	5,28	113,75	72	19,76	2,72	5,85	126,33
1/к429 82	МП.Л.	Плов з родзинками	120	3,07	3,15	37,29	186,1	150	3,84	3,94	46,61	232,63	150	3,84	3,94	46,61	232,63
13.14 Кл	МП.Л.	Йогурт	125	3,48	3,12	12,4	93,0	125	3,48	3,12	12,4	93,0	125	3,48	3,12	12,4	93,0
	Г.ЗП.	Хліб цільнозерновий	20	1,7	0,66	11,02	53,58	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										
		Фрукти свіжі						100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
		ВСЬОГО:		27,51	12,14	83,45	528,84		30,85	13,73	111,60	677,39		32,77	13,99	112,37	689,97

1.23 Кл		ЧЕТВЕР: Салат з канусти, моркви та зел.горошку	75	1,79	2,6	6,06	51,75	75	1,79	2,6	6,06	51,75	75	1,79	2,6	6, 06	51, 75
№732, 82т.к	ЗП.Г.	Котлета рублена із курятини	45	8,38	2,78	6,39	85,92	63	11, 73	3,89	8,95	120, 28	97	18, 22	5,82	13, 56	185, 86
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	4,66	3,94	23, 33	148, 15
Стор. 514*	МП.Л.	Какао з молоком	180	5,81	4,96	22, 33	153,38	180	5,81	4,96	22, 33	153, 38	180	5,81	4,96	22, 33	153, 38
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	20/ 15	1,7/ 3,84	0,66/ 3,87	11/02	53,58/ 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/ -	80,3 7/53, 85
12.1 Кл		Фрукти свіжі Фрукти свіжі	100 ---	0,4 ---	0,3 ---	10,1 ---	42 ---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---
		ВСЬОГО:		25, 65	18, 32	74,56	559,0		31, 28	20, 45	86, 70	647, 78		37, 77	22, 38	91, 31	713, 36
		П'ЯТНИЦЯ:															
Ст.204 1988		Буряк тушкований з чорносливом	75	1,44	3,26	17,36	99,44	75	1,44	3,26	17, 36	99,44	75	1,44	3,26	17, 36	99, 44
297	Р.Я. ЗП.Г.	Шніцель рибний натуральний	70	14, 14	1,82	30, 42	121,31	105	21, 21	2,73	45, 63	181, 97	140	28, 28	3,64	60, 84	242, 62
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 яблук сушених	200	0,33	---	22,62	86,7	200	0,33	---	22, 62	86,7	200	0,33	---	22, 62	86,7
	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	15	1,28	0,5	8,27	40,09	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:		20,7	8,6	120,85	558,23		29, 82	10, 69	152, 22	700, 76		36, 89	11,6	167 , 43	761, 41

Збірник рецептур № Т.к.	Наявні алергени		Енергетична цінність ккал Для дітей 6-11 р. /525-630/					Енергетична цінність ккал Для дітей 11-14 р. /600-720/					Енергетична цінність ккал Для дітей 14-18 р. /675-810/				
			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
		СНІДАНКИ ІІ ТИЖДЕНЬ															
		ПОНЕДІЛОК															
1.23 Кл	—	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100	2,39	3,46	8,08	69	100	2,39	3,46	8,08	69	100	2,39	3,46	8,08	69
395	ЗП.Г.	Гуляш курячий	36/ 20	11,1	3,64	4,57	97,1	53/ 30	16, 35	5,36	6,72	142, 95	75/ 42	23, 27	7,64	9,57	203, 51
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 редзинок	200	0,4	—	23,8	90,5	200	0,4	—	23,8	90,3	200	0,4	—	23,8	90,3
--/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий із сиром твердим	20/ 15	1,7/ 3,84	0,66/ 3,87	11, 02/-	53,5 8/53, 85	40/ 15	3,4/ 3,84	1,32/ 3,87	22,04 /--	107, 16/5 3,85	40/ 15	3,4/ 3,84	1,32 /3,8 7	22,0 4/-	107,1 6/53, 85
12.1 Кл	—	Фрукти свіжі	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40	—	—	—	—	—
12.1 Кл	—	Фрукти свіжі	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	100	0,4	0,4	10,4	45
		ВСЬОГО:		24, 77	14, 47	85, 83	562, 84		32, 84	17, 54	106, 84	702, 27		39, 26	20, 02	110, 59	767, 83

		ВІТОРОК															
46	---	Салат з варених буряків	100	1,47	3,16	9,8	68,73	100	1,47	3,16	9,8	68,73	100	1,47	3,16	9,8	68,73
169	Я.	Яйце варене	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	31,5
298	МП.Л.	Пюре картопляне	120	2,64	3,08	18,9	112,75	150	3,3	3,87	23,63	141,24	150	3,3	3,87	23,63	141,24
Ст. 493	МП.Л.Я. ЗП.Г.	Сирники з сиру кисломолочного/смет.	120 /15	22, 51	18, 44	24, 50	347, 10	120 /15	22, 51	18, 44	24,50	347, 10	120/ 15	22, 51	18, 44	24, 50	347, 10
349	---	Чай	200	---	---	7,9	30,3	200	---	---	7,9	30,3	200	---	---	7,9	30,3
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі	100	0,4	0,3	10, 10	42	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі	---	---	---	---	---	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
		ВСЬОГО:		29, 57	27, 28	71, 35	632, 38		31, 33	27, 87	87,78	707, 87		31, 33	27, 87	87, 78	707, 87
		СЕРЕДА															
Ст. 204 в 1988	---	Буряк тушкований з чорносливом	100	1,92	4,34	23,1 5	132, 58	100	1,92	4,34	23,15	132, 58	100	1,92	4,34	23, 15	132, 58
398 *	ЗП.Г. МП.Л.Я.	Тюфтельки курячі	77, 32	13, 63	5,78	13, 18	161, 03	100 /37	17, 71	7,51	17,11	209, 13	110/ 49	19, 48	8,26	18, 83	230, 04
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	4,66	3,94	23, 33	148, 15
13.14 Кл	МП.Л.	Йогурт	125	3,48	3,12	12,4	93,0	125	3,48	3,12	12,4	93,0	125	3,48	3,12	12,4	93,0
	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	20	1,7	0,66	11, 02	53,5 8	35	2,98	1,16	19, 29	93, 77	35	2,98	1,16	19, 29	93,77
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі	100	0,4	0,3	10, 10	42	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---
		Фрукти свіжі	---	---	---	---	---	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
		ВСЬОГО:		24, 86	17, 35	88, 51	600, 71		31, 65	20, 27	104, 78	716, 63		33, 42	21, 02	106, 50	737, 54

		ЧЕТВЕР																
1,23 Кл		Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100	2,39	3,46	8,08	69	100	2,39	3,46	8,08	69	100	2,39	3,46	8,08	69	
9.54 Кл	ЗП.Г.Я. МП.Л.	Січеники з м'яса птиці	46	6,44	4,06	3,23	75,0	70	9,78	6,17	4,92	114,0	72	10,49	6,61	5,27	117,58	
10.54 Кл	ЗП.Г. МП.Л.	Булгур	120	5,20	3,08	36,48	202	150	6,51	3,85	45,6	252	150	6,51	3,85	45,6	252	
Пр. Вир. 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	25/ 15	2.13/ 3.84	0.83/ 3.87	13, 78/-	66,9 8/53, 85	40/ 15	3,4/ 3,84	1,32/ 3,87	23,80 /-	107, 16/5 3,58	40/ 15	3,4/ 3,84	1,32 /	23,8 /-	107,1 6/53, 58	
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:		18, 51	15, 21	86, 97	592, 83		26, 52	18, 97	112, 50	721, 74		27, 23	19, 41	112, 85	725, 32	
		П'ЯТНИЦЯ																
464*		Салат вітамінний	60	0,7	2,5	4,4	40, 99	60	0,7	2,5	4,4	40, 99	60	0,7	2,5	4,4	40, 99	
7.10 Кл	ЗП.Г.Я. Р.	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	
292	МП.Л.	Рис відварений	120	3,11	2,69	31, 78	165, 69	150	3,89	3,31	39, 68	207, 28	150	3,89	3,31	39, 68	207, 28	
514*	МП.Л.	Какао з молоком	180	6,5	5,55	20, 45	154, 3	180	6,5	5,55	20,45	154, 3	180	6,5	5,55	20, 45	154,3	
	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	25	2,13	0,83	13, 78	66, 98	35	2,98	1,16	19,29	93,8	35	2,98	1,16	19, 29	93,8	
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, 30	14, 99	91, 29	589, 96		31, 65	17, 44	109, 93	717, 37		37, 39	18, 96	115, 18	775, 37	

Збірник рецептур № Т.к.	Найважливіші алергени	Найменування страв	Енергетична цінність ккал Для дітей 6-11 р. /525-630/					Енергетична цінність ккал Для дітей 11-14 р. /600-720/					Енергетична цінність ккал Для дітей 14-18 р. /675-810/				
			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
		СНІДАНКИ ІІІ ТИЖДЕНЬ															
		ПОНЕДІЛОК															
1.27 Кл	---	Салат з капусти та моркви	100	1,59	3,11	6,56	56	100	1,59	3,11	6,56	56	100	1,59	3,11	6,56	56
9.40 Кл	---	Курка тушкована в томатному соусі	60 39/ 21	13,6	2,06	2,06	80,5	80 53/ 27	18, 13	2,74	2,74	107, 43	89 59/ 30	20, 18	3,06	3,06	119, 62
10.54 Кл	ЗП.Г. МП.Л.	Булгур	120	5,20	3,08	36, 48	202	150	6,51	3,85	45,6	252	150	6,51	3,85	45,6	252
Пром вир. 362	---	Сік	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 із сиром твердим	20/ 15	1,7/ 3,84	0,66/ 3,87	11, 02/--	53,5 8/53, 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/- 5	80,37 /53,8 5
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі	100	0,4	0,4	10,4	45	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---
12.1 Кл	---	Фрукти свіжі	---	---	---	---	---	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
		ВСЬОГО:		26, 53	13, 18	86, 52	574, 93		33, 72	14, 76	100, 93	673, 65		35, 77	15, 08	101, 25	685, 84

		ВІТОРОК																
24 Кл		Салат з буряка, яблука та квашеної капусти	75	1,05	4,05	6,0	59,25	75	1,05	4,05	6,0	59,25	75	1,05	4,05	6,0	59,25	
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	31,5	
298	МП.Л.	Пюре картопляне	120	2,64	3,08	18,9	112,75	150	3,3	3,87	23,63	141,24	150	3,30	3,87	23,63	141,24	
188	МП.Л. ЗП.Г.Я.	Запіканка сирна з сметаною	120 /15	20, 92	17, 88	19,1	325	120 /15	20, 92	17, 88	19,1	325	120/ 15	20, 92	17, 88	19,1	325	
349		Чай б/ц	200					200					200					
	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	10	0,85	0,33	5,51	26,79	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	
12.1 Кл		Фрукти	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:		28, 41	27, 94	59, 76	597, 29		30, 77	29, 39	75, 51	679, 36		30, 77	29, 39	75, 51	679, 36	
		СЕРЕДА																
ст204 1988		Буряк тушкований з чорносливом	100	1,92	4,34	23,15	132,58	80	1,54	3,47	18,52	106,10	80	1,54	3,47	18,52	106,10	
9,6 Кл	ЗП.Л. МП.	Курачі нагетси	56	13,0 1	3,0	10,10	120,91	90	20, 91	4,80	16,24	161,71	114	26, 49	6,09	20,56	246,24	
290	МП.Л.	Каша гречана розсіпчата	120	6,19	3,79	31,01	184	150	7,74	4,78	38,73	230,14	150	7,74	4,78	38,73	230,14	
13.14 Кл	МП.Л.	Йогурт	125	3,48	3,12	12,4	93,0	125	3,48	3,12	12,4	93,0	125	3,48	3,12	12,4	93,0	
	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	20	1,7	0,66	11,02	53,58	30	2,55	0,99	16,53	80,37	30	2,55	0,99	16,53	80,37	
12.1 Кл		Фрукти	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:		26,7	15, 21	97, 78	626, 07		36, 62	17, 46	112, 52	713, 32		42,2	18, 75	116, 84	797, 85	

		ЧЕТВЕР																
1,23 Кл	—	Салат з білокачанної капусти з морквою та зеленим горошком	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	
т/к 732 1982	ЗП.Г.	Котлета рублена з курки	45	8,38	2,78	6,39	85, 92	60	11, 17	3,71	8,52	114, 56	75	14, 08	4,5	10, 95	143, 71	
№429 Тк.82	МП.Л.	Плов з родзинками	120	3,07	3,15	37, 29	186, 10	150	3,84	3,94	46, 61	232, 63	150	3,84	3,94	46, 61	232, 63	
Ст. 514*	МП.Л.	Какао з молоком	180	6,5	5,55	23, 44	165, 67	180	6,5	5,55	23, 44	165, 67	180	6,5	5,55	23, 44	165, 67	
-/9 —	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	20/ 8	1,7/ 2,05	0,66/ 2,28	11, 02/-	53,5 8/28, 72	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 /2,2 8	16, 53/-	80,37 /28,7 2	
12.1 Кл	—	Фрукти	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:		23, 89	17, 32	94, 30	613, 74		28, 30	19, 37	111, 26	715, 70		31, 21	20, 16	113, 69	744, 85	
		П'ЯТНИЦЯ																
114	—	Капуста тушкована	100	2,53	3,47	10, 87	86,0	100	2,53	3,47	10, 87	86,0	100	2,53	3,47	10, 87	86,0	
ст122 Тк 2010	Р.Г.Я.ЗП	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	
295	МП.Л.Г.	Макаронні вироби відварені	120	4,44	2,64	28, 86	159, 01	150	5,56	3,33	36,07	199, 01	150	5,56	3,33	36,7	199, 01	
329	—	Компот із яблук сушених	200	0,33	—	20, 62	79, 12	200	0,33	—	20,62	79, 12	200	0,33	—	20, 62	79, 12	
—	З.П.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	20/ 7	1,7/ 1,79	0,66/ 1,81	11,0 2/-	53,5 8/25, 13	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 /1,8 1	16, 53/-	80,37 /25,1 3	
12.1 Кл	—	Фрукти	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:		25, 21	15, 02	87, 61	580, 15		34, 04	19, 21	103, 75	716, 59		40, 70	22, 28	107, 70	784, 25	

Збірник рецентур № Т.к.	Назви алергенів	Найменування страв	Енергетична цінність ккал Для дітей 6-11 р. /525-630/					Енергетична цінність ккал Для дітей 11-14 р. /600-720/					Енергетична цінність ккал Для дітей 14-18 р./675-810/				
			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
		СНІДАНКИ ІV ТИЖДЕНЬ															
		ПОНЕДІЛОК:															
36	—	Салат із білокачанної капусти	100	1,57	3,72	5,57	58,57	100	1,57	3,72	5,57	58,57	100	1,57	3,72	5,57	58,57
9,9 Кл	ЗП.Г.	Чахохбілі з куркою	75	13,28	3,28	5,03	102,0	108	19,12	4,71	7,24	147,3	117	20,72	5,12	7,85	159,2
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
Промвир № 362	—	Сік фруктовий	200	0,2	—	20	84,00	200	0,2	—	20	84,00	200	0,2	—	20	84,00
-/9	ЗП.Г. МП.Л	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	20/ 15	1,7/ 3,84	0,66/ 3,87	11, 02/-	53,58/ 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:		25, 43	14, 57	80, 88	556,01		33, 24	17, 02	96, 44	668,1		34, 84	17, 43	97, 05	680

		ВІВТОРОК															
46	—	Салат з варених буряків	60	0,88	1,9	5,88	41,23	60	0,88	1,9	5,88	41,23	60	0,88	1,9	5,88	41,23
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	31,5
Ст. 139 1961	МП.Л.	Картопля тушкована	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
Ст. 493*	МП.Л. ЗП.Г.Я.	Сирники з сиру кисломол. і сметаною	120 /15	22, 51	18, 44	24,5	347,10	120 /15	22, 51	18, 44	24,5	347, 10	120/ 15	22, 51	18, 44	24, 50	347, 10
349	—	Чай б/цукру	200	—	—	—	—	200	—	—	—	—	200	—	—	—	—
—	Г.ЗП.	Хліб цільнозерновий	10	0,85	0,33	5,51	26,8	20	1,7	0,66	11, 02	53,6	30	2,55	0,99	16, 53	80, 37
12.1 КЛ	—	Фрукти свіжі	100	0,4	0,3	10,1	42	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
12.1к	---	Фрукти свіжі		---	---	---	---	100	0,9	0,2	9,5	40	100	0,9	0,2	9,5	40
		ВСЬОГО:		30, 14	27, 45	69, 77	630, 90		32, 23	28, 73	80, 59	691, 27		33, 08	28, 92	86, 10	718, 04
		СЕРЕДА															
1,23 Кл	—	Салат з капусти, моркви, та зеленого горошку	100	2,39	3,46	8,08	69	100	2,39	3,46	8,08	69	100	2,39	3,46	8,08	69
9,3 КЛ	ЗП.Г.Я. МП.Л.	Шніцель курячий	45	12, 15	2,16	6,46	94,5	70	18, 91	3,34	10, 05	147,0	80	21, 61	3,83	11, 49	168,0
10,54 Кл	ЗП.Г. 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
13.14 Кл	МП.Л.	Йогурт	125	3,48	3,12	12,4	93,0	125	3,48	3,12	12,4	93,0	125	3,48	3,12	12,4	93,0
—	Г.ЗП.	Хліб цільнозерновий	20	1,7	0,66	11, 02	53,6	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:		25, 82	12, 68	83, 94	552,10		34, 74	14, 96	102, 16	681, 37		37, 44	15, 45	103, 60	702, 38

		ЧЕТВЕР:																
50		Вінігрет овочевий	80	1,31	2,5	7,34	54,91	80	1,31	2,5	7,34	54,91	80	1,31	2,50	7,34	54,91	
398*	ЗП.Г. МП.Л. Я.	Тюфтельки курячі	62/ 27	10, 97	4,65	10, 61	129, 66	77/ 32	13, 63	5,78	13, 18	161, 02	113/ 50	19, 99	8,48	19, 34	236, 68	
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	4,66	3,94	23, 33	148, 15	
Стор. 514*	МП.Л.	Какао з молоком	180	6,5	5,55	23, 44	165,67	180	6,5	5,55	23, 44	165, 67	180	6,5	5,55	23, 44	165, 67	
-/9	ЗП.Г. МП.Л.	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	20/ 15	1,7/ 3,84	0,66/ 3,87	11, 02/-	53,58/ 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:		28, 45	20, 78	81, 47	621, 19		32, 89	23, 03	94, 22	708, 97		39, 25	25, 73	100, 38	784, 63	
		П'ЯТНИЦЯ:																
Ст. 204 1988		Буряк тушкований з чорносливом	100	1,92	4,34	23, 15	132, 58	100	1,92	4,34	23, 15	132, 58	100	1,92	4,34	23, 15	132, 58	
7.5 Кл	Р.	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	60	10, 29	3,15	2,01	76,0	90	15, 44	4,73	3,01	114	120	20, 58	6,30	4,01	152,0	
292	МП.Л.	Рис відварений	120	3,11	2,69	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	0,4		28,8	109,25	200	0,4		28,8	109, 25	200	0,4		28,8	109, 25	
	ЗП.Г.	Хліб цільнозерновий	20	1,7	0,66	11, 02	53,58	40	3,4	1,32	22, 04	107, 16	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:		18, 32	11, 04	106, 26	577, 10		25, 95	13, 90	126, 18	710, 27		30, 24	15, 14	121, 67	721, 48	