

ПОГОДЖЕНО  
 Начальник Новоселицького  
 управління  
 Головного управління  
 Держпродспоживслужби в  
 Чернівецькій області  
 І. В. Мельник  
 2022 рік



ЗАТВЕРДЖЕНО  
 Сільський голова  
 А. В. Бабій



Зразок чотирьохтижневого перспективного меню для ЗЗСО на зимній період 2022 р.

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
		Вихід, г	630-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114	Вихід, г	810-945	27-32	27-32	112-131
			Енерго- щільність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- щільність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- щільність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
	<b>Понеділок</b>															
	Салат з капусти з зеленим горошком та насінням	75	70,8	2,2	4,9	3,9	75	70,8	2,2	4,9	3,9	75	70,8	2,2	4,90	3,90
	Суп з крупою перловою і томатом	250	152,8	3	4,3	25,2	250	152,8	3	4,3	25,2	250	152,8	3	4,30	25,20
	Китайська печеня зі свининою	150	213,4	6,8	11,7	19,5	200	284,6	9	15,7	26	250	355,7	11,3	19,60	32,50
	Сік	200	98,7	1,2	0	22,5	200	98,7	1,2	0	22,5	200	98,7	1,2	0,00	22,50
	Хліб житній	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,35	25	50	113	2	0,35	25,00
	Яблука свіжі	75	39,3	0,3	0,3	8,9	75	39,3	0,3	0,3	8,9	75	39,3	0,3	0,30	8,90
	<b>Всього</b>	<b>780</b>	<b>643,00</b>	<b>14,50</b>	<b>21,41</b>	<b>95,00</b>	<b>850</b>	<b>759,20</b>	<b>17,70</b>	<b>25,55</b>	<b>111,50</b>	<b>900</b>	<b>830,30</b>	<b>20,00</b>	<b>29,45</b>	<b>118,00</b>
	<b>Вівторок</b>															
	Расольник	250	149,0	3,5	6,2	23,7	250	149,0	3,5	6,2	23,7	250	149,0	3,5	6,2	23,7
	Болоньезе з яловичини	120	202,7	9,5	10,2	13,7	170	287,2	13,4	14,4	19,4	200	337,8	15,8	17,0	22,8
	Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	120	132,7	4,1	3,1	24,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,90	30,10
	Компот свіжих яблук	150	33,0	0,4	0,0	7,5	150	33,0	0,4	0,0	7,5	150	33,3	0,4	0,0	7,5
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
	Банани свіжі	100	95,0	1,5	0,2	21,8	100	95,0	1,5	0,2	21,8	100	95,0	1,5	0,2	21,8
	<b>Всього</b>	<b>770</b>	<b>683,41</b>	<b>20,97</b>	<b>21,68</b>	<b>100,74</b>	<b>870</b>	<b>847,97</b>	<b>27,02</b>	<b>28,73</b>	<b>119,19</b>	<b>900</b>	<b>898,90</b>	<b>29,40</b>	<b>31,30</b>	<b>122,60</b>
	<b>Середа</b>															
K11	Салат картофельний	50	54,9	0,9	2,7	6,8	50	54,9	0,9	2,7	6,8	50	54,9	0,9	2,7	6,8
2,01 P	Полтавський борщ зі сметаною	250	171,0	3,0	6,6	25,9	250	171,0	3,0	6,6	25,9	250	171,0	3,0	6,6	25,9
	Котлети рибні	60	53,2	9,1	1,5	2,1	90	79,8	13,6	2,2	3,2	120	106,4	18,1	2,9	4,7
8,13	Картопляне пюре з оріганом	150	203,3	3,5	9,3	26,4	150	203,3	3,5	9,3	26,4	150	203,3	3,5	9,3	26,4
	компот із сухофруктів	180	130	0,3	0	25	180	130	0,3	0	25	180	130	0,3	0,00	25,00
	Хліб житній	30	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0
	Апельсини свіжі	75	37,5	0,7	0,2	8,3	75	37,5	0,7	0,2	8,3	75	37,5	0,7	0,2	8,3
	<b>Всього</b>	<b>795</b>	<b>717,86</b>	<b>18,51</b>	<b>20,43</b>	<b>109,50</b>	<b>845</b>	<b>789,52</b>	<b>23,98</b>	<b>21,37</b>	<b>120,55</b>	<b>875</b>	<b>816,12</b>	<b>28,51</b>	<b>22,05</b>	<b>122,10</b>
	<b>Четвер</b>															
	Салат з буряків, з яйцем та сметаною	50	46,7	2,1	2,6	3,7	50	46,7	2,1	2,6	3,7	50	46,7	2,1	2,6	46,7
	Суп гороховий	250	134,5	5,5	2,5	19,2	250	134,5	5,5	2,5	19,2	250	134,5	5,5	2,5	19,2
	Плов зі свинини	150	231,7	8,0	14,0	19,7	150	231,7	8,0	14,0	19,7	150	231,7	8,0	14,0	19,7
	Какао з молоком	180	140,0	31,0	37,0	26,0	180	140,0	31,0	37,0	26,0	180	140,0	31,0	37,0	26,0
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
	Банани свіжі	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4



	Всього	735	695,17	49,72	58,26	94,98	755	742,20	50,70	60,30	101,70	755	742,20	84,70	82,30	128,00
	<b>П'ятниця</b>															
Салат з морквою та імбирем	50	31,6	0,5	1,6	3,8	50	31,6	0,5	1,6	3,8	50	31,6	0,5	1,6	3,8	
Суп овочний	250	105,0	2,0	5,4	11,9	250	105,0	2,0	5,4	11,9	250	105,0	2,0	5,4	11,9	
Курячий шніцель, соус кетчуп	75,25	161,6	73,4	6,9	14,3	75,25	161,6	73,4	6,9	14,3	75,25	161,6	73,4	6,9	14,3	
Кисель, ПВ	180	113,0	0,0	0,0	26,0	180	113,0	0,0	0,0	26,0	180	113,0	0,0	0,0	26,0	
Горохове п'юре	100	14,3	8,4	3,5	12,3	100	14,3	8,4	3,5	12,3	100	14,3	8,4	3,5	12,3	
Хліб житній	30	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	
Яблука свіжі	75	39,3	0,3	0,3	8,9	75	39,3	0,3	0,3	8,9	75	39,3	0,3	0,3	8,9	
<b>Всього</b>	<b>760</b>	<b>532,83</b>	<b>85,55</b>	<b>17,88</b>	<b>92,15</b>	<b>780</b>	<b>577,80</b>	<b>86,60</b>	<b>18,05</b>	<b>102,20</b>	<b>780</b>	<b>577,80</b>	<b>86,60</b>	<b>18,05</b>	<b>102,20</b>	

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					
		Вихід, г	630-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114	Вихід, г	810-945	27-32	27-32	112-131	
			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г	
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	
	<b>2-й тиждень</b>																
	<b>Понеділок</b>																
	Салат з капустою, зеленим горошком	50	51	1,5	2,7	4,7	50	51	1,5	2,7	4,7	50	51	1,5	2,7	4,7	
	Суп білий з галушками	250	157,9	4,3	3,3	28,9	250	157,9	4,3	3,3	28,9	250	157,9	4,3	3,3	28,9	
	Постуший пиріг з кучим м'ясом	180	226,6	17,3	7,5	21,32	250	314,8	21,6	10,4	29,6	250	314,8	21,6	10,4	29,6	
	Хліб житній	30	68	1	0,21	15	50	113	2	0,35	25	50	113	2	0,35	25,00	
	Компот із сухофруктів	180	130	0,3	0,0	20,5	180	130	0,3	0,0	20,5	180	130	0,3	0,0	20,5	
	Яблука свіжі	75	39,3	0,3	0,3	8,9	75	39,3	0,3	0,3	8,9	75	39,3	0,3	0,30	8,90	
	<b>Всього</b>	<b>765</b>	<b>672,80</b>	<b>24,70</b>	<b>14,01</b>	<b>99,32</b>	<b>855</b>	<b>806,00</b>	<b>30,00</b>	<b>17,05</b>	<b>117,60</b>	<b>855</b>	<b>806,00</b>	<b>30,00</b>	<b>17,05</b>	<b>117,60</b>	
	<b>Вівторок</b>																
	Салат рубіновий з сухариками	50	75,08	1,88	2,68	10,87	50	75,08	1,88	2,68	10,87	50	75,08	1,88	2,68	10,87	
	Суп Авголемоно	250	145,1	3,1	6,2	20,2	250	145,1	3,1	6,2	20,2	250	145,1	3,1	6,2	20,2	
	Кебаб з сиром	60	99,7	11,1	6,1	0,6	80	132,9	14,8	8,1	0,8	100	166,1	18,6	10,2	1,0	
	Соус "Кетчуп"	25	13,2	0,3	0,0	3,0	25	13,2	0,3	0,0	3,0	25	13,2	0,3	0,0	3,0	
	Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	120	132,7	4,1	3,1	24,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7	
	Сік фруктовий	200	98,7	1,2	0,0	22,5	200	98,7	1,2	0,0	22,5	200	98,7	1,2	0,0	22,5	
	Банани свіжі	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4	
	<b>Всього</b>	<b>810</b>	<b>706,74</b>	<b>24,81</b>	<b>20,28</b>	<b>107,68</b>	<b>880</b>	<b>820,06</b>	<b>30,62</b>	<b>25,11</b>	<b>120,58</b>	<b>900</b>	<b>853,28</b>	<b>34,33</b>	<b>27,15</b>	<b>120,78</b>	
	<b>Середа</b>																
	Салат з моркви, скроном і сметаною	75	84,1	3,4	5,4	5,9	75	84,1	3,4	5,4	5,9	75	84,1	3,4	5,4	5,9	
	Суп квасолевий	250	144,0	4,7	5,4	19,5	250	144,0	4,7	5,4	19,5	250	144,0	4,7	5,4	19,5	
	Хек запечений з ароматною олією	100/10	183,22	18,26	12,41	0,0	100/10	183,22	18,26	12,41	0,0	100/10	183,22	18,26	12,41	0,0	
	Рис розсипчастий з орегано	120	163,6	3,7	2,9	30,2	150	204,5	4,6	3,6	37,7	150	204,5	4,6	3,6	37,7	
	Хліб житній	30	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	
	Кисель п/в	180	113,0	0,0	0,0	26,0	180	113,0	0,0	0,0	26,0	180	113,0	0,0	0,0	26,0	
	Апельсини свіжі	75	37,5	0,7	0,2	8,3	75	37,5	0,7	0,2	8,3	75	37,5	0,7	0,2	8,3	
	<b>Всього</b>	<b>730</b>	<b>793,42</b>	<b>31,76</b>	<b>26,52</b>	<b>104,90</b>	<b>780</b>	<b>879,32</b>	<b>33,66</b>	<b>27,36</b>	<b>122,40</b>	<b>780</b>	<b>879,32</b>	<b>33,66</b>	<b>27,36</b>	<b>122,40</b>	
	<b>Четвер</b>																
	Салат з червоною капустою, соус "Вінегрет"	75	45,5	1,1	2,7	3,9	75	45,5	1,1	2,7	3,9	75	45,5	1,1	2,7	3,9	
	Розсольник з крупою, з сметаною	250/5	185,3	2,4	6,4	14,14	250/5	185,3	2,4	6,4	14,14	250/5	185,3	2,4	6,4	14,14	
	Чახобілі	100	126,29	15,20	4,48	5,30	100	126,29	15,20	4,48	5,30	100	126,29	15,20	4,48	5,30	
	Бануш	150	241,8	6,0	5,0	41,3	150	241,8	6,0	5,0	41,3	150	241,8	6,0	5,0	41,3	
	Какао з молоком	180	140,0	3,1	3,7	26,0	180	140,0	3,1	3,7	26,0	180	140,0	3,1	3,7	26,0	
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7	
	Банани свіжі	100	95,0	1,5	0,2	21,8	100	95,0	1,5	0,2	21,8	100	95,0	1,5	0,2	21,8	
	<b>Всього</b>	<b>635</b>	<b>904,89</b>	<b>31,30</b>	<b>24,48</b>	<b>122,44</b>	<b>655</b>	<b>951,89</b>	<b>32,30</b>	<b>26,48</b>	<b>129,14</b>	<b>655</b>	<b>951,89</b>	<b>32,30</b>	<b>26,48</b>	<b>129,14</b>	
	<b>П'ятниця</b>																
	Вінегрет	75	65,0	1,4	2,6	9,1	75	65,0	1,4	2,6	9,1	75	65,0	1,4	2,6	9,1	
	Суп гороховий	250	134,5	5,5	2,5	19,2	250	134,5	5,5	2,5	19,2	250	134,5	5,5	2,5	19,2	
	Бефстроганов з вареної яловичини	70	110,7	6,8	8,2	2,4	100	158,1	9,7	11,7	3,5	120	189,7	11,6	14,8	4,1	
	Картопляне пюре з орегано	120	162,6	2,8	7,4	21,1	150	203,3	3,5	9,3	26,4	150	203,3	3,5	9,3	26,4	



	Сік	200	98,7	1,2	0,0	22,5	200	98,7	1,2	0,0	22,5	200	98,7	1,2	0,0	22,5
	Хліб житній	30	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0
	Груші свіжі	75	31,5	0,3	0,2	8,3	75	31,5	0,3	0,2	8,3	75	31,5	0,3	0,2	8,3
		<b>820</b>	<b>670,97</b>	<b>19,01</b>	<b>21,16</b>	<b>97,59</b>	<b>900</b>	<b>804,08</b>	<b>23,57</b>	<b>26,70</b>	<b>113,91</b>	<b>920</b>	<b>835,69</b>	<b>25,51</b>	<b>29,77</b>	<b>114,60</b>

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
		Вихід, г	630-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114	Вихід, г	810-945	27-32	27-32	112-131
			Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод н,г		Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод н,г		Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод н, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
	<b>3-й тиждень</b>															
	<b>Понеділок</b>															
	Салат овочевий з яйцем	50/20	32,54	1,88	2,64	1,63	50/20	32,54	1,88	2,64	1,63	50/20	32,54	1,88	2,64	1,63
	Борщ з картоплею	250	161,4	2,9	5,6	25,8	250	161,4	2,9	5,6	25,8	250	161,4	2,9	5,60	25,80
	Курячі наггетси, соус "Кетчуп"	50/25	123,48	9,13	4,55	13,37	50/25	123,48	9,13	4,55	13,37	50/25	123,48	9,13	4,55	13,37
	Каша пшенична (розсипчаста)	120	151,92	4,84	3,32	25,24	150	189,9	6	4,2	31,5	150	189,9	6	4,20	31,50
	Хліб житній	30	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113	2	0,35	25	50	113	2	0,35	25,00
	Кисель	180	113,0	0,0	0,0	26,0	180	113,0	0,0	0,0	26,0	180	113,0	0,0	0,0	26,0
	<b>Всього</b>	<b>580</b>	<b>650,34</b>	<b>19,75</b>	<b>16,32</b>	<b>107,04</b>	<b>630,00</b>	<b>733,32</b>	<b>21,91</b>	<b>17,34</b>	<b>123,30</b>	<b>630,00</b>	<b>733,32</b>	<b>21,91</b>	<b>17,34</b>	<b>123,30</b>
	<b>Вівторок</b>															
	Салат з капустию та морквою	50	32,0	0,8	1,7	2,9	50	32,0	0,8	1,7	2,9	50	32,0	0,8	1,7	2,9
	Суп білий з галушками	250	157,9	4,3	3,3	28,9	250	157,9	4,3	3,3	28,9	250	157,9	4,3	3,3	28,9
	Чилі кон карне (квасоля з яловичим м'ясом)	180	308,7	14,8	18,2	20,8	250	428,8	20,5	25,3	28,9	300	514,6	24,6	30,3	34,7
	Хліб шльозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
	Компот із свіжих яблук	150	33,3	0,4	0,0	7,5	150	33,3	0,4	0,0	7,5	150	33,3	0,4	0,0	7,5
	<b>Всього</b>	<b>660</b>	<b>602,93</b>	<b>22,27</b>	<b>25,19</b>	<b>70,13</b>	<b>750</b>	<b>769,99</b>	<b>29,02</b>	<b>34,27</b>	<b>84,93</b>	<b>800</b>	<b>855,75</b>	<b>33,12</b>	<b>39,32</b>	<b>90,71</b>
	<b>Середа</b>															
	Салат з капустию, зеленим горошком, з Розсоліник	50	47,2	1,5	3,3	2,6	50	47,2	1,5	3,3	2,6	50	47,2	1,5	3,3	2,6
	Шницель курячий	250	149,0	3,5	6,2	23,66	250	149,0	3,5	6,2	23,66	250	149,0	3,5	6,2	23,66
	Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	50/25	119,2	4,9	9,6	11,07	50/25	119,2	4,9	9,6	11,07	50/25	119,2	4,9	9,6	11,07
	Хліб житній	120	132,7	4,1	3,1	24,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1
	Сік фруктовий	30	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0
	Яблука свіжі	200	97,7	1,2	0,0	22,5	200	97,7	1,2	0,0	22,5	200	97,7	1,2	0,0	22,5
	<b>Всього</b>	<b>750</b>	<b>666,20</b>	<b>16,60</b>	<b>22,81</b>	<b>110,73</b>	<b>800</b>	<b>744,30</b>	<b>18,70</b>	<b>23,75</b>	<b>127,93</b>	<b>800</b>	<b>744,30</b>	<b>18,70</b>	<b>23,75</b>	<b>127,93</b>
	<b>Четвер</b>															
	Вінегрет	75	65,0	1,4	2,6	9,1	75	65,0	1,4	2,6	9,1	75	65,0	1,4	2,6	9,1
	Суп овочевий	250	118,7	2,7	2,3	21,9	250	118,7	2,7	2,3	21,9	250	118,7	2,7	2,3	21,9
	Горохове пюре	100	116,0	8,3	0,4	12,2	100	116,0	8,3	0,4	12,2	100	116,0	8,3	0,4	12,2
	Фрикадельки м'ясні з овочевим соусом	50/30	267,87	10,98	36,41	5,05	50/30	267,87	10,98	36,41	5,05	50/30	267,87	10,98	36,41	5,05
	Хліб шльозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
	Какао з молоком	180	140,0	31,0	37,0	26,0	180	140,0	31,0	37,0	26,0	180	140,0	31,0	37,0	26,0
	<b>Всього</b>	<b>635</b>	<b>778,57</b>	<b>56,36</b>	<b>80,73</b>	<b>84,21</b>	<b>655</b>	<b>825,57</b>	<b>57,36</b>	<b>82,73</b>	<b>90,91</b>	<b>655</b>	<b>825,57</b>	<b>57,36</b>	<b>82,73</b>	<b>90,91</b>
	<b>П'ятниця</b>															
	Салат з картоплі	50	54,88	0,91	2,67	6,81	50	54,88	0,91	2,67	6,81	50	54,88	0,91	2,67	6,81
	Суп гороховий	250	134,5	5,5	2,5	19,2	250	134,5	5,5	2,5	19,2	250	134,5	5,5	2,5	19,2
	Риба тушкована з овочами та томатним	60	60,9	8,5	2,8	1,7	90	91,3	12,7	4,2	2,5	120	121,7	16,9	5,5	3,3
	Рис (розсипчастий) з кмином	120	164,1	3,7	3,0	30,2	150	205,2	4,7	3,8	37,7	150	205,2	4,7	3,8	37,7
	Хліб житній	30	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0
	Компот із сухофруктів	180	130,0	0,3	0,0	20,5	180	130,0	0,3	0,0	20,5	180	130,0	0,3	0,0	20,5
	<b>Всього</b>	<b>690</b>	<b>612,38</b>	<b>19,91</b>	<b>11,18</b>	<b>93,41</b>	<b>770</b>	<b>728,88</b>	<b>26,11</b>	<b>13,52</b>	<b>111,71</b>	<b>800</b>	<b>759,28</b>	<b>30,31</b>	<b>14,82</b>	<b>112,51</b>



Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					
		Вихід, г	630-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114	Вихід, г	810-945	27-32	27-32	112-131	
			Енерго-цінність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглевод. и, г		Енерго-цінність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглевод. и, г		Енерго-цінність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглевод. и, г	
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	
	<b>Понеділок</b>																
	Салат з морквою, сиром та сметаною	75	84,1	3,4	5,4	5,9	75	84,1	3,4	5,4	5,9	75	84,1	3,4	5,4	5,9	
	Суп гороховий	250	134,5	5,5	2,5	19,2	250	134,5	5,5	2,5	19,2	250	134,5	5,5	2,5	19,2	
	Плов з свинини	150	231,7	8,0	14,0	19,7	200	308,9	10,7	18,6	26,2	250	386,1	13,4	23,3	32,8	
	Сік	200	98,7	1,2	0,0	22,5	200	98,7	1,2	0,0	22,5	200	98,7	1,2	0,0	22,5	
	Хліб житній	30	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	
	Банани свіжі	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4	
	<b>Всього</b>	<b>780</b>	<b>688,27</b>	<b>20,22</b>	<b>22,27</b>	<b>98,68</b>	<b>850</b>	<b>810,50</b>	<b>23,90</b>	<b>27,05</b>	<b>115,20</b>	<b>900</b>	<b>887,70</b>	<b>26,60</b>	<b>31,75</b>	<b>121,80</b>	
	<b>Вівторок</b>																
	Суп білий з галушками	250	157,9	4,3	3,3	28,9	250	157,9	4,3	3,3	28,9	250	157,9	4,3	3,3	28,9	
	Курка запечена в соусі "Імбирному"	60	132,0	13,6	6,7	3,6	85	186,9	19,3	9,4	5,1	100	219,9	22,7	11,1	6,1	
	Каша пшенична	120	151,92	4,84	3,32	25,24	150	189,9	6,0	4,2	31,5	150	189,9	6,0	4,2	31,5	
	Узвар	180	80,8	0,0	0,0	0,0	180	80,8	0,0	0,0	0,0	180	80,8	0,0	0,0	0,0	
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7	
	Яблука свіжі	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	
	<b>Всього</b>	<b>740</b>	<b>646,02</b>	<b>25,14</b>	<b>15,72</b>	<b>79,54</b>	<b>815</b>	<b>785,90</b>	<b>33,00</b>	<b>21,30</b>	<b>94,00</b>	<b>830</b>	<b>818,94</b>	<b>36,37</b>	<b>23,00</b>	<b>94,95</b>	
	<b>Середа</b>																
	"Вінегрет"	50	33,4	0,5	1,8	3,7	50	33,4	0,5	1,8	3,7	50	33,4	0,5	1,8	3,7	
	Борщ з картоплею	250	161,4	2,9	5,6	25,8	250	161,4	2,9	5,6	25,8	250	161,4	2,9	5,6	25,8	
	Бефстроганов з вареної яловичини	70	110,7	6,8	8,2	2,4	100	158,1	9,7	11,7	3,5	120	189,7	11,6	14,8	4,1	
	Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	120	132,7	4,1	3,1	24,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	
	Компот із сухофруктів	180	130,0	0,3	0,0	20,5	180	130,0	0,3	0,0	20,5	180	130,0	0,3	0,0	20,5	
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7	
	Банани свіжі	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4	75	71,3	1,1	0,2	16,4	
	<b>Всього</b>	<b>670</b>	<b>710,45</b>	<b>17,69</b>	<b>20,91</b>	<b>102,92</b>	<b>855</b>	<b>837,98</b>	<b>22,69</b>	<b>27,23</b>	<b>116,65</b>	<b>875</b>	<b>869,59</b>	<b>24,63</b>	<b>30,30</b>	<b>117,34</b>	
	<b>Четвер</b>																
	Вінегрет	100	86,7	1,8	3,5	12,1	100	86,7	1,8	3,5	12,1	100	86,7	1,8	3,5	12,1	
	Суп овочевий	250	105,0	2,0	5,4	11,9	250	105,0	2,0	5,4	11,9	250	105,0	2,0	5,4	11,9	
	Фрікадельки рибні	90	73,0	13,4	2,2	1,6	90	73,0	13,4	2,2	1,6	90	73,0	13,4	2,2	1,6	
	Картопляне пюре з орегано	150	203,27	3,54	9,27	26,39	150	203,27	3,54	9,27	26,39	150	203,27	3,54	9,27	26,39	
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7	
	Чай трав'яний з цукром	150	22,7	0,0	0,0	0,0	180	28,4	0,0	0,0	0,0	180	28,4	0,0	0,0	0,0	
	Апельсини свіжі	100	50,0	0,9	0,2	11,0	100	50,0	0,9	0,2	11,0	100	50,0	0,9	0,2	11,0	
	<b>Всього</b>	<b>870</b>	<b>611,64</b>	<b>23,68</b>	<b>22,56</b>	<b>72,97</b>	<b>920</b>	<b>664,36</b>	<b>24,68</b>	<b>24,56</b>	<b>79,67</b>	<b>920</b>	<b>664,36</b>	<b>24,68</b>	<b>24,56</b>	<b>79,67</b>	
	<b>П'ятниця</b>																
	Салат вітамінний	50	25,01	0,73	1,05	3,18	50	25,01	0,73	1,05	3,18	50	25,01	0,73	1,05	3,18	
	Суп квасолевий	250	144,0	4,7	5,4	19,5	250	144,0	4,7	5,4	19,5	250	144,0	4,7	5,4	19,5	
	Линиви голубці з яловичиною	180	266,9	10,7	16,4	17,9	250	370,6	14,9	22,8	24,9	300	444,8	17,8	27,4	29,9	
	Хліб житній	30	68,0	1,0	0,2	15,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	50	113,0	2,0	0,4	25,0	
	Какао з молоком	180	140,0	31,0	37,0	26,0	180	140,0	31,0	37,0	26,0	180	140,0	31,0	37,0	26,0	
	Банани свіжі	100	95,0	1,5	0,2	21,8	100	95,0	1,5	0,2	21,8	100	95,0	1,5	0,2	21,8	
	<b>Всього</b>	<b>790</b>	<b>738,91</b>	<b>49,63</b>	<b>60,26</b>	<b>103,38</b>	<b>880</b>	<b>887,61</b>	<b>54,83</b>	<b>66,80</b>	<b>120,38</b>	<b>930</b>	<b>961,81</b>	<b>57,73</b>	<b>71,40</b>	<b>125,38</b>	