

ПОГОДЖЕНО

Начальник Черкаського міського управління
Головного управління Держпродспоживслужби в
Черкаській області



Марія ПАВЛОВА

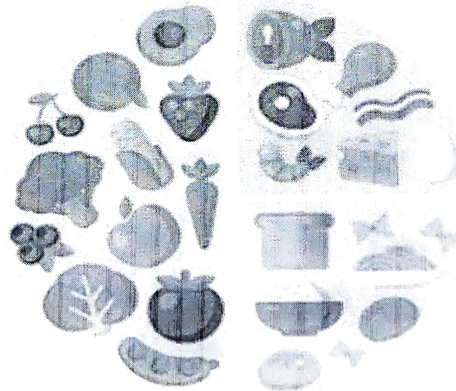
ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор департаменту освіти та
гуманитарної політики Черкаської
міської ради



Богдан БЄЛОВ

**ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОДНОРАЗОВОГО ХАРЧУВАННЯ УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДЬНОЇ ОСВІТИ
КОМУНАЛЬНОЇ ВЛАСНОСТІ МІСТА ЧЕРКАСИ
(обід, осінній період)**



ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ

Понеділок

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
ГЦ/-	1.54/1.4	Салат з пекінської капусти, моркви з медово-гірчичним соусом//Салат зі свіжих томатів з солодким перцем	100	1,29/ 1,17	1,27/ 3,15	7,02/6,78	55/59	120	1,93/ 1,4	1,9/ 3,78	10,53/9,14	69/70,8	120	1,93/ 1,4	1,9/ 3,78	10,53/9,14	69/70,8
Я, МЛ/ Я, МП, Л/Я	179/ 173/ Л/Я	Драчена**/омлет натуральний**/Яйце відварне	50/ 58 (40 - нетто яйця)/1 шт	5,8/ 5,5/ 5,1	7,5/ 11,7 4,6	3,0/ 1,1/ 0,3	103/ 132/ 63	50/ 58 (40 - нетто яйця)/1 шт	5,8/ 5,5/ 5,1	7,5/ 11,7 4,6	3,0/ 1,1/ 0,3	103/ 132/ 63	50/ 58 (40 - нетто яйця)/1 шт	5,8/ 5,5/ 5,1	7,5/ 11,7 4,6	3,0/ 1,1/ 0,3	103/ 132/ 63
-	8.4	Болоньське	88 (70- нетоо м'яса)	15,01	4,22	6,76	124	126 (100- нетто м'яса)	21,49	6,04	9,68	178	151 (120 - нетто м'яса)	25,75	7,24	11,59	213
ЗП, Г/МП, Л	10.16/ 290	Кус-кус розсипчастий / Макарони (фузілі) з вершковим маслом**	120	7,55/ 5,2	2,03 3,76	42,6/ 27,04	235/ 164	150	9,44/ 6,5	2,54/ 4,7	53,3/38,3	294/ 205	150	9,44/ 6,5	2,54/ 4,7	53,3/38,3	294/ 205
МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	350	Чай	200	0,5	0	0,08	2	200	0,2	0	15,2	63	200	0,2	0	15,2	63
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				34,36	23,14	73,41	659,35		43,93	26,55	97	816,05		48,19	27,75	98,96	851,05
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				35,46	22,84	84,81	703,35		45,03	26,245	108,4	860,05		49,29	27,445	110,36	895,05
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				34,76	22,74	73,11	657,35		44,33	26,145	96,7	814,05		48,59	27,345	98,66	849,05
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				34,36	23,04	73,11	656,35		43,93	26,445	96,7	813,05		48,19	27,645	98,66	848,05

ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ

Вівторок

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність

	1.42/ 19	Салат з буряка та з селери з сиром/салат з капусти з сиром	75	2,37/ 2,92	4,07/ 5,94	6,52/4,24	71/84,85	100	3,16/ 3,9	5,43/ 7,92	8,69/5,65	94/ 113,14	100	3,16/ 3,9	5,43/ 7,92	8,69/5,65	94/113,14
Л, МП, Г, ЗП, Я/-	8.56/ 8.2	Пастуший пиріг з яловичиною/Печеня по-домашньому зі свининою	220/149	19,58/ 12,94	20,53/ 22,4	25,12/18,32	361/325	310/213	27,59/ 18,49	28,93/ 32,02	35,40/6,18	509/465	375/255	33,37/ 22,14	34,99/ 38,33	42,83/ 31,35	615/556
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	44
	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				21,75	27,33	62,71	580,725		30,63	38,25	71,91	791,57		35,345	44,435	88,21	890,07
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				22,85	27,03	74,11	624,725		31,73	37,95	83,31	835,57		36,445	44,135	99,61	934,07
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				22,15	26,93	62,41	578,725		31,03	37,85	71,61	789,57		35,745	44,035	87,91	888,07
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				21,75	27,23	62,41	577,725		30,63	38,15	71,61	788,57		35,345	44,335	87,91	887,07

ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ

Середа

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	6-11 років				Енергоцінність	Вихід страви, г	11-14 років				Енергоцінність	Вихід страви, г	14-18 років				Енергоцінність
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		
К/МП	1.2/ 19	Овочеve асорті / Салат із капусти з сиром	100	1,64/ 2,92	4,49/ 5,94	4,83/ 4,24	64/ 84,85		120	2,19/ 3,9	5,99/ 7,92	6,44/ 5,65	85/ 110		120	2,19/ 3,9	5,99/ 7,92	6,44/ 5,65	85/ 110	
МП, Л/Г, ЗП	8.28/8.17 (11.6)	Січеники зв'язинини/шніцель зі свинини з соусом кетчуп	72/70-15	10,72/ 11,74/ 0,19	15,04/ 17,45/ 0,01	0,52/2,66/ 1,92	179/214/8		101/100-20	15,01/ 16,74/ 0,26	21,05/ 24,89/ 0,02	0,73/3,8/ 2,56	250/305/ 11		122/100-20	18,23/ 20,02/ 0,26	22,56/ 29,75/ 0,02	0,88/4,54/ 2,56	304/365/ 11	
ЗП, Г/ЗП, Г	290/ 10.54	Каша пшенична/ булгур	120	5,88/ 4,08	3,96/ 4,0	32,88/ 25,92	192/ 156,8		150	7,4/ 5,1	5/ 5,0	41,1/ 32,4	241/ 196		150	7,4/ 5,1	5/ 5,0	41,1/ 32,4	241/ 196	
	106/13.8	Лимонад/ компот з ягід або фруктів	200	0/0,64	0/0	26/15,34	104/62		200	0/0,64	0/0	26/15,34	104/62		200	0/0,64	0/0	26/15,34	104/62	
	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8		30	1,83	0,36	12,51	61,8		30	1,83	0,36	12,51	61,8	
Харчова цінність		Фрукти сезонні в асортименті																		
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45		100	0,4	0,4	10,4	45		100	0,4	0,4	10,4	45	
				21,04	26,2	59,28	635,125			28,94	35,925	96,98	824,5			32,19	39,11	97,425	881,5	
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89		100	1,5	0,1	21,8	89		100	1,5	0,1	21,8	89	

(оріснговно):			22,14	25,9	70,68	679,125		30,04	35,625	108,38	868,5		33,29	38,81	108,825	925,5
	або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
			21,44	25,8	58,98	633,125		29,34	35,525	96,68	822,5		32,59	38,71	97,125	879,5
	або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			21,04	26,1	58,98	632,125		28,94	35,825	96,68	821,5		32,19	39,01	97,125	878,5

ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ

Четвер

			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність
	1.23/20	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку/ Салат з овочів	100	2,39/2,8	3,46/1,5	8,08/6,1	69/93	120	2,9/3,36	4,15/1,8	9,7/7,32	83/111,6	120	2,9/3,36	4,15/1,8	9,7/7,32	83/111,6
Р, Я /Р, Я, ЗП,Г	7.7 (11.6)/7,6	Рибні палички з соусом кетчуп / Рибні фрикадельки	70-15 (60 – нетто рибн)/60	12,11/0,19/10,44	2,59/0,01/1,59	13,45/1,92/1,2	128/8/61	105-20 (90 – нетто рибн)/90	18,17/0,1915,65	3,89/0,01/2,39	20,18/1,92/1,81	192/11/91	140 -20 (120 - нетто рибн)/120	24,22/0,26/20,87	5,19/0,3/1,9	26,9/2,56/2,41	256/11/121
/	10.24/4.5	Товчанка з бобовими/ сочевиця зі спеціями	120	4,67/2,88	2,95/3,72	22,96/30,96	136/169/	150	4,67/2,88	2,95/3,72	22,96/30,96	136/169/	150	4,67/2,88	2,95/3,72	22,96/30,96	136/169/
МЛП, МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (оріснговно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				30,985	12,77	88,405	601,05		35,705	17,98	104,43	749,55		41,34	15,89	108,09	796,55
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				32,085	12,47	99,805	645,05		36,805	17,68	115,83	793,55		42,44	15,59	119,49	840,55
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				31,385	12,37	88,105	599,05		36,105	17,58	104,13	747,55		41,74	15,49	107,79	794,55
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			17,115	8,1	73,69	598,05		15,665	8,625	84,625	746,55		15,665	8,625	84,625	793,55	

ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ

П'ятниця

		6-11 років					11-14 років					14-18 років					
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність

ЛЦ	12.1/ 1.54	Овочі свіжі (огіроч або помідор)/ Салат з пекінської капусти, моркви з медово-гірничним соусом	100	1,35/ 1,29	0,09/ 1,27	15,04/ 7,02	59/ 55	120	1,62/ 1,93	0,11/ 1,9	18,04/ 10,53	71/ 69	120	1,62/ 1,93	0,11/ 1,9	18,04/ 10,53	71/ 69
ЗП, Г, Я	9.28	Курячі палочки	77 (70 - нетто м'яса птиці)	26,34	3,63	7,8	168	115 (100 - нетто м'яса птиці)	30,18	4,16	8,94	193	132 (120 - нетто м'яса птиці)	35,12	4,84	10,4	225
МП, Л, Я, ЗП, Г/ МП, Л, Г	6.5/ 168	Запіканка сирна з бананом зі сметаною кип'яченою /Локшинник із сиром кисломолочним та сметаною кип'яченою	120/ 15 120/ 15	13,94/ 13,4/ 0,56	10,85/ 12,7/ 4	20,62/ 32,1/0,64	236/298/ 40,8	120/ 15 120/ 15	13,94/ 13,4/ 0,56	10,85/ 12,7/ 4	20,62/ 32,1/0,64	236/298/ 40,8	120/ 15 120/ 15	13,94/ 13,4/ 0,56	10,85/ 12,7/ 4	20,62/ 32,1/0,64	236/298/ 40,8
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				42,05	15,79	75,59	612,07		47,57	16,88	88,32	691,27		52,51	17,56	89,78	723,27
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				43,15	15,49	86,99	656,07		48,67	16,58	99,72	735,27		53,61	17,26	101,18	767,27
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				42,45	15,39	75,29	610,07		47,97	16,48	88,02	689,27		52,91	17,16	89,48	721,27
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				42,05	15,69	75,29	609,07		47,57	16,78	88,02	688,27		52,51	17,46	89,48	720,27
ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Понеділок																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/-	1.4/ 1.32	Салат зі свіжих томатів з солодким перцем/ Салат з капусти, огірків та кропу	100	1,15/ 1,51	3,13/ 2,89	5/ 5,08	50/ 49	120	1,38/ 1,81	3,75/ 3,46	6/ 6,09	60/ 58,8	120	1,38/ 1,81	3,75/ 3,46	6/ 6,09	60/ 58,8
Г, Я, МП, Л, ЗП	5.4/5.7	Пухкий омлет з орегано/ фритата/ яйце варене	50/ 50	5,86/ 5,85/ 5,1	5,19/ 4,88/ 4,6	3,28/ 2,51/ 0,3	84/ 77/ 63	50/ 50	5,86/ 5,85/ 5,1	5,19/ 4,88/ 4,6	3,28/ 2,51/ 0,3	84/ 77/ 63	50/ 50	5,86/ 5,85/ 5,1	5,19/ 4,88/ 4,6	3,28/ 2,51/ 0,3	84/ 77/ 63
МП, Л, ЗП	9.27	Лінійні голубці з м'яса птиці	175	20	5,79	21,3	214	250	28	8,25	30,36	305	300	33	9,85	36,25	365

350	Чай з лимоном**/Чай	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2
МЛ, Л	Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
Г	Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):	Фрукти сезонні в асортименті															
	або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
			29,36	14,45	66,48	507,97		38,85	17,745	84,885	650,07		43,85	19,345	90,825	710,07
	або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
			30,46	14,15	77,88	551,97		39,95	17,445	96,285	694,07		44,95	19,045	102,225	754,07
	або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
			29,76	14,05	66,18	505,97		39,25	17,345	84,585	648,07		44,25	18,945	90,525	708,07
	або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			29,36	14,35	66,18	504,97		38,85	17,645	84,585	647,07		43,85	19,245	90,525	707,07

ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ

Вівторок

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність		Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
К/ГЦ	1.2/ 1.30	Асорті овочево / Салат з червоної капусти з соусом «Вінегрет»	100	2,19/ 1,63	5,99/ 3,45	6,44/ 5,99	85/ 58		120	2,62/ 1,95	7,18/ 4,14	7,7/ 7,18	102/ 69,6	120	2,62/ 1,95	7,18/ 4,14	7,7/ 7,18	102/ 69,6
-ЗП, Г	8.4/8.62	Болоньське/фрикадельки м'ясні в томатному соусі	88 (70 - нетто м'яса)/ 120(70 - нетто м'яса)	15,01/ 12,5	4,22/ 17,77	6,76/8,4	124/240		126 (100 - нетто м'яса)/ 170(100 - нетто м'яса)	21,49/ 17,71	6,04/ 25,18	9,68/11,89	178/339	151(120 - нетто м'яса)/ 205 (120 - нетто м'яса)	25,75/ 21,36	7,24/ 30,36	11,59/14,34	213/409
МП, Л/МП, Л, Г,ЗП	164/ 10.16	Макарони (фузілі) відварні з маслом / кускус розсипчастий	120	5,2/ 7,55	3,76/ 2,03	27,04/ 42,6	164/ 235		150	6,5/ 9,44	4,7/ 2,54	33,8/ 53,3	205/ 294	150	6,5/ 9,44	4,7/ 2,54	33,8/ 53,3	205/ 294
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44		200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8		30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті																
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45		100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				24,6	19,375	79,215	590,895			33,63	25,895	100,715	772,895		37,585	29,085	102,945	825,395
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89		100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				25,7	19,075	90,615	634,895			34,73	25,595	112,115	816,895		38,685	28,785	114,345	869,395

або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
		25	18,975	78,915	588,895		34,03	25,495	100,415	770,895		37,985	28,685	102,645	823,395
або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
		24,6	19,275	78,915	587,895		33,63	25,795	100,415	769,895		37,585	28,985	102,645	822,395

ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ

Середа

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
МП, Л, ГЦ/МП, Л	1.23/4.1	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку/відварений горошок зелений	100	2,39/4,92	3,46/2,37	8,08/13,56	69/91	120	2,9/5,91	4,15/2,85	9,7/16,28	83/110	120	2,9/5,91	4,15/2,85	9,7/16,28	83/110
Г, ЗП/Г, ЗП, МП, Л	8.17 (11.6)/248	Щніцель зі свинини з соусом кетчуп / відбивни зі свинини	70-15/70-5	11,74/0,19/11,48	17,45/0,01/15,96	2,66/1,92/2,18	238/8/170	100-20/100-5	16,74/0,26/16,4	24,89/0,02/22,8	3,8/2,56/17,4	305/11/340	120-20/120-5	20,02/0,26/19,68	29,75/0,02/27,36	4,54/2,56/2,08	365/11/408
ЗП, Г/ЗП, Г	290/290	Каша пшенична/Каша ячнева	120	5,88/4,08	3,96/4,0	32,88/25,92	192/156,8	150	7,4/5,1	5/5,0	41,1/32,4	241/196	150	7,4/5,1	5/5,0	41,1/32,4	241/196
	13.10	Напій з лимонів та апельсинів	200	0,36	0,24	2,76	14	200	0,36	0,24	2,76	14	200	0,36	0,24	2,76	14
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				21,41	24,44	69,975	557,8		29,335	33,365	90,255	772,9		32,615	38,075	92,415	836,9
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				22,51	24,14	81,375	601,8		30,435	33,065	101,655	816,9		33,715	37,775	103,815	880,9
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				21,81	24,04	69,675	555,8		29,735	32,965	89,955	770,9		33,015	37,675	92,115	834,9
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				21,41	24,34	69,675	554,8		29,335	33,265	89,955	769,9		32,615	37,975	92,115	833,9

ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ

Четвер

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/-	1.27/-	Салат з капусти та моркви / Огірок свіжий	100	1,59/0,82	3,11/0	6,56/2,28	56/15,8	120	1,91/0,98	3,73/0	7,87/2,74	67,2/18,96	120	1,91/0,98	3,73/0	7,87/2,74	67,2/18,96

Р/ Р, Я, ЗП, Г	7.5/ 82 (97)	Риба тушкована з овочами під томатним соусом/ Котлети рибні з цибулевим соусом	60/12/ 60-15	10,29/ 10,1/ 0,16	3,15/ 1,78/ 0,61	2,01/0,58/ 6,7	76/58,78/ 33,01	90/18/ 90-20	15,44/ 15,2/ 0,21	4,73/ 2,7/ 0,82	3,01/0,87/ 8,94	114/ 88,16/ 44,01	120/24/ 120-20	20,5/ 20,2/ 0,21	6,3/ 3,56/ 0,82	4,01/1,16/ 8,94	152/ 117,55/ 44,01
МП, Л/ Л, МП	105/ 10.26	Пюре картопляне з маслом/ картопля запечена з маслом вершковим	120	2,72/ 2,76	4,32/ 4,96	19,6/ 23,71	129/ 149	150	3,4/ 3,46	5,4/ 6,19	24,5/ 29,64	161/ 187	150	3,4/ 3,46	5,4/ 6,19	24,5/ 29,64	161/ 187
МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				21,97	13,82	70,98	492,34		29,245	16,775	86,265	609,41		34,275	17,99	86,96	643,105
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				23,07	13,52	82,38	536,34		30,345	16,475	97,665	653,41		35,375	17,69	98,36	687,105
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				22,37	13,42	70,68	490,34		29,645	16,375	85,965	607,41		34,675	17,59	86,66	641,105
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				21,97	13,72	70,68	489,34		29,245	16,675	85,965	606,41		34,275	17,89	86,66	640,105

ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ

П'ятниця

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	6-11 років				Вихід страви, г	11-14 років				Вихід страви, г	14-18 років			
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність
ГП/ Я	1.72/ 20	Салат з капусти, яблука з соусом вінегрет/ салат з овочів	100	2,8/ 0,94	1,5/ 6,93	6,1/5,33	93/91	120	3,36/ 1,13	1,8/ 8,31	7,32/6,39	111,6/ 109	120	3,36/ 1,13	1,8/ 8,31	7,32/6,39	111,6/ 109
ЗП, Я, Г	8.86	Картоплянірази з м'ясом	70	4,66	4,74	14,31	119	140	9,31	9,48	28,62	239	210	13,97	14,23	42,93	358
Я, МП, ЗП, Л, Г/ЗП, Г, Я, МП	6.3/ 186	Запіканка сирна з ягідним кисломолочного зі сметаною (кип'яченою)	100/25	14,40/ 22,39	8,99/ 11,52	14,87/23,81	201/296	100/25	14,40/ 22,39	8,99/ 11,52	14,87/23,81	201/296	100/25	14,40/ 22,39	8,99/ 11,52	14,87/23,81	201/296
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				29,49	21,935	65,225	653,5		41,93	30,585	105,565	901,3		46,59	35,335	119,925	1020,3

Харчова цінність (орієнтовно):	або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
			30,59	21,635	76,625	697,5		44,53	30,385	138,765	1034,3		47,69	35,035	131,325	1064,3
	або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
			29,89	21,535	64,925	651,5		42,33	30,185	105,265	899,3		46,99	34,935	119,625	1018,3
	або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			29,49	21,835	64,925	650,5		41,93	30,485	105,265	898,3		46,59	35,235	119,625	1017,3

ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ

Понеділок

			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
-/ ГЦ	1.27/ 1.54	Салат з капусти та моркви/ Салат з пекінської капусти, моркви з медово-гірчичним соусом	100	1,59/ 1,29	3,11/ 1,27	6,56/ 7,02	56/ 46	120	1,9/ 1,54	3,73/ 1,52	7,87/ 8,42	67,2/ 55	120	1,9/ 1,54	3,73/ 1,52	7,87/ 8,42	67,2/ 55
Я, МП, Л/Я, МП, Л, ЗП, Г	173/5.13	Омлет натуральний/ фритата з сиром/ яйце варене	50/70	5,5/ 6,33/ 5,1	11,77/ 24/ 4,6	1,1/3,41/0,3	132/104/ 63	50/70	5,5/ 6,33/ 5,1	11,77/ 24/ 4,6	1,1/3,41/0,3	132/104/ 63	50/70	5,5/ 6,33/ 5,1	11,77/ 24/ 4,6	1,1/3,41/0,3	132/104/ 63
ЗП, Г	9.9	Чахохбілі з куркою	70	17,71	4,37	6,71	136	100	25,32	6,24	9,59	195	120	30,46	7,52	11,54	234
ЗП, Г/ ЗП, Г	290/ 10.54	Каша ячнева/ булгур	120	4,08/ 5,2	4,0/ 30,8	25,92/ 36,48	156,8/ 202	150	5,1/ 6,51	5/ 38,5	32,4/ 45,6	196/ 252	150	5,1/ 6,51	5/ 38,5	32,4/ 45,6	196/ 252
	350	Чай з лимоном/Чай	200/5	0,2	0	15,2	63	200/5	0,2	0	15,2	63	200/5	0,2	0	15,2	63
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				32,76	32,55	87,89	653,47		43,29	39,46	109,14	813,27		48,43	40,74	111,09	852,27
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				33,86	32,25	99,29	697,47		44,39	39,16	120,54	857,27		49,53	40,44	122,49	896,27
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				33,16	32,15	87,59	651,47		43,69	39,06	108,84	811,27		48,83	40,34	110,79	850,27
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			32,76	32,45	87,59	650,47		43,29	39,36	108,84	810,27		48,43	40,64	110,79	849,27	

ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ

Вівторок

Додаток																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність

К/Л, МП	1.2/ 1.57	Асорті овочеве/ Салат з червоної та білої капусти і солодким перцем	75	1,64/ 3,6	4,49/ 0,73	4,83/ 3,96	64/ 27,75	100	2,19/ 4,9	5,99/ 0,98	6,44/ 5,29	85/ 35	100	2,19/ 4,9	5,99/ 0,98	6,44/ 5,29	85/ 35
ЗП/-	237/8.47	Гуляш свинний/ свинина карі	70	10,19/ 11,6	23,7/ 16,5	2,9/1,97	266/200	100	14,6/ 16,43	33,9/ 23,37	4,17/2,78	381/284	120	17,5/ 19,33	40,7/ 27,49	5,01/3,28	457/334
МП, Л, Г, ЗП/ Л, МП, Г, ЗП	164/10.16	Макарони відварні з вершковим маслом /кус-кус розсипчастий	120	5,2/ 2,72	3,76/ 4,32	27,04/ 19,6	164/ 129	150	6,5/ 3,4	4,7/ 5,4	33,8/ 24,5	205/ 161	150	6,5/ 3,4	4,7/ 5,4	33,8/ 24,5	205/ 161
МП, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				25,305	31,91	73,74	675,425		33,06	42,57	90,44	866,75		35,96	48,03	91,11	929,75
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				26,405	31,41	65,14	628,225		34,16	42,27	101,84	910,75		37,06	47,73	102,51	973,75
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				25,705	31,51	73,44	673,425		33,46	42,17	90,14	864,75		36,36	47,63	90,81	927,75
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				25,305	31,81	73,44	672,425		33,06	42,47	90,14	863,75		35,96	47,93	90,81	926,75
ТРЕТІЙ ТИЖЕНЬ																	
Середя																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність
МП, Л/МП, Л	1.68/ 27	Салат з буряка з м'яким сиром/ Салат з моркви і сиру	100	6,32/ 4,17	9,15/ 8,51	3,52/ 5,41	116/ 114,89	120	5/7,58	10,12/ 10,98	6,49/4,22	137,86/ 139,2	120	5/7,58	10,12/ 10,98	6,49/4,22	137,86/ 139,2
Г, ЗП, МП, Л/ МП, Л	8.9/8.28	Гуляш з вареної яловичини/ січеники зі свинини	70/ 70	14,71/ 15,01	3,42/ 21,05	2,77/ 0,73	100/ 250	100/ 100	21,02/ 21,44	4,88/ 30,07	3,96/1,04	143/357	120/ 120	25,22/ 25,73	2,86/ 36,08	4,75/1,25	172/428
МП, Л/	4.5/ 10.24	Сочевиця зі спеціями / ризото з зеленим горошком та твердим сиром	120	13,9/ 4,67	2,36/ 2,95	29,8/ 22,96	215/136	150	17,39/ 5,84	2,96/ 3,69	37,26/ 28,69	269/ 170	150	17,39/ 5,84	2,96/ 3,69	37,26/ 28,69	269/ 170
	13.8	Компот з ягід або фруктів	200	0,58	0,2	10,06	/44	200	0,58	0,2	10,06	/44	200	0,58	0,2	10,06	/44
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8

Харчова цінність (орієнтовно):	Фрукти сезонні в асортименті																
	або яблуко свіже		100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				32,23	24,58	68,205	625,745		43,195	32,45	84,78	809,03		47,44	34,445	85,28	859,03
	або банан свіжий		100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				33,33	24,28	79,605	669,745		44,295	32,15	96,18	853,03		48,54	34,145	96,68	903,03
	або сливи свіжі		100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				32,63	24,18	67,905	623,745		43,595	32,05	84,48	807,03		48,24	34,345	95,08	899,03
або груша свіжа		100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	
			32,23	24,48	67,905	622,745		43,195	32,35	84,48	806,03		47,44	34,345	84,98	856,03	
ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ																	
Четвер																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетичність
-/-	1.26/ 1.13	Салат з капусти, зеленого горошку та насіння соняшнику/ Овочі свіжі (огірок або помідор)	100	3,43/ 0,82	6,08/ 0	6,74/ 2,28	93/ 15,8	120	1,32/0, 98	7,2/0	3/2,74	82,8/18,9 6	120	1,32/0, 98	7,2/0	3/2,74	82,8/18,9 6
Р/ Р, Я	7.5/7.6	Риба тушкована з овочами під томатним соусом/ рибні фрикадельки	60	10,29/ 10,44	3,15/ 1,59	2,01/1,2	76/61	90	15,44/ 15,65	4,73/ 2,39	3,01/1,81	114/91	120	20,58/ 20,87	6,3/ 3,19	4,01/2,41	152/121
МП, Л/-	105/ 48	Картопляне пюре з вершковим маслом /картопля смажена скибочками (з вареної картоплі)	120/5 120	2,72/ 1,92	4,32/ 9,73	19,6/ 8,76	128,8/ 130,43	150/5 150	3,4/ 2,41	4,32/ 12,17	19,6/ 10,96	128,8/ 163,04	150/5 150	3,4/ 2,41	4,32/ 12,17	19,6/ 10,96	128,8/ 163,04
	13.11/ 13.10	Узвар із суміші сухофруктів/ Напій з лимонів та апельсинів	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,34/ 2,76	62/ 14	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,34/ 2,76	62/ 14	200	0,64/ 0,36	0/ 0,24	15,34/ 2,76	62/ 14
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):	Фрукти сезонні в асортименті																
	або яблуко свіже		100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				17,54	13,195	52,255	397,315		23,55	16,405	60,86	485,3		28,73	17,59	61,71	519,3
	або банан свіжий		100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				18,64	12,895	63,655	441,315		24,65	16,105	72,26	529,3		29,83	17,29	73,11	563,3
	або сливи свіжі		100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				17,94	12,795	51,955	395,315		23,95	16,005	60,56	483,3		29,53	17,49	71,51	559,3
або груша свіжа		100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	

			17,54	13,095	51,955	394,315		23,55	16,305	60,56	482,3		28,73	17,49	61,41	516,3	
ТРЕТІЙ ТИЖЕНЬ																	
П'ятниця																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
Л, МП, ГЦ/-	1.62/1.74	Салат з пекінської капусти з апельсином/Салат морквяний з родзинками	100	1,59/1,35	0,94/5,2	4,2/15,04	36/59	120	1,91/1,62	1,13/0,11	5,04+18,04	44/71	120	1,91/1,62	1,13/0,11	5,04+18,04	44/71
МП, Л	8.28	Січеники зі свинини	72 (70 - нетто м'яса)	10,72	15,04	0,52	179	101 (100 - нетто м'яса)	15,01	21,05	0,73	250	122 (120 - нетто м'яса)	18,23	22,56	0,88	304
-	44	Картопля запечена з куркумою	120	2,47	6,48	20,16	148,96	150	3,09	8,11	25,21	186,2	150	3,09	8,11	25,21	186,2
Я, МП, Л, ЗП,Г/Я, МП, Л,ЗП, Г	6.10/6.6	Сирники класичні зі сметаною кип'яченою / Львівський сирник з морквою та сметаною (кип'яченою)	80 /15 /100/ 15	13,86/ 13,25	6,31/ 11,00	10,98 /17,54	156/ 224	80/15 /100/15	13,86/ 13,25	6,31/ 11,00	10,98/ 17,54	156/ 224	80/15 /100/15	13,86/ 13,25	6,31/ 11,00	10,98/ 17,54	156/ 224
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно)		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				36,89	37,37	89,14	813,76		47,835	45,3	109,28	1032,2		51,055	46,81	109,48	1086,2
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				37,99	37,07	100,54	857,76		48,935	45	120,68	1076,2		52,155	46,51	120,88	1130,2
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				37,29	36,97	88,84	811,76		48,235	44,9	108,98	1030,2		51,455	46,41	109,18	1084,2
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			36,89	37,27	88,84	810,76		47,835	45,2	108,98	1029,2		51,055	46,71	109,18	1083,2	
ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖЕНЬ																	
Понеділок																	
			6-11 років					11-14 років					14-18 років				
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
ГЦ/ГЦ	1.72/1.54	Салат з капусти, яблука з соусом вінегрет/ Салат з пекінської капусти, моркви з медово-гірчицим соусом	100	0,94/1,29	6,93/1,27	5,33/7,02	91/55	120	1,13/1,93	8,31/1,9	6,39/10,53	109/69	120	2/1,93	1,94/1,9	16,56/10,53	87,6/69

Я/Я/Я	-/5.7/	Драчена/ фритата/яйце варене	50/ 50	5,8/ 5,8/5,1	7,5/ 88/4,6	3/ 2,51/0,3	103/ 77/63	50/ 50	5,8/ 5,8/5,1	7,5/ 4,88/4,6	3/ 2,51/0,3	103/ 77/63	50/ 50	5,8/ 5,8/5,1	7,5/ 4,88/4,6	3/ 2,51/0,3	103/ 77/63
-	9.8	Курка по-італійські	70	16,75	3,06	1,89	102	100	24,26	4,43	2,73	148	120	28,89	5,28	3,26	176
ЗП, Г/МП, Л	10.16/ 290	Кус-кус розсипчастий / Макарони (фузілі) з вершковим маслом*	120	7,55/ 5,2	2,03 3,76	42,6/ 27,04	235/ 164	150	9,44/ 6,5	2,54/ 4,7	53,3/38,3	294/ 205	150	9,44/ 6,5	2,54/ 4,7	53,3/38,3	294/ 205
МЛ, Л		Сир твердий	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05	15	3,4	4,2	0,7	52,05
	350	Чай з лимоном/Чай	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2	200/5 200	0,2/0,5	0/0	15,2/0,08	63/2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				36,43	21,125	83,96	674,85		47,12	24,365	105,4	826,15		51,75	25,215	105,93	854,15
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				37,53	20,825	95,36	718,85		48,22	24,065	116,8	870,15		52,85	24,915	117,33	898,15
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				36,83	20,725	83,66	672,85		47,52	23,965	105,1	824,15		52,15	24,815	105,63	852,15
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			36,43	21,025	83,66	671,85		47,12	24,265	105,1	823,15		51,75	25,115	105,63	851,15	
ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ																	
Вівторок																	
Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	6-11 років				Вихід страви, г	11-14 років				Вихід страви, г	14-18 років			
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоснітність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоснітність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоснітність
-/-	-/1.31	Овочі свіжі(огірок або помідор)/салат з капусти з ароматною олією	75	0,62 /1,32	0,0/2,3 2	2,28/4,19	11,85/41	100	0,98/ 1,76	0,0/3,0 9	2,28/5,59	15,8/54	100	0,98/ 1,76	0,0/3,0 9	2,28/5,59	15,8/54
Л, МП, Г, ЗП, Я/-	8.56/ 8.2	Пастуший пиріг з яловичиною /Печеня по-домашньому зі свининою	220/149	19,58/ 12,94	20,53/ 22,4	25,12/18,32	361/325	310/213	27,59/ 18,49	28,93/ 32,02	35,40/6,18	509/465	375/255	33,37/ 22,14	34,99/ 38,33	42,83/ 31,35	615/556
	13.8	Компот з ягід або фруктів	200	0,58	0,2	10,06	44	200	0,58	0,2	10,06	44	200	0,58	0,2	10,06	44
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність, (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				20,04	23,585	57,925	520,225		28,44	33,22	66,035	713,9		33,155	39,405	82,335	812,4
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				21,14	23,285	69,325	564,225		29,54	32,92	77,435	757,9		34,255	39,105	93,735	856,4

	або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
			20,44	23,185	57,625	518,225		28,84	32,82	65,735	711,9		33,555	39,005	82,035	810,4
	або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			20,04	23,485	57,625	517,225		28,44	33,12	65,735	710,9		33,155	39,305	82,035	809,4

ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ

Середа

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність
МП, Л/-	1.6/1.42	Салат з м'якого сиру та томатів/ Салат з буряка та селери з сиром	100	1,15/3,16	3,13/5,43	5/8,69	50/94	120	1,38/3,79	3,75/6,52	6/10,43	60/112,8	120	1,38/3,79	3,75/6,52	6/10,43	60/112,8
Г, ЗП/Л, МП, Я	8.17/8.5	Щніпель зі свинини з соусом кетчуп/ кебаб із сиром	70-15/70	11,74/17,04/0,19	17,45/6,06/0,01	2,66/0,69/1,92	238/126/8	100-20/100	16,74/24,34/0,26	24,89/8,66/0,02	3,8/0,98/2,56	305/180/11	120-20/120	20,02/29,21/0,26	29,75/10,39/0,02	4,54/1,18/2,56	365/216/11
МП, Л/-	4.21/10.24	Горохове пюре з зеленого горошку/ Товчанка з бобовими	120	6,05/4,67	4,08/2,95	33,77/22,96	202/136	150	7,74/5,84	5,22/3,69	43,22/28,69	259/170	150	7,74/5,84	5,22/3,69	43,22/28,69	259/170
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/0,58	0/0,20	15,34/10,06	62/44	200	0,64/0,58	0/0,20	15,34/10,06	62/44	200	0,64/0,58	0/0,20	15,34/10,06	62/44
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				24,745	20,41	72,495	582,8		33,975	27,465	90,51	744,4		38,05	30,76	90,98	792,4
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				25,845	20,11	83,895	626,8		35,075	27,165	101,91	788,4		39,15	30,46	102,38	836,4
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				25,145	20,01	72,195	580,8		34,375	27,065	90,21	742,4		38,45	30,36	90,68	790,4
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				24,745	20,31	72,195	579,8		33,975	27,365	90,21	741,4		38,05	30,66	90,68	789,4

ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ

Четвер

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	6-11 років					11-14 років					14-18 років				
			Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність	Вихід страви, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність

Л,МП/МП, Л	17/	Салат з червоної та білої капусти і солодким перцем/салат з моркви та сиром	100	4,9/ 4,17	0,98/ 8,51	5,29/5,41	37/114,89	120	5,88/5	1,17/ 10,12	6,35/6,49	44/ 137,86	120	5,88/5	1,17/ 10,12	6,35/6,49	44/137,86
Р/ Р, Я	7.16/7.9 (97)	Риба запечена з овочами/ рибні січеники з цибулевим соусом	80 (60 - нетто риби)/ 60-15	9,62/ 19,96/ 0,16	1,33/ 31,09/ 0,61	1,86/ 2,73/ 6,7	57/ 61/ 33,01	120 (90- нетто риби)/ 90-20	14,435/ 14,94/ 0,21	2/ 1,63/ 0,82	2,79/ 4,09/ 8,94	86/ 91/ 44,01	160 (120 - нетто риби)/ 120-20	19,24/ 19,92/ 0,21	2,67/ 2,17/ 0,82	3,72/ 5,45/8,94	115/ 121/44,01
ЗП,Г/ ЗП,Г	290/ 290	Каша гречана / каша рисова (розсипчаста)	120	6,12/ 2,88	5,04/ 3,72	31,56/ 30,96	199/ 169	150	7,7/ 3,7	6,3/ 4,6	39,4/ 38,7	249/ 212	150	7,7/ 3,7	6,3/ 4,6	39,4/ 38,7	249/ 212
		Сік в асортименті	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2	200	2,2	0,2	20	91,2
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
Харчова цінність (орієнтовно):		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				26,97	24,59	82,535	450,745		30,3475	12,03	102,31	643,43		35,24	12,635	103,505	672,93
		або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
				28,07	24,29	93,935	494,745		31,4475	11,73	113,71	687,43		36,34	12,335	114,905	716,93
		або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
				27,37	24,19	82,235	448,745		30,7475	11,63	102,01	641,43		35,64	12,235	103,205	670,93
		або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
				26,97	24,49	82,235	447,745		30,3475	11,93	102,01	640,43		35,24	12,535	103,205	669,93

ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ

П'ятниця

Алергени	№ технологічної картки	Назва страви	Вихід страви, г	6-11 років				Вихід страви, г	11-14 років				Вихід страви, г	14-18 років			
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи , г	Енергоці нність		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоці нність
-/К	1.27/ 1.2	Салат з капусти та моркви/ Асорті овочево	100	1,59/ 2,19	3,11/ 5,99	6,56/ 6,44	56/ 85	120	1,9/ 2,62	3,73/ 7,18	7,87/ 7,7	67,2/ 102	120	1,9/ 2,62	3,73/ 7,18	7,87/ 7,7	67,2/ 102
ЗП, Я, Г	8.86	Картопляні зрази з м'ясом	70	4,66	4,74	14,31	119	140	9,31	9,48	28,62	239	210	13,97	14,23	42,93	358
Я, МП, ЗП, Л, Г/Я, МП, Л, Г	6.3/ 6.1	Запіканка сирна з ягідним кюлі/вареники лінійні	100/25	14,40/ 15,63	8,99/ 11,29	14,87/ 17,96	201/ 241	100/25	14,40/ 15,63	8,99/ 11,29	14,87/ 17,96	201/ 241	100/25	14,40/ 15,63	8,99/ 11,29	14,87/ 17,96	201/ 241
	13.11/13.8	Узвар із суміші сухофруктів/ компот з ягід або фруктів	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44	200	0,64/ 0,58	0/0,20	15,34/ 10,06	62/44
Г		Хліб цільнозерновий	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8	30	1,83	0,36	12,51	61,8
		Фрукти сезонні в асортименті															
		або яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
				30,96	19,425	85,07	696,3		41,68	12,35	114,895	878,3		46,34	32,1	129,205	997,3

Харчова цінність (оріситовно):	або банан свіжий	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89	100	1,5	0,1	21,8	89
			32,06	19,125	96,47	740,3		42,78	27,05	126,295	922,3		47,44	31,8	140,605	1041,3
	або сливи свіжі	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43	100	0,8	0	10,1	43
			31,36	19,025	84,77	694,3		42,08	26,95	114,595	876,3		46,74	31,7	128,905	995,3
	або груша свіжа	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42	100	0,4	0,3	10,1	42
			30,96	19,325	84,77	693,3		41,68	27,25	114,595	875,3		46,34	32	128,905	994,3

1. Євген Клопотенко «Збірник рецептур страв для харчування дітей в закладах освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та закладах соціального захисту», Київ, 2024. – 882 с.
2. Збірник рецептур страв (технологічних карт) для харчування школярів, «Техніка», 1990
3. Євген Клопотенко Технологічні карти страв та виробів для харчування дітей віком від 6 до 18 років у закладах освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та дитячих закладах сфери соціального захисту, 2021 р.
4. Снігур М.И., Корешкова З.Т. Харчування дітей.- К.: Рад.шк., 1988. – 702с.
5. Євген Клопотенко «Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах» Львів Литопис, 2019