

ПОГОДЖУЮ

Заступник начальника Управління –
начальник відділу Державного нагляду за
дотриманням санітарного законодавства
Броварського районного управління ГУ
Держпродспоживслужби
у Київській області

О.В. ВАКАРЧУК

«27» _____ 2025 року



ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Броварського ліцею № 11
Броварської міської ради
Броварського району
Київської області

І.О. ТКАЧУК

« _____ » _____ 2025 року



**ПЕРСПЕКТИВНЕ
ЧОТИРЬОХТИЖНЕВЕ ДАБЛМЕНЮ
ХАРЧУВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ 1-4 КЛАСІВ
БРОВАРСЬКОГО ЛІЦЕЮ № 11 БРОВАРСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ
БРОВАРСЬКОГО РАЙОНУ КИЇВСЬКОЇ ОБЛАСТІ
НА ОСІННІЙ ПЕРІОД**

м. Бровари

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
	Алергени	1-й тиждень		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		<u>Понеділок</u>	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 10,54	ЗП	Булгур	120	5,2	3,56	36,48	202,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 9.11	МП, Г	Гуляш з філе індика/курки тушкований в соусі з кмином	70	15,20	3,50	2,20	110,00
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	120	3,97	4,5	28,46	162,00
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	50	0,50	0,00	8,50	36,00
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
		Всього		26,67	14,46	88,53	592,37
		<u>Сніданок</u>					
Організація хачування 1990, ст. 133	МП, Г	Гратен "Зебра" (запіканка сирна з какао) зі сметаною	170	20,75	19,30	24,23	349,66
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 13.1	МП, Л	Какао на молоці	200	6,12	5,34	10,12	112,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	50	0,50	0,00	8,50	36,00
		Всього:		6,62	5,34	18,62	148,00
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Організація хачування 2014, ст. 509	Г, Я	Булка здобна	100	8,51	7,58	50,57	294,42
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти банан	50	0,75	0,10	10,90	47,50
		Всього		9,26	7,68	61,47	341,92
		Всього день		18,52	15,36	122,94	
Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		1-й тиждень		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		<u>Вівторок</u>	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
		<u>Сніданок</u>					
1	ЗП	Кус-кус розсипчатий	120	7,54	2,02	42,60	235,00
Збірник рецептур 2021 № 245	Г,Я	Биточок рублений з індошатини/курятини паровий	70	13,14	2,72	14,05	184,43
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Збірник рецептур2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептур 2024, № 12,1		Фрукти груша	100	0,40	0,30	11,00	42,00
		Всього		23,28	6,72	81,00	535,35
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептур 2021 №291, ст. 453	Г	Макарони відварені	120	3,70	3,30	23,70	140,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 5,1	Я, МП	Омлет	60	7,02	6,28	3,9	108
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти банан	100	1,50	0,20	21,80	95,00
		Всього:		14,42	11,46	62,75	416,92
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Збірник рецептур 2020, ст 14-16, №2	Г, Т, МП	Бургер м'ясний з соусом "Кетчуп"	120/20	15,63	9,55	36,31	293,72
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	200	2,00	0,00	20,00	82,00
		Всього		17,63	9,55	56,31	375,72
							792,64
		Всього день		35,26	19,10	112,62	911,07

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
Інститут громадського здоров'я		1-й тиждень		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		<u>Середа</u>	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Видання 2021,ст. 146, № 93	МП	Картопляне пюре	120	2,60	1,90	19,40	106,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 9.28	Г	Палички курячі	70	23,51	3,75	11,97	201,00
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 13.1	МП, Л	Какао на молоці	200	6,12	5,34	10,12	112,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
Всього				36,33	14,12	73,80	589,05
		<u>Сніданок</u>					
Організація хачування 2014, ст.433	Г, МП, Я	Оладки зі сметаною (повидлом)	140	9,18	10,73	72,42	409,27
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
Всього:				10,18	10,73	92,41	492,64
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Організація хачування 2014, ст. 435	Г, МП	Пиріжок з сиром	120	14,90	18,43	41,00	381,12
Всього				14,90	18,43	41,00	381,12
							873,76
Всього день				29,80	36,86	82,00	970,17
Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
Інститут громадського здоров'я		1-й тиждень		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		<u>Четвер</u>	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.2	ЗП	Рис розсипчастий	120	2,98	2,64	30,22	160,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 7,10	Р, Г	Рибні нагетси	70	11,45	3,02	18,59	116,99
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти банан	100	1,50	0,20	21,80	95,00
Всього				18,13	7,54	83,96	445,91
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.2	ЗП	Кус-кус розсипчастий	120	7,54	2,02	42,60	235,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.2	Г, Я	Курячий шніцель	90	16,84	8,87	14,53	191,57
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептур Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти банан	100	1,50	0,20	21,80	95,00
Всього:				28,98	14,22	97,23	630,99
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Організація хачування 2014, ст. 435	Г, Я	Пиріжок з повидлом	115	7,34	6,94	45,77	258,85
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	200	1,48	0,00	29,00	118,00
Всього				8,82	6,94	74,77	376,85
							1007,84
Всього день				17,64	13,88	149,54	822,76

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
Інститут громадського здоров'я		1-й тиждень		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		<u>П'ятниця</u>	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 26,01	МП, Г, Я	Вареники ліниві зі сметаною	150	20,67	13,07	30,66	399,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 13,14	МП	Йогурт	125	3,47	3,20	0,84	92,35
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти яблуко	100	0,40	0,40	12,32	54,57
		Всього		24,54	16,67	43,82	545,92
		<u>Сніданок</u>					
Організація хачування 2021, ст. 406, № 253	ЗП	Рис "Паєлья" з курячим м'ясом	180	11,85	9,08	37,74	279,78
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти яблуко	100	0,40	0,40	12,32	54,57
		Всього:		15,35	12,61	68,36	443,77
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Промислове виробництво, Збірник рецептур тех.кар.245	Г, МП	Котлета в тісті	100	19,05	12,90	21,26	273,10
		Всього		19,05	12,90	21,26	273,10
							716,87
		Всього день		38,10	25,80	42,52	819,02

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
	Алергени	<u>Понеділок</u>		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		2-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Організація хачування 2014, ст. 506	Г, МП	Макарони відварені з твердим сиром	122	6,47	4,59	27,57	179,97
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 9.28	Г	Палички курячі	70	23,51	3,75	11,97	201,00
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	120	3,97	4,5	28,46	162,00
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
		Всього		30,28	11,15	70,32	517,37
		<u>Сніданок</u>					
Організація хачування 2014, ст.413	МП, Г, Я	Львівський сирник зі сметаною	165	20,44	19,21	25,35	357,73
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
		Всього:	365/15	21,44	19,21	45,34	441,10
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Організація хачування 2014, ст. 435	Г, Я	Пиріжок з повидлом	115	7,34	6,94	45,77	258,85
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
		Всього		8,34	3,04	62,77	330,85
							771,95
		Всього день		16,68	9,98	125,54	848,22
Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
Інститут громадського здоров'я		<u>Вівторок</u>		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		2-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 10.6	ЗП, МП	Каша гречана	120	6,2	3,78	30,12	165,86
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 9.1	Г, МП, Я	Котлета по-міланськи з сиром	80	20,32	11,10	20,82	253,32
Інститут громадського здоров'я № 1.36		Салат з буряка та аром. олією	80	1,24	2,55	7,38	55,40
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Напій з шипшини	200	5,60	0,00	24,00	113,60
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти слива	100	0,50	0,30	10,00	48,00
		Всього		35,66	20,63	102,22	707,18
		<u>Сніданок</u>					
Організація хачування 2021, ст.587, № 403	Г, МП, Я	Млинці зі сметаною (повидлом)	160	1,04	10,57	42,30	313,04
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Напій з шипшини	200	5,60	0,00	24,00	113,60
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти слива	100	0,50	0,30	10,00	48,00
		Всього:		7,14	10,87	76,30	474,64
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Збірник рецептів Клопотенка 2024	Г, Т, МП	Піца шкільна	100	19,49	19,45	41,10	411,07
Збірник рецептів 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	200	1,48	0,00	29,00	118,00
		Всього		20,97	19,45	70,10	529,07
							1003,71
		Всього день		41,94	38,90	140,20	1236,25

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Середа		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		2-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Видання 2020, ст. 104, №44		Картопля запечена з паприкою	120	2,47	6,49	20,16	148,96
Збірник рецептур 2021 № 254, ст. 407		Курка з паприкою (шашлик)	50	15,06	4,93	1,16	109,25
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 13.1	МП, Л	Какао на молоці	200	6,12	5,34	10,12	112,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, №12,1		Фрукти банан	100	1,50	0,20	21,80	95,00
Всього				28,25	20,09	68,55	563,26
		<u>Сніданок</u>					
Організація хачування 1990, ст. 133	МП, Г	Гратен "Зебра" (запіканка сирна з какао) зі сметаною	170	20,75	19,30	24,23	349,66
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти банан	100	1,50	0,20	21,80	95,00
Всього:				22,25	19,50	49,02	456,03
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Організація хачування 2014, ст. 509	Г, Я	Булка здобна	100	8,51	7,58	50,57	294,42
Всього				8,51	7,58	50,57	294,42
							750,45
Всього день				17,02	15,16	101,14	857,68
Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		<u>Четвер</u>		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		2-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.2	ЗП	Кускус розсипчастий	120	7,54	2,02	42,60	235,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 7.10	Р, Г	Рибні нагетси	70	11,45	3,02	18,59	116,99
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.38	МП	Бурак тушкований в сметанному соусі	80	1,41	1,99	7,24	49,60
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	1,05	1,20	4,80	35,50
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
Всього			585	22,45	8,23	93,22	520,46
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептур, Видання 2021, ст. 420, № 262	ЗП	Рис розсипчастий	120	3,00	3,70	31,40	171,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 9.28	Г	Палички курячі	70	23,51	3,75	11,97	201,00
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	1,05	1,20	4,80	35,50
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.38	МП	Бурак тушкований в сметанному соусі	80	1,41	1,99	7,24	49,60
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
Всього:				29,97	10,64	75,40	540,47
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
	Г, Т	Лаваш рол з куркою	140	16,24	15,98	25,62	312,09
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	200	1,48	0,00	29,00	118,00
Всього				17,72	15,98	54,62	430,09
							970,56
Всього день				35,44	31,96	109,24	950,55

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		<u>П'ятниця</u>					
		2-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 6,10	МП, Г,Я	Сирники зі сметаною та родзинками	180	25,35	35,29	20,08	368,10
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 13,14	МП	Йогурт	125	3,47	3,20	0,84	92,35
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти груша	100	0,40	0,30	11,00	42,00
		Всього		29,22	38,79	31,92	502,45
		<u>Сніданок</u>					
Організація хачування 2014, ст. 506	Г, МП	Макарони відварені з твердим сиром	122	6,47	4,59	27,57	179,97
Збірник рецептур 2021 № 245	Г,Я	Биточок рублений з індюшати/курятини	70	13,14	2,72	14,05	184,43
Промислове виробництво		Кукурудзка пропарена з маслом	120	3,97	4,5	28,46	162,00
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти груша	100	0,40	0,30	11,00	42,00
		Всього:		25,78	15,01	93,97	650,77
		<u>Підвечірок</u>					
		Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315	
Організація хачування 2014, ст. 435	Г, МП	Пиріжок з сиром	120	14,90	18,43	41,00	381,12
		Всього		14,90	18,43	41,00	381,12
							1031,89
		Всього день		29,80	36,86	82,00	883,57

Збірник рецептур, № розкладки	Алергени	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		<u>Понеділок</u>		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		3-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 10,54	ЗП	Булгур	120	5,2	3,56	36,48	202,00
Збірник рецептур 2021, ст. 408, № 255	Г	Нагетси курячі	80	18,66	2,11	19,76	172,64
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	120	3,97	4,5	28,46	162,00
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Збірн. рецептур Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
		Всього		30,63	13,07	114,59	691,01
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 26,01	МП, Г, Я	Вареники ліниві зі сметаною	200	27,57	17,42	30,66	399,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
		Всього:		1,00	0,00	19,99	83,37
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Організація хачування 2014, ст. 509	Г, Я	Булка здобна	100	8,51	7,58	50,57	294,42
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти банан	100	1,50	0,20	21,80	95,00
		Всього		10,01	7,78	72,37	389,42
							472,79
		Всього день		20,02	15,56	144,74	1080,43
		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		<u>Вівторок</u>		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		3-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 10.6	ЗП, МП	Каша гречана	120	6,2	3,78	30,12	165,86
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 5,1	Я, МП	Омлет	60	7,02	6,28	3,9	108
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.38	МП	Буряк тушкований в сметанному соусі	80	1,41	1,99	7,24	49,60
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	1,05	1,20	4,80	35,50
Видання 2021, ст. 560, № 380		Узвар	200	0,88	0,00	18,00	75,40
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти груша	100	0,40	0,30	11,00	42,00
		Всього		16,96	13,55	75,06	476,36
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.2	ЗП	Кускус розсипчатий	120	7,54	2,02	42,60	235,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 9,45	Г, Я	Мітбол з птиці	75	17,23	1,20	4,75	99,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.38	МП	Буряк тушкований в сметанному соусі	80	1,41	1,99	7,24	49,60
Збірник рецептур. 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	1,05	1,20	4,80	35,50
Видання 2021, ст. 560, № 380		Узвар	200	0,88	0,00	18,00	75,40
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти груша	100	0,40	0,30	11,00	42,00
		Всього:		28,51	6,71	88,39	536,50
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Збірник рецептур 2020, ст 14-16, №2	Г, Т, МП	Бургер м'ясний з соусом "Кетчуп"	120/20	15,63	9,55	36,31	293,72
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	200	2,00	0,00	20,00	82,00
		Всього		17,63	9,55	56,31	375,72
							912,22
		Всього день		35,26	19,10	112,62	852,08

		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Середа		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		3-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		Сніданок					
Видання 2020, ст. 104, №44		Картопля запечена з паприкою	120	2,47	6,49	20,16	148,96
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 9.28	Г	Палички курячі	70	23,51	3,75	11,97	201,00
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	120	3,97	4,5	28,46	162,00
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 13.1	МП, Л	Какао на молоці	200	6,12	5,34	10,12	112,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти слива	100	0,50	0,30	10,00	48,00
		Всього		38,37	23,28	90,61	742,96
		Сніданок					
Організація хачування 2014, ст.433	Г, МП, Я	Оладки зі сметаною (повидлом)	160	10,49	12,26	82,76	467,73
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти слива	100	0,50	0,30	10,00	48,00
		Всього		10,99	12,56	95,75	527,10
		Підвечірок					
		Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315	
Організація хачування . 2014, ст. 435	Г, МП	Пиріжок з сиром	120	14,90	18,43	41,00	381,12
		Всього		14,90	18,43	41,00	381,12
							908,22
		Всього день		29,80	36,86	82,00	1124,08
		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Четвер		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		3-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		Сніданок					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.2	ЗП	Рис розсипчастий	120	2,98	2,64	30,22	160,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 7,10	Р, Г	Рибні нагетси	70	11,45	3,02	18,59	116,99
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти банан	100	1,50	0,20	21,80	95,00
		Всього		19,03	8,99	88,91	481,41
		Сніданок					
Організація хачування 2014, ст. 506	Г, МП	Макарони відварені з твердим сиром	122	6,47	4,59	27,57	179,97
Збірник рецептів 2021, ст. 411, № 257	Г, Я	Курячий шніцель	70	15,42	17,29	10,96	149,00
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Збірник рецептів 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти банан	100	1,50	0,20	21,80	95,00
		Всього:		26,49	25,21	78,63	533,39
		Підвечірок					
		Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315	
Збірник рецептів Клопотенка 2024	Г, Т, МП	Піца шкільна	100	19,49	19,45	41,10	411,07
Збірник рецептів 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	200	2,00	0,00	20,00	82,00
		Всього		21,49	19,45	61,10	493,07
							1026,46
		Всього день		42,98	38,90	122,20	974,48

		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		П'ятниця		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		3-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 6,10	МП, Г,Я	Сириники зі сметаною та родзинками	180	25,35	35,29	20,08	368,10
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 13,14	МП	Йогурт	125	3,47	3,20	0,84	92,35
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти яблуко	100	0,40	0,40	12,32	54,57
Всього				29,22	38,89	33,24	515,02
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.2	ЗП	Кус-кус розсипчатий	120	7,54	2,02	42,60	235,00
Збірник рецептур 2021 № 245	Г,Я	Биточок рублений з індюшати/курятини паровий	70	13,14	2,72	14,05	184,43
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	120	3,97	4,5	28,46	162,00
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти яблуко	100	0,40	0,40	12,32	54,57
Всього:				26,85	12,54	110,32	488,13
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Організація хачування 2014, ст. 435	Г, Я	Пиріжок з повидлом	115	7,34	6,94	45,77	258,85
Всього				7,34	6,94	45,77	258,85
							746,98
Всього день				14,68	13,88	91,54	773,87

Збірник рецептур, № розкладки	Алергени	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Понеділок		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		4-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.2	ЗП	Рис розсипчастий	120	2,98	2,64	30,22	160,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 9.28	Г	Палички курячі	70	23,51	3,75	11,97	201,00
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	120	3,97	4,5	28,46	162,00
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021, №14,1		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
		Всього		33,26	13,79	100,54	677,37
		<u>Сніданок</u>					
Організація хачування 2014, ст.413	МП, Г, Я	Львівський сирник зі сметаною	165	20,44	19,21	25,35	357,73
Збірник рецептур 2021, №14,1		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
		Всього:		21,44	19,56	45,34	441,10
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Організація хачування 2014, ст. 435	Г, Я	Пиріжок з повидлом	115	7,34	6,94	45,77	258,85
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
		Всього		7,70	6,00	62,77	330,85
							771,95
		Всього день		16,04	12,94	125,54	1008,22
Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Вівторок		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		4-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Видання 2021,ст. 146, № 93	МП	Картопляне пюре	120	2,60	1,90	19,40	106,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 7,10	Р, Г	Рибні нагетси	70	11,45	3,02	18,59	116,99
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	1,05	1,20	4,80	35,50
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	3,37	4,27	0,70	52,05
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Напій з шипшини	200	5,60	0,00	24,00	113,60
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
		Всього		26,37	10,62	89,90	523,19
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.2	ЗП	Кус-кус розсипчастий	120	7,54	2,02	42,60	235,00
Збірник рецептур 2021, ст. 408, № 255	Г	Нагетси курячі	80	18,66	2,11	19,76	142,54
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	1,05	1,20	4,80	35,50
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	1,05	1,20	4,80	35,50
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Напій з шипшини	200	5,60	0,00	24,00	113,60
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти виноград	100	1,00	0,00	17,00	72,00
		Всього:	630	36,20	6,76	118,37	661,19
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
	Г, Т	Лаваш рол з куркою	140	16,24	15,98	25,62	312,09
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	200	1,48	0,00	29,00	118,00
		Всього		17,72	15,98	54,62	430,09
							1018,16
		Всього день		35,44	31,96	109,24	953,28

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Середа		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		4-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Організація хачування 2021, ст. 406, № 253	ЗП	Рис "Паселя" з курячим м'ясом	180	11,85	9,08	37,74	279,78
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 1.2	МП, Л	Какао на молоці	200	6,12	5,34	10,12	112,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти яблуко	100	0,40	0,40	12,32	54,57
		Всього		21,47	17,95	75,49	544,40
		<u>Сніданок</u>					
Організація хачування 2021, ст.587, № 403	Г, МП, Я	Млинці зі сметаною (повидлом)	160	1,04	10,57	42,30	313,04
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти яблуко	100	0,40	0,40	12,32	54,57
		Всього:		1,44	10,97	57,61	378,98
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Організація хачування 2014, ст. 435	Г, МП	Пиріжок з сиром	120	14,90	18,43	41,00	381,12
		Всього		14,90	18,43	41,00	381,12
							760,10
		Всього день		29,80	36,86	82,00	925,52
Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Четвер		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		4-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептур 2021 №291, ст. 453	Г	Макарони відварені з твердим сиром	120	3,70	3,30	23,70	140,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 5,1	Я, МП	Омлет	60	7,02	6,28	3,9	108
Організація хачування 2014, с. 466		Овочі свіжі	100	1,3	0,23	5,41	27,05
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти банан	100	1,50	0,20	21,80	95,00
		Всього		14,42	11,46	62,75	416,92
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 6,10	МП, Г,Я	Сирники зі сметаною та родзинками	180	25,35	35,29	20,08	368,10
Організація хачування 2014, с. 512		Чай	200	0,00	0,00	2,99	11,37
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти банан	100	1,50	0,20	21,80	95,00
		Всього:		26,85	35,49	44,87	474,47
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Промислове виробництво, Збірник рецептур. тех.кар.245	Г, МП	Котлета в тісті	100	19,05	12,90	21,26	273,10
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	200	2,00	0,00	20,00	82,00
		Всього		21,05	12,90	41,26	355,10
							829,57
		Всього день		42,10	25,80	82,52	772,02

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		П'ятниця					
		4-й тиждень	Вихід, г	18-21	17-21	73-88	525-630
1		2	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 26,01	МП, Г, Я	Вареники ліниві зі сметаною	200	27,57	17,42	30,66	399,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 13,14	МП	Йогурт	125	3,47	3,20	0,84	92,35
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти груша	100	0,40	0,30	11,00	42,00
		Всього:	325	31,44	20,92	42,50	533,35
		<u>Сніданок</u>					
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 10,54	ЗП	Булгур	120	5,2	3,56	36,48	202,00
Збірник рецептур 2021, ст. 411, № 257	Г, Я	Курячий шніцель	70	15,42	17,29	10,96	149,00
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	120	3,97	4,5	28,46	162,00
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Напій з шипшини	200	5,60	0,00	24,00	113,60
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 12,1		Фрукти груша	100	0,40	0,30	11,00	42,00
		Всього:		32,39	28,55	120,80	739,60
		<u>Підвечірок</u>					
			Вихід, г	9-11	9-11	37-44	263-315
Організація хачування 2014, ст. 509	Г, Я	Булка здобна	100	8,51	7,58	50,57	294,42
		Всього:		8,51	7,58	50,57	294,42
							1034,02
		Всього день:		17,02	15,16	101,14	827,77

Використано рекомендовану літературу

1. «Інститут громадського здоров'я ім. О.М. Марзєєва НАМІ України».
2. Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах 2014 р.
3. Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку організованих освітніх та оздоровлюючих закладах Євген Клопотенко 2019 р, 2020 р., 2024 р.
4. Збірник рецептур страв, кулінарних виробів та напоїв (технологічні карт) для харчування дітей шкільного віку організованих освітніх Київ 2021 р.