

ПОГОДЖУЮ

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

О.В. ВАКАРЧУК

«» 2025 року

ЗАТВЕРДЖУЮ

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

І.О. ТКАЧУК

«» 2025 року

**ПЕРСПЕКТИВНЕ
ЧОТИРЬОХТИЖНЕВЕ МЕНЮ
ХАРЧУВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ
ЦЕНТРУ РОЗВИТКУ ДИТИНИ
БРОВАРСЬКОГО ЛІЦЕЮ № 11 БРОВАРСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ
БРОВАРСЬКОГО РАЙОНУ КИЇВСЬКОЇ ОБЛАСТІ
НА ОСІННІЙ ПЕРІОД**

м. Бровари

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
	Алергени	1-й тиждень		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		<u>Понеділок</u>	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Інститут громадського .здоров'я № 8.25	ЗП	Булгур	80	3,38	2,61	23,1	124,24	100	4,23	3,27	28,87	155,30
	МП, Г	Гуляш з філе індика/курятини тушкований в соусі з кмином	50	10,85	2,50	1,57	78,57	50	10,85	2,50	1,57	78,57
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	90	2,98	3,37	21,34	105,33	120	3,97	4,49	28,45	140,44
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Збірник рецептів Клопотенка 2024,№ 10.6		Фрукти слива	75	0,60	0,00	7,57	32,00	100	0,80	0,00	10,10	43,00
Всього				19,61	11,38	65,72	419,66		21,95	12,66	81,58	498,54
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірник рецептур 2014 ст. 380	ЗП	Суп рисовий	200	1,94	2,08	19,00	82,10	200	1,94	2,08	19,00	82,10
Інститут громадського здоров'я2014, № 08.01.	ЗП	Каша гречана	80	2,73	2,06	16,06	88,46	100	3,41	2,58	20,08	110,58
Збірник рецептур 1990, № 286	Г, Я	Котлета рублена з курятини/індюшатини з сиром	45	7,13	8,06	4,97	121,02	70	9,51	10,75	6,63	161,36
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Асорті овочеве	90	1,12	0,27	6,41	29,86	120	1,5	0,37	8,55	37,41
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	6,00	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021 №316, ст. 481		Сік фруктовий	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Збірник рецептів Клопотенка 2024,№ 10.6		Фрукти слива	30	0,12	0,05	3,54	15,72	30	0,12	0,12	3,12	13,50
Всього				14,93	18,61	64,46	426,81		18,69	18,41	72,78	498,33
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Організація харчування, 2014, ст.433	Г, МП, Я	Оладки зі сметаною (повидлом)	90	5,90	6,90	46,55	263,10	120	7,87	9,20	62,07	350,80
Організація харчуванн,. 2014, ст. 503	З, МП	Каша молочна вівсяна	80	2,78	3,54	8,25	74,88	100	3,47	4,42	10,31	93,60
Організація харчування, 2014, с. 496	Я	Яйце варене	20	2,54	2,3	0,14	31,40	40	5,08	4,6	0,28	62,80
Організація харчування, 2014, ст. 514	МП	Сік фруктовий	120	3,85	3,29	8,00	75,73	180	5,77	4,93	11,99	113,59
Всього				15,07	16,03	62,94	445,11		22,19	23,15	84,65	620,79
Всього день				45,07	50,67	190,34	1291,58		62,83	54,22	239,01	1617,66

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
Збірник рецептур Клопотенка 2024, № 10.6		1-й тиждень		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		Вівторок	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		Сніданок										
Інститут громадського здоров'я № 8,15	ЗП	Кус-кус розсипчатий	80	3,12	1,76	17,60	104,05	100	3,90	2,20	22,00	130,07
Збірник рецептур 1990, № 286	Г,Я	Биточок рублений з індюшатини/курятини паровий	60	11,02	2,33	5,14	87,82	60	11,02	2,33	5,14	87,82
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	3,37	4,27	0,70	52,05	15	3,37	4,27	0,70	52,05
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	90	1,17	0,19	4,86	24,33	120	1,56	0,26	6,48	32,44
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Збірник рецептів Клопотенка 2024,№ 10.6		Фрукти слива	50	0,40	0,00	5,05	21,50	80	0,64	0,00	8,08	34,40
				20,88	11,45	45,49	369,27		22,59	11,46	54,99	418,01
		Обід										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Організація харчування 2014, с. 373		Суп вермішельний з фрикадельками	200	7,75	7,81	13,84	159,38	200	7,75	7,81	13,84	159,38
Збірник рецептур 2020, ст. 419, № 261	З	Рис розсипчастий	80	2,46	2,22	15,53	107,50	100	3,08	2,78	19,41	111,90
Інститут громадського здоров'я № 6.06	Р, Г	Рибні стіки	70	10,8	1,9	15,2	112,2	70	10,8	1,9	15,2	112,2
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Асорті овочеве	90	1,12	0,27	6,41	29,86	120	1,5	0,37	8,55	37,41
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1		Узвар	150	0,66	0,00	13,50	56,55	180	0,79	0,00	16,20	67,86
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти слива	50	0,40	0,00	5,05	21,50	80	0,64	0,00	8,08	34,40
Всього				24,99	15,10	79,43	557,99		26,66	15,26	91,18	594,15
		Вечеря										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірник рецептур страв 2021, № 93	МП	Картопляне пюре	114	2,43	1,82	18,47	100,32	114	2,43	1,82	18,47	100,32
Збірник рецептур 2021, ст. 408, № 255	Г	Нагетси курячі	50	11,66	1,32	12,35	107,90	50	11,66	1,32	12,35	107,90
Організація харчування 2014, с. 466		Салат з помідорів та огірків	50	0,28	1,61	1,1	21,46	80	0,46	2,58	1,76	34,34
Збірник рецептур страв2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	120	1,20	0,00	12,00	49,20	180	1,80	0,00	18,00	73,80
Організація харчування 2014, с. 496	Я	Яйце варене	20	2,54	2,3	0,14	31,40	40	5,08	4,6	0,28	62,80
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти груша	50	0,20	0,15	5,05	21,00	60	0,24	0,18	6,06	25,20
Всього				19,21	8,65	54,06	366,78		22,57	11,95	61,87	439,86
Всього день				38,42	17,30	55,72	1294,04		71,82	38,67	208,04	1452,02

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		1-й тиждень		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		<u>Середа</u>	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Збірник рецептур страв 2021, № 93	МП	Картопляне пюре	114	2,43	1,82	18,47	100,32	114	2,43	1,82	18,47	100,32
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	3,37	4,27	0,70	52,05	15	3,37	4,27	0,70	52,05
Збірник рецептур 2020, ст.136	Г	Палички курячі	45	15,11	2,41	7,69	113,06	60	20,15	3,21	10,26	150,75
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0,65	0,11	2,7	13,52	80	1,04	0,18	4,33	21,64
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Інститут гром.здоров'я № 11.06		Напій з шипшини	150	4,20	0,00	18,00	85,20	180	5,04	0,00	21,60	102,24
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти яблуко	80	0,32	0,32	8,32	36,00	80	0,32	0,32	8,32	36,00
Всього				26,98	10,38	60,83	435,65		33,25	11,25	68,63	498,50
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Організація харчування 2014, с. 360	МП	Борщ буряковий зі сметаною	150	1,36	2,06	9,95	61,90	200	1,82	2,75	13,27	82,54
Збірник рецептур 2021 №291, ст. 453	Г	Макарони відварені	80	2,64	2,20	15,80	93,34	100	3,08	2,75	19,75	116,67
Збірник рецептур страв 2021, № 235	Г, Я	Січеники з телятини	60	12,04	8,73	5,37	149,00	60	12,04	8,73	5,37	149,00
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1		Салат з огірків та помідорів	80	1	0,25	5,7	26,54	80	1	0,25	5,7	26,54
Збірник рецептур страв2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021 №316, ст. 481		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти виноград	50	0,30	0,10	7,80	33,00	50	0,30	0,10	7,80	33,00
Всього				19,23	16,33	59,10	453,43		20,45	17,09	67,29	501,13
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Інститут громадського здоров'я № 8,15	ЗП	Кус-кус розсипчатий	80	3,12	1,76	17,60	104,05	100	3,90	2,20	22,00	130,07
Організація харчування 2014, с. 466	Г, Я	Оладки курячі	50	8,11	3,62	3,75	81,47	70	11,35	5,06	5,25	114,05
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0,65	0,11	2,7	13,52	80	1,04	0,18	4,33	21,64
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	150	1,50	0,00	15,00	61,50	180	1,80	0,00	18,00	73,80
Організація харчування 2014, ст. 435	Г, Я	Пиріжок з сиром	60	7,45	9,24	20,50	135,05	60	3,83	3,62	23,88	135,05
Всього				21,73	16,18	64,50	431,09		22,82	12,51	78,41	510,11
Всього день				62,69	48,69	188,10	1320,17		76,52	40,85	214,33	1509,74

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		1-й тиждень		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		Четвер	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		Сніданок										
Збірник рецептур 2020, ст. 419, № 261	З	Рис розсипчастий	80	2,46	2,22	15,53	107,50	100	3,08	2,78	19,41	111,90
Інститут громадського здоров'я № 6.01	Р, Г	Рибні нагетси	70	11,3	2,2	14,5	113,8	70	11,3	2,2	14,5	113,8
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	3,37	4,27	0,70	52,05	15	3,37	4,27	0,70	52,05
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0,65	0,11	2,7	13,52	80	1,04	0,18	4,33	21,64
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Збірник рецептів Клопотенка 2024, №10.6		Фрукти виноград	70	1,05	0,14	15,96	66,50	70	1,05	0,14	15,96	66,50
Всього				19,73	10,39	56,58	397,39		20,74	11,02	62,54	411,62
		Обід										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Інститут громадського здоров'я. № 2.11	Г, ЗП	Суп гороховий з грінками	150	3,30	3,30	11,52	97,08	200	4,40	4,40	15,36	129,44
Інститут громадського здоров'я 2014, № 08.01.	ЗП	Каша гречана	100	3,41	2,58	20,08	110,58	100	3,41	2,58	20,08	110,58
Збірник рецептур 2021, с. 377, № 235	Г,МП,Л	Котлета рублена зі свинини	50	5,36	4,32	6,99	110,00	60	6,42	5,17	8,39	132,00
Інститут громадськог здоров'я № 1.36		Салат з буряка та аром. олією	80	1,24	2,55	7,38	55,40	80	1,24	2,55	7,38	55,40
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021 №316, ст. 481		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Всього				15,20	15,74	60,45	462,71		17,68	17,21	66,61	520,80
		Вечеря										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірник рецептур 2021, ст.291,№183	МП, Г	Вареники лінівi зі сметаною	150	20,18	13,50	19,20	258,67	170	22,87	15,30	21,76	310,40
Організація харчування ст. 514	МП	Какао на молоці	120	3,85	3,29	8,00	75,73	180	5,77	4,93	11,99	113,59
Всього				24,03	16,79	27,20	334,40		28,64	20,23	33,75	423,99
Всього день				63,26	49,32	114,85	1194,50		67,06	48,46	162,90	1356,41

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		1-й тиждень		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		<u>П'ятниця</u>	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Організація харчування 2021, № 253	ЗП	Рис "Паєлья" з курячим м'ясом	120	7,89	6,05	25,16	186,52	160	10,53	8,07	33,55	248,70
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	90	1,17	0,19	4,86	24,33	120	1,56	0,26	6,48	32,44
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	3,37	4,27	0,70	52,05	15	3,37	4,27	0,70	52,05
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Збірник рецептів Клопотенка 2024, №10.6		Фрукти слива	50	0,40	0,00	5,05	22,00	50	0,40	0,00	5,05	22,00
Всього				14,63	13,41	47,91	364,42		17,96	15,00	58,37	436,42
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірник рецептур страв 2021 ст. 82, №52	МП	Борщ український зі сметаною	150	1,38	3,12	8,40	68,40	200	1,84	4,16	11,20	91,20
Збірник рецептур 2020, ст. 104, №44		Картопля запечена з паприкою	80	3,15	2,87	15,81	99,79	110	4,33	3,95	21,74	137,21
Інститут громадського здоров'я. № 4.06	Г, МП, Я	Котлета по-міланськи з сиром	45	4,17	4,96	10,68	199,65	60	5,56	6,64	14,24	246,20
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Салат з капусти,огірків та кропу	90	1,28	1,79	4,35	35,34	120	1,71	2,38	5,8	47,12
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур страв 2021 № 380		Узвар	150	0,66	0,00	13,50	56,55	180	0,79	0,00	16,20	67,86
Збірник рецептів Клопотенка 2024, №10.6		Фрукти слива	50	0,40	0,00	5,05	22,00	80	0,64	0,00	8,00	34,40
Всього				12,84	15,64	67,69	552,73		16,97	19,53	87,08	694,99
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Організація хачування 1990, ст. 133	МП, Г	Гратен "Зебра" (запіканка сирна з какао) зі сметаною	125	15,26	34,46	17,82	257,10	170	20,75	19,30	24,23	349,66
Збірник рецептур страв 2021, ст.565 №385	МП	Йогурт	100	5,00	2,50	3,50	60,00	125	6,25	3,12	4,37	75,00
Всього				20,26	36,96	21,32	317,10		27,00	22,42	28,60	424,66
Всього день				53,36	89,56	110,33	1234,25		61,93	56,95	174,05	1556,07

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
	Алерге ни	<u>Понеділок</u>		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		2-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Організація харчування 2014, ст. 506	Г, МП	Макарони відварені з твердим сиром	100	5,3	3,76	22,6	147,52	122	6,47	4,59	27,57	179,97
Збірник рецептур страв 2020, ст.136	Г	Палички курячі	45	20,15	3,21	10,26	113,00	60	20,15	3,21	10,26	150,75
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	80	2,65	3,00	18,97	93,63	120	3,97	4,49	28,45	140,44
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Збірник рецептів Клопотенка 2024, №10.6		Фрукти груша	50	0,20	0,15	5,05	21,00	50	0,20	0,15	5,05	21,00
Всього				30,10	13,02	69,02	454,67		32,89	14,84	83,92	573,39
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Інститут громадського здоров'я № 2.11	Г, ЗП	Суп гороховий з грінками	150	3,30	3,30	11,52	97,08	200	4,40	4,40	15,36	129,44
Інститут громадського здоров'я № 8,15	ЗП	Кус-кус розсипчатий	80	3,12	1,76	17,60	104,05	100	3,90	2,20	22,00	130,07
Збірник рецептур страв 2020 с. 150	Г, Я	Курячий шніцель	60	18,72	1,67	4,28	106,97	60	18,72	1,67	4,28	106,97
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Асорті овочеве	100	1,24	0,3	0,45	33,17	120	1,5	0,37	8,55	37,41
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур страв 2021 №316		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,40	0,00	7,50	33,30	180	0,50	0,00	9,00	40,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти груша	50	0,20	0,15	5,05	21,00	80	0,32	0,24	8,08	33,60
Всього				28,78	10,08	56,30	466,57		31,44	11,28	77,17	548,49
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Організація харчування 2014 ст 433	Г, МП, Я	Млинці зі сметаною (повидлом)	100	6,20	7,06	51,80	286,44	120	10,94	12,93	60,17	353,72
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	120	1,20	0,00	12,00	49,20	180	1,80	0,00	18,00	73,80
Організація харчування 2014, с. 496	Я	Яйце варене	20	2,54	2,3	0,14	31,40	40	5,08	4,6	0,28	62,80
Всього				9,94	9,36	63,94	367,04		17,82	17,53	78,45	490,32
Всього день				48,66	28,80	184,18	1288,28		82,15	43,65	239,54	1612,20

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		2-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Інститут громадського здоров'я 2014, № 08.01.	ЗП	Каша гречана	80	2,73	2,06	16,06	88,46	100	3,41	2,58	20,08	110,58
Інститут громадського здоров'я 2014 № 4.06	Г, МП, Я	Котлета по-міланськи з сиром	45	4,17	4,96	10,68	199,65	60	5,56	6,64	14,24	246,20
Інститут громадського здоров'я № 1.36		Салат з буряка та аром. олією	50	0,77	1,59	4,61	34,62	80	1,24	2,55	7,38	55,40
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Напій з шипшини	150	4,20	0,00	18,00	85,20	180	5,04	0,00	21,60	102,24
Всього				13,67	11,51	59,25	478,93		17,35	14,17	73,20	585,42
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Організація харчування 2014, с. 373		Суп вермішельний з фрикадельками	200	7,75	7,81	13,84	159,38	200	7,75	7,81	13,84	159,38
Інститут громадського здоров'я 2020, ст. 419, № 261	З	Рис розсипчастий	80	2,46	2,22	15,53	107,50	100	3,08	2,78	19,41	111,90
Інститут громадського здоров'я № 6.06	Р, Г	Рибні стіки	70	10,8	1,9	15,2	112,2	70	10,8	1,9	15,2	112,2
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Асорті овочеве	80	0,87	0,22	5,00	23,23	100	1,25	0,31	7,13	33,18
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Збірник рецептур страв 2021 №316, ст. 481		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти банан	50	0,75	0,10	10,90	47,50	50	0,75	0,10	10,90	47,50
Всього				23,62	13,79	70,00	503,96		24,64	14,46	76,93	522,04
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Інститут громадського здоров'я № 8.25	ЗП	Булгур	80	3,38	2,61	23,1	124,24	100	4,23	3,27	28,87	155,30
Збірник рецеп. страв 2020 с. 150	Г, Я	Курячий шніцель	60	18,72	1,67	4,28	106,97	60	18,72	1,67	4,28	106,97
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	3,37	4,27	0,70	52,05	15	3,37	4,27	0,70	52,05
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0,65	0,11	2,7	13,52	60	0,78	0,14	3,24	16,23
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий з	15/5	0,94	5,07	5,02	35,5	15/5	0,94	5,07	5,02	35,5
Збірник рецептур страв 2021 №316, ст.		Компот з ягодами	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти банан	50	0,75	0,10	10,90	47,50	50	0,75	0,10	10,90	47,50
Всього				27,90	13,92	51,28	398,43	465,00	28,90	14,63	58,51	435,93
Всього день				51,52	27,71	121,28	1030,39		42,74	28,73	161,03	1543,39

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		Середа		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		2-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Організація харчування 1990, ст. 133	МП, Г	Гратен "Зебра" (запіканка сирна з какао)	125	15,26	34,46	17,82	257,10	170	20,75	19,30	24,23	349,66
Організація харчування ст. 514	МП	Какао на молоці	120	3,85	3,29	8,00	75,73	180	5,77	4,93	11,99	113,59
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти виноград	50	0,30	0,10	7,80	33,00	50	0,30	0,10	7,80	33,00
Всього				19,41	37,85	33,62	365,83		26,82	24,33	44,02	496,25
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Організація харчування 2014, с. 360	МП	Борщ буряковий зі сметани	150	1,36	2,06	9,95	61,90	200	1,82	2,75	13,27	82,54
Інститут громадського харчування 2014, № 08.01.	ЗП	Каша гречана	80	2,73	2,06	16,06	88,46	100	3,41	2,58	20,08	110,58
Збірник рецептур страв 2021, с. 377, № 235	Г,МП,Л	Шніцель зі свинини	50	5,36	4,32	6,99	110,00	60	6,44	5,18	8,38	132,00
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Салат з капусти,огірків та кропу	90	1,28	1,79	4,35	35,34	120	1,71	2,38	5,8	47,12
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур страв 2021, № 380		Узвар	150	0,66	0,00	13,50	56,55	180	0,79	0,00	16,20	67,86
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти яблуко	50	0,20	0,20	6,19	27,29	80	0,32	0,32	8,32	36,00
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірник рецептур страв 2021, № 93	МП	Картопляне пюре	114	2,43	1,82	18,47	100,32	114	2,43	1,82	18,47	100,32
Збірник рецептур страв 1990, № 286	Г, Я	Котлета рублена з індюшатини/курятини	45	7,13	8,06	4,97	121,02	60	9,51	10,75	6,63	161,36
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	90	1,17	0,19	4,86	24,33	120	1,56	0,26	6,48	32,44
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур страв 2021 № 316		Компот з ягодами	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Організація харчування 2014, с. 496	Я	Яйце варене	20	2,54	2,3	0,14	31,40	40	5,08	4,6	0,28	62,80
Всього				15,16	15,36	42,92	366,72		20,79	19,94	47,26	450,30
Всього день				30,52	30,92	92,03	759,84		47,93	44,59	99,60	982,55

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		<u>Четвер</u>		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		2-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Інститут громадського здоров'я № 8,15	ЗП	Кус-кус розсипчатий	80	3,12	1,76	17,60	104,05	100	3,90	2,20	22,00	130,07
Збірник рецептур страв 2020, ст.136	Г	Палички курячі	45	15,11	2,41	7,69	113,06	60	20,15	3,21	10,26	150,75
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Інститут громадського здоров'я. № 1.35	МП	Буряк тушкований в сметанному соусі	90	1,64	3	7,76	64,46	120	2,19	4	10,35	85,95
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти виноград	50	0,30	0,10	7,80	33,00	50	0,30	0,10	7,80	33,00
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Всього				21,97	10,17	52,99	394,09		28,64	11,91	63,00	481,00
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Організація харчування 2014, с. 376	ЗП	Суп гречаний	180	2,65	4,12	16,75	115,71	200	2,95	4,58	18,61	128,57
Збірник рецептур страв 2021 №291, ст. 453	Г	Спагетті відварені	80	2,64	2,20	15,80	93,34	100	3,08	2,75	19,75	116,67
Збірник рецептів Клопотенка 2024, тех.к. 8,5	Г, МП	Кебаб з сиром	50	10,02	4,32	0,49	90,00	60	12,03	5,19	0,59	108,00
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Асорті овочеве	90	1,12	0,27	6,41	29,86	120	1,5	0,37	8,55	37,41
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур страв 2021 №291, ст. 494		Компот з ягідями (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти виноград	50	0,30	0,10	7,80	33,00	80	0,48	0,16	12,48	52,80
Всього				18,62	14,00	61,73	451,56		22,25	15,56	75,38	536,83
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірник рецептур 2021, ст. 291, № 183	МП, Г	Вареники ліпніві зі сметаною	150	20,18	13,50	19,20	258,67	170	22,87	15,30	21,76	310,40
Організація харчування, 2014, ст. 514	МП	Какао на молоці	120	3,85	3,29	8,00	75,73	180	5,77	4,93	11,99	113,59
Всього				24,03	16,79	27,20	334,40		28,64	20,23	33,75	480,05
Всього день				66,68	47,58	116,13	1180,05		79,53	47,70	172,13	1497,88

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		<u>П'ятниця</u>		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		2-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Організація харчування 2014, ст.493	МП, Г,Я	Сирники зі сметаною та родзинками	120	20,30	19,30	22,80	337,17	160	27,07	25,73	30,40	429,56
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти слива	50	0,40	0,00	5,05	21,50	50	0,40	0,00	5,05	21,50
Збірник рецептур страв 2021, ст. 565, № 385	МП	Йогурт	100	5,00	2,50	3,50	60,00	125	6,25	3,12	4,37	75,00
Всього				25,70	21,80	31,35	418,67		33,72	28,85	39,82	526,06
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірник рецептур страв 2021 т.к. № 52	МП	Борщ український зі сметаною	150	1,38	3,12	8,40	68,40	200	1,84	4,16	11,20	91,20
Інститут громадського здоров'я № 8.25	ЗП	Булгур	80	3,38	2,61	23,1	124,24	100	4,23	3,27	28,87	155,30
Збірник рецептур страв 2021 № 254, ст. 407		Курка з паприкою (шашлик)	50	15,60	4,93	1,06	109,25	50	15,60	4,93	1,06	109,25
Організація харчування 2014, с. 466		Салат з помідорів та огірків	90	0,52	2,9	1,98	38,63	0,69	0,69	3,87	2,64	51,51
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур страв 2021, № 380		Узвар	150	0,66	0,00	13,50	56,55	180	0,79	0,00	16,20	67,86
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти слива	50	0,40	0,00	5,05	21,50	80	0,64	0,00	8,08	34,40
Всього				23,74	16,46	62,99	489,57		25,89	18,63	77,95	580,52
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірник рецептур страв 2021, № 93	МП	Картопляне пюре	114	2,43	1,82	18,47	100,32	114	2,43	1,82	18,47	100,32
Інститут громадського здоров'я № 6.06	Р, Г	Рибні стіки	70	10,8	1,9	15,2	112,2	70	10,8	1,9	15,2	112,2
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	90	1,17	0,19	4,86	24,33	120	1,56	0,26	6,48	32,44
Збірник рецептур страв 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021 №316		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Організація харчування 2014, ст. 435	Г, Я	Пиріжок з сиром	60	7,45	9,24	20,50	135,05	60	3,83	3,62	23,88	135,05
Всього				23,74	16,14	73,51	461,55		20,83	10,11	79,43	473,39
Всього день				71,22	48,74	210,01	1369,79		80,44	57,59	197,20	1579,97

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
	Алерге ни	<u>Понеділок</u>		Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		3-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Інститут громадського здоров'я №8.25	ЗП	Булгур	80	3,38	2,61	23,1	124,24	100	4,23	3,27	28,87	155,30
Збірник рецептур 2021, ст. 408, № 255	Г	Нагетси курячі	50	11,66	1,32	12,35	107,90	50	11,66	1,32	12,35	107,90
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	90	2,98	3,37	21,34	105,33	120	3,97	4,49	28,45	140,44
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти слива	50	0,40	0,00	5,05	21,50	80	0,64	0,00	8,08	34,40
Всього				20,22	10,20	73,98	438,49		22,60	11,48	90,34	519,27
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірник рецептур 2014 ст. 380	ЗП	Суп рисовий	200	1,94	2,08	19,00	82,10	200	1,94	2,08	19,00	82,10
Збірник рецептур 2021 №291,ст.453	Г	Макарони відварені	80	2,64	2,20	15,80	93,34	100	3,08	2,75	19,75	116,67
Збірник рецептур 2021, с. 377, № 235	Г,МП,Л	Шніцель зі свинини	50	5,36	4,32	6,99	110,00	60	6,44	5,18	8,38	132,00
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Асорті овочеве	90	1,12	0,27	6,41	29,86	120	1,5	0,37	8,55	37,41
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти слива	50	0,40	0,00	5,05	21,50	80	0,64	0,00	8,08	34,40
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Напій з шипшини	150	4,20	0,00	18,00	85,20	180	5,04	0,00	21,60	102,24
Всього				17,46	11,77	81,15	493,00		20,74	12,78	95,26	575,82
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Організація харчування 2014, ст.433	Г, МП, Я	Оладки зі сметаною (повидлом)	90	5,90	6,90	46,55	263,10	120	7,87	9,20	62,07	350,80
Організація харчування 2014, ст. 503	З, МП	Каша молочна вівсяна	80	2,78	3,54	8,25	74,88	100	3,47	4,42	10,31	93,60
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	150	1,50	0,00	15,00	61,50	180	1,80	0,00	18,00	73,80
Організація харчування 2014, с. 496	Я	Яйце варене	20	2,54	2,3	0,14	31,40	40	5,08	4,6	0,28	62,80
Всього день				30,18	24,51	151,09	962,89		48,42	28,86	185,88	1157,89

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		<u>Вівторок</u>		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		3-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Інститут гром. харчування 2014, № 08.01.	ЗП	Каша гречана	80	2,73	2,06	16,06	88,46	100	3,41	2,58	20,08	110,58
Інститут громадського здоров'я №4.06	Г, МП, Я	Котлета по-міланськи з сиром	45	4,17	4,96	10,68	199,65	60	5,56	6,64	14,24	246,20
Інститут громадського здоров'я № 1.35	МП	Буряк тушкований в сметанному соусі	90	1,62	3,02	7,75	35,81	120	1,74	4	10,35	85,95
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти груша	50	0,20	0,15	5,05	21,00	50	0,20	0,15	5,05	21,00
Всього				10,32	12,94	46,63	403,44		13,01	15,77	62,31	544,96
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Видання 2014, ст. 373		Суп вермішельний з фрикадельками	200	7,75	7,81	13,84	159,38	200	7,75	7,81	13,84	159,38
Збірник рецептур 2020, ст. 419, № 261	З	Рис розсипчастий	80	2,46	2,22	15,53	107,50	100	3,08	2,78	19,41	111,90
Інститут громадського здоров'я №6.06	Р, Г	Рибні стіки	70	10,8	1,9	15,2	112,2	70	10,8	1,9	15,2	112,2
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Асорті овочеве	90	1,12	0,27	6,41	29,86	120	1,5	0,37	8,55	37,41
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021 №316, ст. 481		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти груша	50	0,20	0,15	5,05	21,00	80	0,32	0,24	8,08	27,30
Всього				23,32	13,89	65,56	484,09		25,66	15,61	80,48	541,57
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Організація харчування 2014, ст.413	МП, Г, Я	Львівський сирник зі сметаною	165	20,44	19,21	25,35	357,73	165	20,44	19,21	25,35	357,73
Організація харчування ст. 514	МП	Какао на молоці	120	3,85	3,29	8,00	75,73	180	5,77	4,93	11,99	113,59
Всього				24,29	22,50	33,35	433,46		26,21	24,14	37,34	471,32
Всього день				71,90	58,89	132,26	1320,99		64,88	55,52	180,13	1557,85

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		Середа		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		3-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		Сніданок										
Збірник рецептур 2020, ст. 104, №44		Картопля запечена з паприкою	80	3,15	2,87	15,81	99,79	110	4,33	3,95	21,74	137,21
Збірник рецептур 2020, ст.136	Г	Палички курячі	45	15,11	2,41	7,69	113,06	60	20,15	3,21	10,26	150,75
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	45	1,49	1,68	10,67	52,66	80	2,64	2,98	18,96	93,61
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	3,37	4,27	0,70	52,05	15	3,37	4,27	0,70	52,05
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	1,05	1,20	4,80	35,05	15	1,05	1,20	4,80	35,05
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Збірник рецептур Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти виноград	50	0,30	0,10	7,80	32,50	100	0,60	0,20	15,60	65,00
Всього				24,47	9,66	49,71	393,63		32,14	15,81	74,75	543,90
		Обід										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірник рецептур 2021 ст. 82, №52	МП	Борщ український зі сметаною	150	1,38	3,12	8,40	68,40	200	1,84	4,16	11,20	91,20
Збірник рецептур 2021 №291, ст. 453	Г	Спагетті відварені	80	2,64	2,20	15,80	93,34	100	3,08	2,75	19,75	116,67
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 8.6	Г, Я	Січеники з телятини	60	12,04	8,73	5,37	149,00	60	12,04	8,73	5,37	149,00
Організація харчування 2014 с.466		Салат з помідорів та огірків	90	0,52	2,9	1,98	38,63	0,69	0,69	3,87	2,64	51,51
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Видання 2021, ст. 560, № 380		Узвар	150	0,66	0,00	13,50	56,55	180	0,79	0,00	16,20	67,86
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти виноград	50	0,30	0,10	7,80	32,50	30	0,18	0,06	4,68	19,50
Всього				19,34	19,95	62,75	509,42		20,72	21,97	69,74	566,74
		Вечеря										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Інститут громадського здоров'я №8,15	ЗП	Кус-кус розсипчатий	80	3,12	1,76	17,60	104,05	100	3,90	2,20	22,00	130,07
Інститут громадського здоров'я №6.01	Р, Г	Рибні нагетси	60	9,69	1,89	12,43	97,54	70	11,3	2,2	14,5	113,8
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	45	0,58	0,09	2,43	12,17	80	1,03	0,16	4,32	21,63
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Збірник рецептур 2021 №316, ст. 481		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Організація харчування 2014, ст. 435	Г, Я	Пиріжок з сиром	60	7,45	9,24	20,50	135,05	60	3,83	3,62	23,88	135,05
Всього				21,83	14,52	62,49	402,96		21,07	9,74	75,15	458,43
Всього день				63,00	48,99	187,73	1306,01		73,93	47,52	219,64	1569,07

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		Четвер		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		3-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Збірник рецептур 2020, ст. 419, № 261	З	Рис розсипчастий	80	2,46	2,22	15,53	107,50	100	3,08	2,78	19,41	111,90
Збірник рецептур 2020 с. 150	Г, Я	Курячий шніцель	50	15,60	1,39	3,57	89,14	60	18,72	1,67	4,28	106,97
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	3,37	4,27	0,70	52,05	15	3,37	4,27	0,70	52,05
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	90	1,17	0,19	4,86	24,33	120	1,56	0,26	6,48	32,44
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Напій з шипшини	150	4,20	0,00	18,00	85,20	180	5,04	0,00	21,60	102,24
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти яблуко	50	0,20	0,20	5,20	23,00	80	0,32	0,32	8,32	36,00
Всього				28,80	11,17	57,76	452,22		34,19	11,70	70,69	512,60
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Інститут громадського здоров'я № 2.11	Г, ЗП	Суп гороховий з грінками	150	3,30	3,30	11,52	97,08	200	4,40	4,40	15,36	129,44
Видання 2021,ст. 146, № 93	МП	Картопляне пюре	114	2,43	1,82	18,47	100,32	114	2,43	1,82	18,47	100,32
Збірник рецептур 2021 № 254, ст. 407		Курка з паприкою (шашлик)	50	15,06	4,93	1,16	109,25	50	15,06	4,93	1,16	109,25
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Салат з капусти,огірків та кропу	90	1,28	1,79	4,35	35,34	120	1,71	2,38	5,8	47,12
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021 №316, ст. 481		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти яблуко	50	0,20	0,20	5,20	23,00	50	0,20	0,20	5,20	23,00
Всього				24,16	0,08	55,18	454,64		26,01	16,24	61,39	502,51
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Організація хачування 1990, ст. 133	МП, Г	Гратен "Зебра" (запіканка сирна з какао) зі сметаною	125	15,26	34,46	17,82	257,10	170	20,75	19,30	24,23	349,66
Організація харчування, ст. 514	МП	Какао на молоці	120	3,85	3,29	8,00	75,73	180	5,77	4,93	11,99	113,59
Всього				19,11	37,75	25,82	332,83		26,52	24,23	36,22	463,25
Всього день				62,38	75,58	106,82	1239,69		86,72	52,17	168,30	1478,36

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		П'ятниця		Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		3-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Організація харчування 2014, ст.493	МП, Г,Я	Сирники зі сметаною та родзинками	120	20,30	19,30	22,80	337,17	165	27,91	26,53	31,35	442,98
Збірник рецептур страв 2021, № 385	МП	Йогурт	100	5,00	2,50	3,50	60,00	125	6,25	3,12	4,37	75,00
Всього				25,30	21,80	26,30	397,17		34,16	29,65	35,72	517,98
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Організація харчув. 2014 ст 360	МП	Борщ буряковий зі сметаною	150	1,36	2,06	9,95	61,90	200	1,82	2,75	13,27	82,54
Інститут громадського здоров'я 2014, № 08.01.	ЗП	Каша гречана	80	2,73	2,06	16,06	88,46	100	3,41	2,58	20,08	110,58
Збірник рецептур 1990, № 286	Г, Я	Котлета рублена з курятини/індюшатини з сиром	45	7,13	8,06	4,97	121,02	70	9,51	10,75	6,63	161,36
Інститут гром. Здоров'я № 1.43		Асорті овочеве	90	1,12	0,27	6,41	29,86	120	1,5	0,37	8,55	37,41
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Видання 2021, ст. 560, № 380		Узвар	150	0,66	0,00	13,50	56,55	180	0,79	0,00	16,20	67,86
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти слива	50	0,40	0,00	5,05	21,50	80	0,64	0,00	8,08	34,40
Всього				15,20	15,35	65,84	450,29		19,77	18,85	82,71	565,15
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірник рецептур 2020, ст. 419, № 261	З	Рис розсипчастий	80	2,46	2,22	15,53	107,50	100	3,08	2,78	19,41	111,90
Збірник рецептур 2021, ст. 408, № 255	Г	Нагетси курячі	40	9,33	1,07	9,88	86,08	50	11,66	1,32	12,35	107,90
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	90	1,17	0,19	4,86	24,33	120	1,56	0,26	6,48	32,44
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	150	1,50	0,00	15,00	61,50	180	1,80	0,00	18,00	73,80
Організація харчування 2014, с. 496	Я	Яйце варене	20	2,54	2,3	0,14	31,40	40	5,08	4,6	0,28	62,80
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти слива	50	0,40	0,00	5,05	21,50	80	0,64	0,00	8,08	34,40
Всього				19,20	8,68	60,36	403,31		25,92	11,36	74,50	494,24
Всього день				19,20	32,71	186,56	1250,77		79,85	59,86	192,93	1577,37

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
	Алергени	Понеділок		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		4-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Збірник рецептур 2020, ст. 419, № 261	З	Рис розсипчастий	80	2,46	2,22	15,53	107,50	100	3,08	2,78	19,41	111,90
Збірник рецептур 2020, ст.136	Г	Палички курячі	45	20,15	3,21	10,26	113,00	60	20,15	3,21	10,26	150,75
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	90	2,98	3,37	21,34	105,33	120	3,97	4,49	28,45	140,44
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цілнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	3,37	4,27	0,70	52,05	15	3,37	4,27	0,70	52,05
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти груша	50	0,20	0,15	5,05	21,00	50	0,20	0,15	5,05	21,00
Всього				30,96	16,12	65,02	478,40		32,87	17,30	76,46	557,37
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Інститут громадського здоров'я № 2.11	Г, ЗП	Суп гороховий з грінками	150	3,30	3,30	11,52	97,08	200	4,40	4,40	15,36	129,44
Інститут громадського здоров'я 2014, № 08.01.	ЗП	Каша гречана	80	2,73	2,06	16,06	88,46	100	3,41	2,58	20,08	110,58
Інститут громадського здоров'я № 4.06	Г, МП, Я	Котлета по-міланськи з сиром	45	4,17	4,96	10,68	199,65	60	5,56	6,64	14,24	246,20
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Асорті овочеве	90	1,12	0,27	6,41	29,86	120	1,5	0,37	8,55	37,41
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цілнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021 №316,ст.481		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Всього				13,21	13,58	59,15	504,70		17,08	16,50	73,63	617,01
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірник рецептур 2014 ст 433	Г, МП, Я	Млинці зі сметаною (повидлом)	100	6,20	7,06	51,80	286,44	120	10,94	12,93	60,17	353,72
Організація харчування, ст. 514	МП	Какао на молоці	120	3,85	3,29	8,00	75,73	180	5,77	4,93	11,99	113,59
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти груша	50	0,20	0,15	5,05	21,00	80	0,32	0,24	8,08	33,60
Організація харчування 2014, с. 496	Я	Яйце варене	20	2,54	2,3	0,14	31,40	40	5,08	4,6	0,28	62,80
Всього				12,79	12,80	64,99	414,57		22,11	22,70	80,52	563,71
Всього день				38,79	39,18	189,13	1397,67		72,06	56,50	230,61	1738,09

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		Вівторок		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		4-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Видання 2021,ст. 146, № 93	МП	Картопляне пюре	114	2,43	1,82	18,47	100,32	114	2,43	1,82	18,47	100,32
Збірник рецептур 2021,ст.408,№ 255	Г	Нагетси курячі	50	11,66	1,32	12,35	107,90	50	11,66	1,32	12,35	107,90
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0,65	0,11	2,7	13,52	80	1,04	0,18	4,33	21,64
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	3,37	4,27	0,70	52,05	15	3,37	4,27	0,70	52,05
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Напій з шипшини	150	4,20	0,00	18,00	85,20	180	5,04	0,00	21,60	102,24
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти банан	60	0,90	0,12	13,08	57,00	60	0,90	0,12	13,08	57,00
Всього				24,11	9,09	70,25	451,49		25,34	9,16	75,48	476,65
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірник рецептур 2021 ст. 82, № 52	МП	Борщ український зі сметаною	150	1,38	3,12	8,40	68,40	200	1,84	4,16	11,20	91,20
Інститут громадського здоров'я № 8.25	ЗП	Булгур	80	3,38	2,61	23,1	124,24	100	4,23	3,27	28,87	155,30
Збірник рецептур. 2021, с. 377, № 235	Г,МП,Л	Шніцель зі свинини	50	5,36	4,32	6,99	110,00	60	6,44	5,18	8,38	132,00
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Салат з капусти,огірків та кропу	90	1,28	1,79	4,35	35,34	120	1,71	2,38	5,8	47,12
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021 №316, ст. 481		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Всього				13,29	14,83	57,32	427,63		16,43	17,50	69,65	519,00
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Інститут громадського здоров'я № 8,15	ЗП	Кус-кус розсипчатий	80	3,12	1,76	17,60	104,05	100	3,90	2,20	22,00	130,07
Інститут громадського здоров'я № 6.06	Р, Г	Рибні стіки	70	10,8	1,9	15,2	112,2	70	10,8	1,9	15,2	112,2
Організація харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0,65	0,11	2,7	13,52	60	0,78	0,14	3,24	16,23
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	150	1,50	0,00	15,00	61,50	180	1,80	0,00	18,00	73,80
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти банан	60	0,90	0,12	13,08	57,00	70	1,05	0,14	15,96	66,50
Всього				17,87	5,34	68,53	383,77		19,23	5,83	79,35	434,30
Всього день				49,03	25,51	194,38	1262,89		61,00	32,49	224,48	1429,95

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		Середа		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		4-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Організація харчув. 2021, ст .406, № 253	ЗП	Рис "Паєлья" з курячим м'ясом	120	7,89	6,05	25,16	186,52	160	10,53	8,07	33,55	248,70
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Промислове виробництво	МП	Сир твердий	15	3,37	4,27	0,70	52,05	15	3,37	4,27	0,70	52,05
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	90	1,17	0,19	4,86	24,33	120	1,56	0,26	6,48	32,44
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти виноград	50	0,30	0,10	7,80	32,50	60	0,36	0,12	9,36	39,00
Всього				14,53	13,51	50,66	374,92		17,92	15,12	62,68	453,42
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірник рецептур 2014 ст. 376	ЗП	Суп гречаний	180	2,65	4,12	16,75	115,71	200	2,95	4,58	18,61	128,57
Збірник рецептур 2021 №291, ст. 453	Г	Спагетті відварені	80	2,64	2,20	15,80	93,34	100	3,08	2,75	19,75	116,67
Видання 2021, ст. 358, № 223	Г, МП	Бефстроганов з вареної яловичини	45	7,70	1,95	1,80	54,75	60	10,26	2,60	2,40	75,00
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Асорті овочеве	90	1,12	0,27	6,41	29,86	120	1,5	0,37	8,55	37,41
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Видання 2021, ст. 560, № 380		Узвар	150	0,66	0,00	13,50	56,55	180	0,79	0,00	16,20	67,86
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти яблуко	50	0,20	0,20	6,19	27,29	100	0,40	0,40	12,38	54,58
Всього				16,77	11,64	70,35	448,50		21,08	13,10	87,79	551,09
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Організація харчування 2014, ст.493	МП, Г,Я	Сирники зі сметаною та родзинками	120	20,30	19,30	22,80	337,17	160	27,07	25,73	30,40	449,56
Організація харчування.2014, ст. 514	МП	Какао на молоці	120	3,85	3,29	8,00	75,73	180	5,77	4,93	11,99	113,59
Організація харчування 2014, ст. 435	Г, Я	Пиріжок з сиром	60	7,45	9,24	20,50	135,05	60	3,83	3,62	23,88	135,05
Всього				31,60	31,83	51,30	547,95		36,67	34,28	66,27	698,20
Всього день				79,97	75,30	172,95	1371,37		75,67	62,50	216,74	1702,71

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		Четвер		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		4-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Організація харчування 2014, ст. 506	Г, МП	Макарони відварені з твердим сиром	100	5,3	3,76	22,6	147,52	122	6,47	4,59	27,57	179,97
Інститут громадського здоров'я № 3,02	Я, МП	Омлет натуральний Скрамбел	45	2,58	3,45	3,47	70,65	50	2,87	3,84	3,86	78,5
Організація харчування 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0,65	0,11	2,7	13,52	80	1,04	0,18	4,33	21,64
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цілнозерновий	15	0,90	1,45	4,95	35,50	15	0,90	1,45	4,95	35,50
Організація харчування 2014, с. 512		Чай	150	0,00	0,00	2,24	8,52	180	0,00	0,00	2,69	10,23
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти банан	50	0,80	0,10	10,90	47,50	50	0,80	0,10	10,90	47,50
Всього				10,23	8,87	46,86	323,21		12,08	10,16	54,30	412,34
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірник рецептур 2014 ст 360	МП	Борщ буряковий зі сметаною	150	1,36	2,06	9,95	61,90	200	1,82	2,75	13,27	82,54
Збірник рецептур 2020, ст. 419, № 261	З	Рис розсипчастий	80	2,46	2,22	15,53	107,50	100	3,08	2,78	19,41	111,90
Інститут громадського здоров'я № 6.06	Р, Г	Рибні стіки	70	10,8	1,9	15,2	112,2	70	10,8	1,9	15,2	112,2
Інститут громадського здоров'я № 1.43		Асорті овочеве	80	0,99	0,25	5,71	26,54	80	0,99	0,25	5,71	26,54
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цілнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021 №316, ст. 481		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Збірник рецептур Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти банан	50	0,80	0,10	10,90	47,50	80	1,20	0,16	17,44	72,00
Всього				18,30	9,52	71,77	445,29		20,10	10,35	86,43	498,56
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Інститут гром. харчування 2014, № 08.01.	ЗП	Каша гречана	80	2,73	2,06	16,06	88,46	100	3,41	2,58	20,08	110,58
Збірник рецептур 2014, ст. 402	Г, Я	Оладки курячі	50	8,11	3,62	3,75	81,47	70	11,35	5,06	5,25	114,05
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цілнозерновий з маслом вершковим та твердим сиром	15/2/12	5,00	6,20	9,90	111,00	15/2/12	5,00	6,20	9,90	111,00
Організація харчування 2014, с. 466		Салат з помідорів та огірків	50	0,28	1,61	1,1	21,46	80	0,46	2,58	1,76	34,34
Збірник рецептур 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	150	1,50	0,00	15,00	61,50	180	1,80	0,00	18,00	73,80
Всього				17,62	13,49	45,81	363,89		22,02	16,42	54,99	443,77
Всього день				53,54	36,50	163,39	1132,39		54,20	36,93	195,72	1354,67

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 роки					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) роки				
		П'ятниця		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		4-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		Сніданок										
Інститут громадського здоров'я № 8.25	ЗП	Булгур	80	3,38	2,61	23,1	124,24	100	4,23	3,27	28,87	155,30
Збірник рецептур 2020 с. 150	Г, Я	Курячий шніцель	50	15,60	1,39	3,57	89,15	60	18,72	1,67	4,28	106,97
Промислове виробництво		Кукурузка пропарена з маслом	90	2,98	3,37	21,34	105,33	120	3,97	4,49	28,45	140,44
Збірник рецептур 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий	30	1,80	2,90	9,90	71,00	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Збірник рецептур 2021 №316, ст. 481		Компот з ягодами (фруктами)	150	0,09	0,09	4,58	18,65	180	0,11	0,11	5,50	22,38
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти яблука	50	0,20	0,20	6,19	27,29	50	0,20	0,20	6,19	27,29
Всього				24,05	10,56	68,68	435,66	0,40	29,33	12,14	83,19	523,38
		Обід										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірник рецептур 2014 ст. 380	ЗП	Суп рисовий	200	1,94	2,08	19,00	82,10	200	1,94	2,08	19,00	82,10
Видання 2021,ст. 146, № 93	МП	Картопляне пюре	114	2,43	1,82	18,47	100,32	114	2,43	1,82	18,47	100,32
Збірник рецептур 1990, № 286	Г, Я	Котлета рублена з курятини/індюшатини	45	7,13	8,06	4,97	121,02	60	9,51	10,75	6,63	161,36
Інститут громадського здоров'я № 1.36		Салат з буряка та аром. олією	80	1,24	2,55	7,38	55,40	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	30	2,10	2,40	9,90	71,00
Видання 2021, ст. 560, № 380		Узвар	150	0,66	0,00	13,50	56,55	180	0,79	0,00	16,20	67,86
Збірник рецептів Клопотенка 2024, № 10.6		Фрукти яблука	50	0,20	0,20	6,19	27,29	80	0,32	0,32	9,44	42,35
Всього				15,40	17,61	79,41	513,68		18,33	19,92	87,02	580,39
		Вечеря										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірник рецептур 2021, ст. 291, № 183	МП, Г	Вареники ліниві зі сметаною	150	20,18	13,50	19,20	258,67	170	22,87	15,30	21,76	310,40
Збірник рецептур 2021, ст. 565, № 385	МП	Йогурт	100	5,00	2,50	3,50	60,00	125	6,25	3,12	4,37	75,00
Організація харчування 2014, ст. 509	Г, Я	Булка здобна	30	2,55	2,74	15,16	88,33	50	4,25	4,57	25,27	147,22
Всього				27,73	18,74	37,86	407,00		33,37	22,99	51,40	532,62
Всього день				70,86	55,09	155,13	1356,34		81,03	55,05	221,61	1636,39

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.,
4. Збірник рецептур страв, кулінарних виробів та напоїв (технологічні карт) для харчування дітей шкільного віку організованих освітніх Київ 2021 р.