

ПОГОДЖУЮ

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

 О.В. ВАКАРЧУК

«24» лютого 2025 року

ЗАТВЕРДЖУЮ

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

 Ірина ТКАЧУК

«24» лютого 2025 року

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

м. Бровари

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
Інститут громадського здоров'я	Алергени	1-й тиждень										
		Понеділок	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	ЗП	Булгур	80	3.38	2.61	23.1	124.24	100	4.23	3.27	28.87	155.30
Інститут громадського здоров'я № 4.13	МП, Г	Гуляш з філе індики/курятини тушкований в соусі з кмином	50	10.85	2.50	1.57	78.57	50	10.85	2.50	1.57	78.57
Збірн.рец. 2021, ст. 435		Овочевий мікс	60	1.99	2.25	14.23	70.22	80	2.65	3.00	18.97	93.63
Збірн.рец. 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
Організація харчув. 2014, с. 512		Чай	150	0.00	0.00	2.24	8.52	180	0.00	0.00	2.69	10.23
Інститут громадського		Фрукти банан	100	1.50	0.20	21.80	95.00	100	1.50	0.20	21.80	95.00
		Всього		19.52	10.46	72.84	447.55		21.33	11.37	83.80	503.73
		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
Інститут громад. харчування 2014, №	ЗП	Каша гречана	80	2.73	2.06	16.06	88.46	100	3.41	2.58	20.08	110.58
Інститут громад. здор. № 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	266.20
Збірник рецептур		Салат з солених огірків з цибулею	50	0.36	1.57	1.83	21.34	80	0.58	2.51	2.93	34.14
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 2021 №316,		Компот з ягодами (фруктами)	150	0.09	0.09	4.58	18.65	180	0.11	0.11	5.50	22.38
Інститут громадського		Фрукти яблуко	30	0.12	0.05	3.54	15.72	30	0.12	0.05	3.54	15.72
		Всього		11.21	13.71	65.59	496.92		13.82	16.37	75.19	602.12
		Вечеря										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Організація харчув.	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 харчув. 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 харчув., 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		12.53	13.73	62.80	413.71		17.11	18.55	84.37	557.99
		Всього день		36.27	41.17	191.19	1358.18		52.26	46.29	243.36	1663.84

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		1-й тиждень										
		<u>Вівторок</u>	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
1		2										
		<u>Сніданок</u>										
Інститут громадського здоров'я № 8,15	ЗП	Кус-кус розсипчастий	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 індошатики/курятини паровий	60	11.02	2.33	5.14	87.82	60	11.02	2.33	5.14	87.82
Промислове	МП	Сир твердий	15	3.37	4.27	0.70	52.05	15	3.37	4.27	0.70	52.05
Організація харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	80	1.04	0.18	4.33	21.64
Збірн.рец. 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
Організація харчув. 2014, с. 512		Чай	150	0.00	0.00	2.24	8.52	180	0.00	0.00	2.69	10.23
Інститут громадського		Фрукти банан	60	0.90	0.12	13.08	57.00	160	2.40	3.20	34.88	144.00
Всього				20.86	11.49	51.36	393.96		23.83	14.58	79.64	516.81
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Інститут громад.здор. №	Г, ЗП	Суп гороховий з грінками	150	3.30	3.30	11.52	97.08	200	4.40	4.40	15.36	129.44
Збірн. Рец. 2020, ст. 419,	З	Рис розсипчастий	80	2.46	2.22	15.53	107.50	100	3.08	2.78	19.41	111.90
Інститут громад.	Р, Г	Рибні стіки	70	10.8	1.9	15.2	112.2	70	10.8	1.9	15.2	112.2
Збірн.рец. 2021, ст. 54, № 36		Вінегрет	50	0.75	5.05	3.75	64.00	80	1.2	8.08	6.00	102.40
Збірн.рец. 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
Видання 2021, ст. 560,		Узвар	150	0.66	0.00	13.50	56.55	180	0.79	0.00	16.20	67.86
Всього				19.77	15.37	69.40	508.33		22.37	19.56	82.07	594.80
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірн. рец. 2021, ст. 291, № 183	МП, Г	Вареники літні зі сметаною	150	20.18	13.50	19.20	258.67	170	22.87	15.30	21.76	310.40
Організація харчув., ст. 514	МП	Какао на молоці	120	3.85	3.29	8.00	75.73	180	5.77	4.93	11.99	113.59
Атлас кулінарної мудрості, 1996	Г, МП	Хачапури з сиром	30	3.73	4.71	10.25	95.28	60	7.46	9.42	20.50	190.56
Всього				27.76	21.50	37.45	429.68		36.10	29.65	54.25	614.55
Всього день				75.29	58.37	144.30	1331.97		82.30	63.79	215.96	1726.16

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		1-й тиждень										
		<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>										
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 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 харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	80	1.04	0.18	4.33	21.64
Збірн.рец. 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 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
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Фрукти яблуко	100	0.40	0.40	12.37	54.57	80	0.32	0.32	9.44	41.92
		Всього		23.69	6.19	64.18	402.17		29.88	6.98	69.05	452.37
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірн. Рец. 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
Збірн.рец. 2021 №291,	Г	Спагетті відварені	80	2.64	2.20	15.80	93.34	100	3.08	2.75	19.75	116.67
Збірн. рецептур 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
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Асорті овочеве	70	0.87	0.22	5.00	23.23	100	1.25	0.31	7.13	33.18
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 2021 №316,		Компот з ягодами (фруктами)	150	0.09	0.09	4.58	18.65	180	0.11	0.11	5.50	22.38
Інститут громадського здоров'я № 11.06		Фрукти банан	50	0.80	0.10	10.90	47.50	50	0.80	0.10	10.90	47.50
		Всього		19.60	16.30	61.50	464.62		21.20	17.15	71.82	522.27
		<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 № 11.06	ЗП	Кус-кус розсіпчатий	80	3.12	1.76	17.60	104.05	100	3.90	2.20	22.00	130.07
Збірн.рец. 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
Організація харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	100	1.3	0.23	5.41	27.05
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 2021, с. 563,		Сік фруктовий	150	1.50	0.00	15.00	61.50	180	1.80	0.00	18.00	73.80
Організація харчув. 2014, с. 466	Г, Я	Пиріжок з повидлом	60	3.83	3.62	23.88	135.05	60	3.83	3.62	23.88	135.05
		Всього		18.11	10.56	67.88	431.09		23.08	12.56	79.49	515.52
		Всього день		55.82	37.42	197.26	1297.88		74.16	36.69	220.36	1490.16

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		1-й тиждень										
		<u>Четвер</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>										
Збірн. Рец. 2020, ст. 419, Інститут громадського здоров'я №	З Р, Г	Рис розсипчастий	80	2.46	2.22	15.53	107.50	100	3.08	2.78	19.41	111.90
		Рибні нагетси	70	11.3	2.2	14.5	113.8	70	11.3	2.2	14.5	113.8
Організація харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	80	1.04	0.18	4.33	21.64
Збірн.рец. 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 харчув. 2014, с. 512		Чай	150	0.00	0.00	2.24	8.52	180	0.00	0.00	2.69	10.23
Інститут громадського		Фрукти банан	60	0.90	0.12	13.08	57.00	70	1.05	0.14	15.96	66.50
		Всього		16.21	6.1	53	335.84		17.37	6.75	61.84	359.57
		<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 №	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, №	ЗП	Каша гречана	100	3.41	2.58	20.08	110.58	100	3.41	2.58	20.08	110.58
Збірн.рец. 2021, с. 377,	Г,МП,Л	Шніцель зі свинини	50	5.36	4.32	6.99	110.00	81	8.69	6.99	11.31	178.20
Інститут громадського здоров'я		Салат з буряка та аром. олією	50	0.77	1.59	4.61	34.62	80	1.24	2.55	7.38	55.40
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 2021 №316,		Компот з ягодами (фруктами)	150	0.09	0.09	4.58	18.65	180	0.11	0.11	5.50	22.38
		Всього		14.73	14.78	57.68	441.93		19.95	19.03	69.53	567.00
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Видання 2021,ст. 146, №	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 2021, ст. 408, №	Г	Нагетси курячі	50	11.66	1.32	12.35	107.90	50	11.66	1.32	12.35	107.90
Організація харчув.		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	100	1.3	0.23	5.41	27.05
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 2021, с. 563,		Сік фруктовий	120	1.20	0.00	12.00	49.20	180	1.80	0.00	18.00	73.80
Інститут громадського		Фрукти банан	60	0.90	0.12	13.08	57.00	60	0.90	0.12	13.08	57.00
		Всього		17.74	4.82	63.55	363.44		18.99	4.94	72.26	401.57
		Всього день		50.21	24.42	184.78	1141.21		56.31	30.72	203.63	1328.14

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		1-й тиждень										
		<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>										
рчув. 2021, ст. 406, № 253	ЗП	Рис "Паєля" з курячим м'ясом	120	7.89	6.05	25.16	186.52	160	10.53	8.07	33.55	248.70
Збірн.рец. 2021, ст. 54,		Вінегрет	50	0.75	5.05	3.75	64.00	80	1.2	8.08	6.00	102.40
Збірн.рец. 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	МП	Сир твердий	15	3.37	4.27	0.70	52.05	15	3.37	4.27	0.70	52.05
Організація харчув.		Чай	150	0.00	0.00	2.24	8.52	180	0.00	0.00	2.69	10.23
Інститут громадського		Фрукти мандарин	70	0.56	0.14	6.30	26.60	70	0.56	0.14	6.30	26.60
		Всього		14.37	18.41	48.05	408.69		17.76	22.96	59.14	510.98
		<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	МП	Борщ український зі сметаною	150	1.38	3.12	8.40	68.40	200	1.84	4.16	11.20	91.20
Збірн.рец. 2020, ст. 104,		Картопля запечена з паприкою	80	3.15	2.87	15.81	99.79	110	4.33	3.95	21.74	137.21
Збірник рецептур 1990, № 286	Г, Я	Котлета рублена з курятини/індошатики з сиром	45	7.13	8.06	4.97	121.02	70	9.51	10.75	6.63	161.36
Інститут громад. Здоров'я		Асорті овочево (соління)	70	0.87	0.22	5.00	23.23	100	1.25	0.31	7.13	33.18
Збірн.рец. 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
Видання 2021, ст. 560,		Узвар	150	0.66	0.00	13.50	56.55	180	0.79	0.00	16.20	67.86
Інститут громадського		Фрукти мандарин	60	0.48	0.12	5.40	22.80	90	0.72	0.18	8.10	34.20
		Всього		15.47	17.29	62.98	462.79		20.54	21.75	80.90	596.01
		<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 рец. 2021, ст.	МП	Йогурт	100	5.00	2.50	3.50	60.00	125	6.25	3.12	4.37	75.00
Організація харчув.	Г, Я	Булка здобна	30	2.55	2.74	15.16	88.33	50	4.25	4.57	25.27	147.22
		Всього		22.81	39.70	36.48	405.43		31.25	26.99	53.87	571.88
		Всього день		61.09	96.69	135.94	1276.91		69.55	71.70	193.91	1678.87

Збірник рецептур, № розкладки	Алергени	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
1		2-й тиждень	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Інститут громадського здоров'я	ЗП	Каша гречана	80	2.73	2.06	16.06	88.46	100	3.41	2.58	20.08	110.58
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
Збірн.рец. 2021, ст. 435		Овочевий мікс	50	1.66	1.87	11.86	58.52	80	2.65	3.00	18.97	93.63
Збірн.рец. 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 харчув. 2014, с. 512		Чай	150	0.00	0.00	2.24	8.52	180	0.00	0.00	2.69	10.23
Інститут громадського здоров'я № 12,01		Фрукти мандарин	60	0.48	0.12	5.40	22.80	60	0.48	0.12	5.40	22.80
		Всього		30.19	14.43	56.42	414.35		32.16	15.58	68.00	511.04
		<u>Обід</u>										
		Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595	
Інститут громад.здор. № 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 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
Збірник рецептур видання		Салат з солених огірків з цибулею	50	0.36	1.57	1.83	21.34	80	0.58	2.51	2.93	34.14
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 2021 №316, ст. 481		Компот з ягодами (фруктами)	150	0.40	0.00	7.50	33.30	180	0.50	0.00	9.00	40.00
Інститут громадського здоров'я № 12,01		Фрукти мандарин	70	0.56	0.14	6.30	26.60	70	0.56	0.14	6.30	26.60
		Всього		28.26	11.34	58.93	460.34		30.76	13.32	69.77	538.22
		<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
Збірн.рец. 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	120	1.20	0.00	12.00	49.20	180	1.80	0.00	18.00	73.80
		Всього		7.40	7.06	63.80	335.64		12.74	12.93	78.17	427.52
		Всього день		43.06	25.46	186.53	1210.33		75.66	41.83	215.94	1476.78

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		Вівторок										
		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
		Сніданок										
Організація харчув. 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	45	2.58	3.45	3.47	70.65	50	2.87	3.84	3.86	78.5
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
Збірн.рец. 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 шишшини	150	4.20	0.00	18.00	85.20	180	5.04	0.00	21.60	102.24
		Всього		14.65	11.70	58.58	408.99		17.72	13.38	70.31	487.11
		Обід										
		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
Збірн. Рец. 2020, ст. 419, № 3	З	Рис розсипчастий	80	2.46	2.22	15.53	107.50	100	3.08	2.78	19.41	111.90
Інститут громад. Харчування	Р, Г	Рибні стіки	70	10.8	1.9	15.2	112.2	70	10.8	1.9	15.2	112.2
Інститут громад. Здоров'я № 3		Асорті овочево	70	0.87	0.22	5.00	23.23	100	1.25	0.31	7.13	33.18
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 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
Інститут громадського		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
		Вечера										
		Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510	
Інститут громад. 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 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
Організація харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	100	1.3	0.23	5.41	27.05
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 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
Інститут громадського		Фрукти банан	50	0.75	0.10	10.90	47.50	50	0.75	0.10	10.90	47.50
		Всього		23.84	5.48	43.47	310.60	505.00	25.19	6.14	51.12	349.98
		Всього день		47.46	19.27	113.47	960.45		43.11	27.94	158.14	1359.13

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		Середа										
		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 хачування 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 харчув., ст. 514	МП	Какао на молоці	120	3.85	3.29	8.00	75.73	180	5.77	4.93	11.99	113.59
Інститут громадського здоров'я № 12.01		Фрукти мандарин	70	0.56	0.14	6.30	26.60	130	1.04	0.26	11.70	49.40
		Всього		19.67	37.89	32.12	359.43		27.56	24.49	47.92	512.65
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірн. Рец. 2014 ст 360 Інститут громад. харчування 2014 № 08 01	МП	Борщ буряковий зі сметаною	150	1.36	2.06	9.95	61.90	200	1.82	2.75	13.27	82.54
Збірн.рец. 2021, с. 377, № 235	ЗП	Каша гречана	80	2.73	2.06	16.06	88.46	100	3.41	2.58	20.08	110.58
	Г,МП,Л	Шніцель зі свинини	50	5.36	4.32	6.99	110.00	60	6.44	5.18	8.38	132.00
Збірн.рец. 2021, ст. 54, № 36		Вінегрет	50	0.75	5.05	3.75	64.00	80	1.2	8.08	6.00	102.40
Збірн.рец. 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
		Всього		12.66	16.39	60.15	451.91		15.76	20.99	73.83	566.38
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірн. Рец. 2020, ст. 419, №	З	Рис розсипчастий	80	2.46	2.22	15.53	107.50	100	3.08	2.78	19.41	111.90
Збірник рецептур 1990, № 286	Г, Я	Котлета рублена з індошати/курятини	45	7.13	8.06	4.97	121.02	60	9.51	10.75	6.63	161.36
Організація харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	100	1.3	0.23	5.41	27.05
Збірн.рец. 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим та твердим сиром	30/2/12	5.00	6.20	9.90	111.00	30/2/12	5.00	6.20	9.90	111.00
Збірн.рец. 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 харчув. 2014, ст. 435	Г, Я	Пиріжок з повидлом	30	1.92	1.81	11.94	67.53	30	1.92	1.81	11.94	67.53
		Всього		17.25	18.49	49.62	439.22		20.92	21.88	58.79	501.22
		Всього день		47.16	53.37	159.39	1250.56		64.24	67.36	180.54	1580.25

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		Четвер										
		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
		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 2020, ст.136	Г	Палички курячі	45	15.11	2.41	7.69	113.06	60	20.15	3.21	10.26	150.75
Збірн.реп. 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
Інститут гром. харч. № 1.35	МП	Буряк тушкований в сметанному соусі	70	1.26	2.36	6.04	50.14	80	1.46	2.67	6.9	57.30
Організація харчув. 2014, с. 512		Чай	150	0.00	0.00	2.24	8.52	180	0.00	0.00	2.69	10.23
		Всього		24.66	13.70	44.17	398.82		30.98	14.75	52.45	471.40
		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. 376	ЗП	Суп гречаний	180	2.65	4.12	16.75	115.71	200	2.95	4.58	18.61	128.57
Збірн.реп. 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 гром. Здоров'я №		Асорті овочево	70	0.87	0.22	5.00	23.23	100	1.25	0.31	7.13	33.18
Збірн.реп. 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
Збірн.реп. 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
Інститут громадського		Фрукти банан	130	1.95	0.26	28.34	103.50	130	1.95	0.26	28.34	103.50
		Всього		17.70	11.74	82.17	480.18		21.70	13.01	91.63	550.30
		Вечеря										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірн. реп. 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
Збірн.реп. 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		21.68	13.50	34.20	320.17		24.67	15.30	39.76	480.05
		Всього день		61.06	38.74	150.57	1199.17		77.35	43.06	183.84	1501.75

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		П'ятниця										
		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
		Сніданок										
Організація харчув. 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 рец. 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		25.30	21.80	26.30	397.17		33.32	28.85	34.77	504.56
		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
Інститут гром.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	Курачий шніцель	50	15.60	1.39	3.57	89.15	60	18.72	1.67	4.28	106.97
Організація харчування 2014, с.466		Асорті овочево (соління)	70	0.7	0.07	1.17	9.10	100	1.00	0.1	1.67	13.00
Збірн.рец. 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
Інститут громадського здоров'я № 12,01		Фрукти мандарин	70	0.56	0.14	6.30	26.60	130	1.04	0.26	11.70	49.40
		Всього		24.08	10.23	65.94	445.04		29.72	11.86	83.82	554.73
		Вечеря										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
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
Інститут гром. Харчування	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	100	1.3	0.23	5.41	27.05
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 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 харчув. 2014, ст. 509	Г, Я	Булка здобна	50	4.25	3.79	25.27	0.00	50	4.25	3.79	25.27	0.00
		Всього		20.02	10.61	76.12	315.69		20.99	10.25	79.75	332.95
		Всього день		64.12	31.45	218.18	1157.90		84.03	50.96	198.34	1392.24

Збірник рецептур, № розкладки	Алергени	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
		<u>Понеділок</u>										
		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	ЗП	Булгур	80	3.38	2.61	23.1	124.24	100	4.23	3.27	28.87	155.30
Інститут громадського здоров'я № 12,01	Г	Нагетси курячі	50	11.66	1.32	12.35	107.90	50	11.66	1.32	12.35	107.90
Збірн.реп. 2021, ст. 435		Овочевий мікс	60	1.99	2.25	14.23	70.22	80	2.65	3.00	18.97	93.63
Збірн.реп. 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
Організація харчув. 2014, с. 512		Чай	150	0.00	0.00	2.24	8.52	180	0.00	0.00	2.69	10.23
Інститут громадського здоров'я № 12,01		Фрукти мандарин	100	0.80	0.20	9.00	38.00	160	1.28	0.32	14.40	60.80
Всього				19.63	9.28	70.82	419.88		21.92	10.31	87.18	498.86
		<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
Збірн.реп. 2021 №291,	Г	Макарони відварені	80	2.64	2.20	15.80	93.34	100	3.08	2.75	19.75	116.67
Збірн.реп. 2021, с. 377,	Г,МП,Л	Шніцель зі свинини	50	5.36	4.32	6.99	110.00	60	6.44	5.18	8.38	132.00
Збірн.реп. 2021, ст. 54, № 36		Вінегрет	50	0.75	5.05	3.75	64.00	80	1.2	8.08	6.00	102.40
Збірн.реп. 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
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				16.69	16.55	73.44	505.64		19.80	20.49	84.63	606.41
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Організація харчув.	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 харчув.	З, МП	Каша молочна вівсяна	80	2.78	3.54	8.25	74.88	100	3.47	4.42	10.31	93.60
Організація харчув., ст.	МП	Какао на молоці	120	3.85	3.29	8.00	75.73	180	5.77	4.93	11.99	113.59
Всього				12.53	13.73	62.80	413.71		17.11	18.55	84.37	557.99
Всього день				41.75	44.01	199.04	1339.23		58.83	49.35	256.18	1663.26

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
		<u>Вівторок</u>										
		3-й тиждень	Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		<u>Сніданок</u>										
Інститут громадського здоров'я	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 харчування № 1.35	МП	Буряк тушкований в сметанному соусі	50	0.9	1.68	4.31	35.81	80	1.46	2.67	6.9	57.30
Збірн.рецепт. 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
Всього				9.60	11.60	43.19	403.44		12.53	14.29	53.81	495.31
		<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
Збірн. Рецепт. 2020, ст. 3	З	Рис розсипчастий	80	2.46	2.22	15.53	107.50	100	3.08	2.78	19.41	111.90
Інститут громадського харчування	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		Асорті овочеве	70	0.87	0.22	5.00	23.23	100	1.25	0.31	7.13	33.18
Збірн.рецепт. 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
Збірн.рецепт. 2021 №316,		Компот з ягодами (фруктами)	150	0.09	0.09	4.58	18.65	180	0.11	0.11	5.50	22.38
Інститут громадського здоров'я № 12,01		Фрукти мандарин	70	0.56	0.14	6.30	26.60	130	1.04	0.26	11.70	49.50
Всього				23.43	13.83	65.40	483.06		26.13	15.57	82.68	559.54
		<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.	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
Атлас кулінарної мудрості, 1996	Г, МП	Хачапури з сиром	30	3.73	4.71	10.25	95.28	60	7.46	9.42	20.50	190.56
Збірн.рецепт. 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				25.67	23.92	50.60	514.51		29.70	28.63	63.85	622.09
Всього день				74.77	61.67	166.60	1401.01		68.36	58.49	200.34	1676.94

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		Середа										
		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>										
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 2021, ст. 435		Овочевий мікс	60	1.99	2.25	14.23	70.22	80	2.65	3.00	18.97	93.63
Промислове	МП	Сир твердий	15	3.37	4.27	0.70	52.05	15	3.37	4.27	0.70	52.05
Збірн.рец. 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цілнозерновий	15	1.05	1.20	4.80	35.05	15	1.05	1.20	4.80	35.05
Організація харчув. 2014, с. 512		Чай	150	0.00	0.00	2.24	8.52	180	0.00	0.00	2.69	10.23
		Всього		24.67	13.00	45.47	378.69		31.55	15.63	59.16	478.92
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Збірн. Рец. 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
Збірн.рец. 2021 №291,	Г	Спагетті відварені	80	2.64	2.20	15.80	93.34	100	3.08	2.75	19.75	116.67
Збірн. рецептур 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
Інститут гром. Здоров'я		Асорті овочево (соління)	70	0.87	0.22	5.00	23.23	100	1.25	0.31	7.13	33.18
Збірн.рец. 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
Видання 2021, ст. 560,		Узвар	150	0.66	0.00	13.50	56.55	180	0.79	0.00	16.20	67.86
Інститут громадського		Фрукти мандарин	70	0.56	0.14	6.30	26.60	130	1.04	0.26	11.70	49.50
		Всього		19.93	16.25	65.82	481.62		22.12	17.20	83.32	569.75
		<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	ЗП	Кус-кус розсипчатий	80	3.12	1.76	17.60	104.05	100	3.90	2.20	22.00	130.07
Інститут громад.здор. №	Р, Г	Рибні нагетси	60	9.69	1.89	12.43	97.54	70	11.3	2.2	14.5	113.8
Організація харчув.		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	100	1.3	0.23	5.41	27.05
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 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 харчув.	Г, Я	Пиріжок з повидлом	60	3.83	3.62	23.88	135.05	60	3.83	3.62	23.88	135.05
		Всього		18.28	8.92	66.14	404.31		21.34	9.81	76.24	463.85
		Всього день		56.49	34.09	198.10	1264.62		75.01	42.64	218.72	1512.52

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		Четвер										
		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>										
Збірн. Рец. 2020, ст.	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
Збірн.рец. 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	МП	Сир твердий	15	3.37	4.27	0.70	52.05	15	3.37	4.27	0.70	52.05
Організація харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	80	1.04	0.18	4.33	21.64
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
Інститут громадського		Фрукти яблуко	100	0.40	0.40	12.37	54.57	60	0.24	0.09	7.08	31.44
		Всього		28.48	11.29	62.77	472.98		33.59	11.39	67.30	497.24
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Інститут громад.здор. № Видання 2021,ст. 146, № 93	Г, ЗП МП	Суп гороховий з грінками	150	3.30	3.30	11.52	97.08	200	4.40	4.40	15.36	129.44
Збірн.рец. 2021 № 254,		Картопляне пюре	114	2.43	1.82	18.47	100.32	114	2.43	1.82	18.47	100.32
Інститут громад.здоров'я		Курка з паприкою (шашлик)	50	15.06	4.93	1.16	109.25	50	15.06	4.93	1.16	109.25
		Салат з буряка та аром. олією	50	0.77	1.59	4.61	34.62	80	1.24	2.55	7.38	55.40
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 2021 №316,		Компот з ягодами (фруктами)	150	0.09	0.09	4.58	18.65	180	0.11	0.11	5.50	22.38
Інститут громадського		Фрукти банан	40	0.06	0.12	9.20	38.00	70	1.05	0.14	15.96	66.50
		Всього		23.51	0.08	59.44	468.92		26.39	16.35	73.73	554.29
		<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 харчув., 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		61.73	75.58	111.08	1274.73		86.50	51.97	177.25	1514.78

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		П'ятниця										
		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 харчув. 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 рец. 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		25.30	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
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 громад. харчування 2014, №	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/індошати з сиром	45	7.13	8.06	4.97	121.02	70	9.51	10.75	6.63	161.36
Збірник рецептур		Салат з солених огірків з	50	0.36	1.57	1.83	21.34	80	0.58	2.51	2.93	34.14
Збірн.рец. 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,		Узвар	150	0.66	0.00	13.50	56.55	180	0.79	0.00	16.20	67.86
Інститут громадського здоров'я№ 12,01		Фрукти мандарин	100	0.80	0.20	9.00	38.00	160	1.28	0.32	14.40	60.80
		Всього		14.86	17.91	63.66	464.77		19.51	22.72	81.34	596.94
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірн. Рец. 2020, ст.	З	Рис розсипчастий	80	2.46	2.22	15.53	107.50	100	3.08	2.78	19.41	111.90
ник рецдо 2021, ст. 408, №	Г	Нагетси курячі	40	9.33	1.07	9.88	86.08	50	11.66	1.32	12.35	107.90
Організація харчув. 2014, с. 466		Помідор солений	50	0.65	0.11	2.7	13.52	100	1.3	0.23	5.41	27.05
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 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 харчув.	Г, Я	Булка здобна	30	2.55	2.74	15.16	88.33	50	4.25	4.57	25.27	147.22
		Всього		18.29	9.04	68.17	427.93		24.19	11.30	90.34	538.87
		Всього день		51.44	35.99	200.00	1289.87		77.86	63.67	207.40	1653.79

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал
Інститут громадського здоров'я	Алергени	Понеділок										
		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>										
Збірн. Рец. 2020, ст. 419, №	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
Збірн.рец. 2021, ст. 435		Овочевий мікс	50	1.66	1.87	11.86	58.52	80	2.65	3.00	18.97	93.63
Збірн.рец. 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 харчув. 2014, с. 512		Чай	150	0.00	0.00	2.24	8.52	180	0.00	0.00	2.69	10.23
Інститут громадського здоров'я № 12,01		Фрукти мандарин	70	0.56	0.14	6.30	26.60	50	0.40	0.10	4.50	19.00
		Всього		30.00	14.61	56.79	437.19		31.75	15.76	66.43	508.56
		<u>Обід</u>										
			Вихід, г	15-18	16-19	58-67	415-485	Вихід, г	17-20	16-19	72-84	510-595
Інститут гром.здор. № 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 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 гром.здор. № 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
Організація харчування 2014, с.466		Асорті овочеve (соління)	70	0.7	0.07	1.17	9.10	100	1.00	0.1	1.67	13.00
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 2021 №316, ст.		Компот з ягодами (фруктами)	150	0.09	0.09	4.58	18.65	180	0.11	0.11	5.50	22.38
		Всього		12.79	13.38	53.91	483.94		16.58	16.23	66.75	592.60
		<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 харчув., ст. 514	МП	Какао на молоці	120	3.85	3.29	8.00	75.73	180	5.77	4.93	11.99	113.59
Інститут громадського здоров'я № 12,01		Фрукти мандарин	70	0.56	0.14	6.30	26.60	80	0.64	0.21	7.25	30.40
		Всього		10.61	10.49	66.10	388.77		17.35	18.07	79.41	497.71
		Всього день		34.01	34.36	186.11	1309.90		65.68	50.06	212.59	1598.87

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		Вівторок										
		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, № 2	Г	Нагетси курячі	50	11.66	1.32	12.35	107.90	50	11.66	1.32	12.35	107.90
Організація харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	80	1.04	0.18	4.33	21.64
Збірн.реп. 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
Інститут громадського		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	ЗП	Булгур	80	3.38	2.61	23.1	124.24	100	4.23	3.27	28.87	155.30
Збірн.реп. 2021, с. 377, № 1	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 № 8		Асорті овочева	70	0.87	0.22	5.00	23.23	100	1.25	0.31	7.13	33.18
Збірн.реп. 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
Збірн.реп. 2021 №316, ст.		Компот з ягодами (фруктами)	150	0.09	0.09	4.58	18.65	180	0.11	0.11	5.50	22.38
		Всього		12.88	13.26	57.97	415.52		15.97	15.43	70.98	505.06
		<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 розсипчастий	80	3.12	1.76	17.60	104.05	100	3.90	2.20	22.00	130.07
Інститут громадського	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	100	1.3	0.23	5.41	27.05
Збірн.реп. 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
Збірн.реп. 2021, с. 563, № 383		Сік фруктовий	150	1.50	0.00	15.00	61.50	180	1.80	0.00	18.00	73.80
Інститут громадського		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		19.75	5.92	81.52	445.12
		Всього день		48.62	23.94	195.03	1250.78		61.06	30.51	227.98	1426.83

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		Середа	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>										
я харчув. 2021, ст. 406, № 253	ЗП	Рис "Паєля" з курячим м'ясом	120	7.89	6.05	25.16	186.52	160	10.53	8.07	33.55	248.70
Збірн.рец. 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 харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	80	1.04	0.18	4.33	21.64
Організація харчув. 2014, с. 512		Чай	150	0.00	0.00	2.24	8.52	180	0.00	0.00	2.69	10.23
Інститут громадського здоров'я № 12,01		Фрукти мандарин	60	0.48	0.12	5.40	22.80	60	0.48	0.12	5.40	22.80
		Всього		14.19	13.45	46.10	354.41		17.52	15.04	56.57	426.42
		<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
Збірн.рец. 2021 №291, ст. Видання 2021, ст. 358, № 223	Г, МП	Спагетті відварені	80	2.64	2.20	15.80	93.34	100	3.08	2.75	19.75	116.67
		Бефстроганов з вареної яловичини	45	7.70	1.95	1.80	54.75	60	10.26	2.60	2.40	75.00
Збірн.рец. 2021, ст. 54, № 36		Вінегрет	50	0.75	5.05	3.75	64.00	80	1.2	8.08	6.00	102.40
Збірн.рец. 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
Інститут громадського здоров'я № 12,01		Фрукти мандарин	50	0.40	0.10	4.50	19.00	100	0.80	0.20	9.00	38.00
		Всього		16.60	16.32	66.00	474.35		21.18	20.61	81.86	599.50
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Організація харчув. 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
Збірник рец. 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 харчув. 2014, ст.	Г, Я	Пиріжок з повидлом	60	3.83	3.62	23.88	135.05	60	3.83	3.62	23.88	135.05
		Всього		29.13	25.42	50.18	532.22		37.15	32.47	58.65	659.61
		Всього день		74.86	67.16	166.36	1360.98		75.85	68.12	197.08	1685.53

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго-цінність, ккал
Інститут громадського здоров'я		Четвер										
		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. 2014, ст. 506	Г, МП	Спагетті 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 харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	80	1.04	0.18	4.33	21.64
Збірн.рец. 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 харчув. 2014, с. 512		Чай	150	0.00	0.00	2.24	8.52	180	0.00	0.00	2.69	10.23
Інститут громадського		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
Збірн. Рец. 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
Збірн. Рец. 2020, ст. 419, №	З	Рис розсипчастий	80	2.46	2.22	15.53	107.50	100	3.08	2.78	19.41	111.90
Інститут громад.	Р, Г	Рибні стіки	70	10.8	1.9	15.2	112.2	70	10.8	1.9	15.2	112.2
Збірник рецептур видання		Салат з солених огірків з цибулею	50	0.36	1.57	1.83	21.34	80	0.58	2.51	2.93	34.14
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 2021 №316, ст.		Компот з ягодами (фруктами)	150	0.09	0.09	4.58	18.65	180	0.11	0.11	5.50	22.38
Інститут громадського		Фрукти банан	60	0.90	0.12	13.08	57.00	80	1.20	0.16	17.44	72.00
		Всього		17.77	10.86	70.07	449.59		19.69	12.61	83.65	506.16
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Інститут громад. 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
Збірн.рец. 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
Збірн.рец. 2021, с. 9, № 1	Г	Хліб цільнозерновий 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 харчув. 2014, с. 466		Овочі свіжі	50	0.65	0.11	2.7	13.52	100	1.3	0.23	5.41	27.05
Збірн.рец. 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		17.99	11.99	47.41	355.95		22.86	14.07	58.64	436.48
		Всього день		53.75	34.84	164.89	1128.75		54.63	36.84	196.59	1354.98

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 1-4 р.					Енергетична цінність для дітей 4-6(7) р.				
				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енерго- цінність, ккал
		П'ятниця										
		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>										
Інститут гром.здоров'я №	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	Курачий шніцель	50	15.60	1.39	3.57	89.15	60	18.72	1.67	4.28	106.97
Збірн.рец. 2021, ст. 435		Овочевий мікс	60	1.99	2.25	14.23	70.22	60	1.99	2.25	14.23	70.22
Збірн.рец. 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 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
		Всього		26.97	9.15	68.80	439.81	0.40	32.08	9.59	78.88	505.73
		<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
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/індошатики	45	7.13	8.06	4.97	121.02	60	9.51	10.75	6.63	161.36
Інститут гром.здоров'я №		Салат з буряка та аром. олією	50	0.77	1.59	4.61	34.62	80	1.24	2.55	7.38	55.40
Збірн.рец. 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
Інститут громадського здоров'я № 12,01		Фрукти яблука	70	0.28	0.28	8.26	36.68	160	0.64	0.64	18.88	83.84
		Всього		15.01	16.73	78.71	502.29		18.65	20.24	96.46	621.88
		<u>Вечеря</u>										
			Вихід, г	13-15	11-13	48-58	350-415	Вихід, г	14-17	14-16	60-72	425-510
Збірн. рец. 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
Організація харчув., 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 харчув. 2014, ст.	Г, Я	Булка здобна	30	2.55	2.74	15.16	88.33	50	4.25	4.57	25.27	147.22
		Всього		26.58	19.53	42.36	422.73		32.89	24.80	59.02	571.21
		Всього день		68.17	55.79	163.43	1364.83		83.62	54.63	234.36	1698.82

Використано рекомендовану літературу

1. «Інститут громадського здоров'я ім. О.М. Марзеева 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.