

**Затверджую:**

Директор департаменту освіти  
Кам'янської міської ради



*[Signature]*  
Наталія РЕВА

Дата реєстрації \_\_\_\_\_

**Узгоджую:**

Заступник начальника управління-  
начальник відділу державного  
нагляду за дотриманням  
санітарного законодавства  
Кам'янського районного  
управління Головного управління  
Держпродспоживслужби у  
Дніпропетровській області



*[Signature]*  
Ангела БІЛЕНКО

Дата затвердження 12.12.2025

## МЕНЮ

**перспективне примірне 4-х тижневе меню для закладів загальної  
середньої освіти на зимовий період 2025-2026 року.**

м. Кам'янське

2025 рік

**1-й тиждень сніданки**

Найменування страв	Вихід страви,г			Хімічний склад												
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал			
	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	
<b>Понеділок</b>																
Капуста тушкована	90	110	110	0.23	0.23	0.23	1.02	1.02	1.02	1.16	1.16	1.16	15.30	18.70	18.70	
Фритата	50	50	50	5.80	5.80	5.80	4.60	4.60	4.60	2.50	2.50	2.50	74.30	74.30	74.30	
Каша гречана розсипчаста	120	150	150	6.05	7.56	7.56	3.71	4.64	4.64	30.36	37.95	37.95	180.17	225.21	225.21	
Хліб цільнозерновий з сиром твердим, маслом вершковим	30/15/3	50/15/4	50/15/4,5	6.28	8.14	8.14	9.12	9.90	9.90	10.20	17.00	17.00	162.97	204.77	204.77	
Чай трав'яний	150	150	150													
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	1.50	1.50	1.50	0.10	0.10	0.10	21.80	21.80	21.80	89.00	89.00	89.00	
<b>Всього</b>				<b>19.86</b>	<b>23.23</b>	<b>23.23</b>	<b>18.56</b>	<b>20.26</b>	<b>20.26</b>	<b>66.02</b>	<b>80.41</b>	<b>80.41</b>	<b>521.74</b>	<b>611.98</b>	<b>611.98</b>	
<b>Вівторок</b>																
Салат з буряку вареного	100	100	100	1.50	1.50	1.50	2.85	2.85	2.85	10.00	10.00	10.00	66.72	66.72	66.72	
Курка запечена з яблуками	87	125	150	12.70	18.25	21.89	10.90	15.66	18.79	1.40	2.01	2.41	154.00	221.00	266.00	
Макарони варені з сиром твердим	120	150	150	6.15	7.69	9.96	1.69	2.12	2.35	35.60	44.54	59.34	182.67	228.51	299.95	
Сік фруктовий	200	200	200	0.80	0.80	0.80	0.00	0.00	0.00	20.60	20.60	20.60	84.00	84.00	84.00	
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	1.5	1.5	1.5	0.1	0.1	0.1	21.8	21.8	21.8	89	89	89	
<b>Всього</b>				<b>22.65</b>	<b>29.74</b>	<b>35.65</b>	<b>15.54</b>	<b>20.72</b>	<b>24.09</b>	<b>89.40</b>	<b>98.95</b>	<b>114.15</b>	<b>576.39</b>	<b>689.23</b>	<b>805.67</b>	
<b>Середа</b>																
Салат з квашеної капусти	80	85	85	1.20	1.30	1.30	2.70	2.80	2.80	6.60	6.98	6.98	53.30	56.66	56.66	
Плов з курячим м'ясом	175	250	300	16.84	24.05	28.86	6.71	9.59	11.51	28.20	40.29	48.35	239.43	342.04	410.45	
Йогурт	125	125	125	3.40	3.40	3.40	3.10	3.10	3.10	17.60	17.60	17.60	110.00	110.00	110.00	
Хліб житній	30	50	50	1.83	3.00	3.00	0.36	0.60	0.60	12.51	34.90	34.90	61.80	103.00	103.00	
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	1.50	1.50	1.50	0.10	0.10	0.10	21.80	21.80	21.80	89.00	89.00	89.00	
<b>Всього</b>				<b>24.77</b>	<b>33.25</b>	<b>38.06</b>	<b>12.97</b>	<b>16.19</b>	<b>18.11</b>	<b>86.71</b>	<b>121.57</b>	<b>129.63</b>	<b>553.53</b>	<b>700.70</b>	<b>769.11</b>	
<b>Четвер</b>																
Салат з моркви з сиром та сметаною	80	80	80	3.29	3.29	3.29	4.29	4.29	4.29	5.46	5.46	5.46	70.40	70.40	70.40	
Рибні палички	60	90	120	10.41	15.62	20.82	2.88	4.31	5.75	1.82	2.73	3.64	74.09	111.13	148.18	
Каша рисова розсипчаста	120	150	150	2.98	3.73	3.73	2.64	3.30	3.30	30.23	37.78	37.78	160.00	200.00	200.00	
Компот із сушених фруктів	200	200	200	0.15	0.15	0.15	0.00	0.00	0.00	17.86	17.86	17.86	64.95	64.95	64.95	
Хліб цільнозерновий	30	50	50	2.79	4.65	4.65	1.17	1.95	1.95	10.20	17.00	17.00	62.70	104.50	104.50	
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	1.50	1.50	1.50	0.10	0.10	0.10	21.80	21.80	21.80	89.00	89.00	89.00	
<b>Всього</b>				<b>21.12</b>	<b>28.93</b>	<b>34.14</b>	<b>11.07</b>	<b>13.95</b>	<b>15.39</b>	<b>87.37</b>	<b>102.63</b>	<b>103.54</b>	<b>521.14</b>	<b>639.98</b>	<b>677.03</b>	
<b>П'ятниця</b>																
Салат з моркви та яблук з соусом "Вінегрет"	100	100	100	0.89	0.89	0.89	3.56	3.56	3.56	9.19	9.19	9.19	69.00	69.00	69.00	
Пюре картопляне	134	168	168	2.90	3.70	3.70	3.12	3.92	3.92	21.58	27.06	27.06	126.50	158.66	158.66	
Запіванка сирна	100	100	100	14.20	14.20	14.20	8.87	8.87	8.87	11.05	11.05	11.05	183.00	183.00	183.00	
Соус із фруктів сушених	20	20	20	0.30	0.30	0.30	0.00	0.00	0.00	10.60	10.60	10.60	42.50	42.50	42.50	
Какао з молоком	180	180	180	5.56	5.56	5.56	4.80	4.80	4.80	9.10	9.10	9.10	101.00	101.00	101.00	
<b>Всього</b>				<b>23.85</b>	<b>24.65</b>	<b>24.65</b>	<b>20.35</b>	<b>21.15</b>	<b>21.15</b>	<b>61.52</b>	<b>67.00</b>	<b>67.00</b>	<b>522.00</b>	<b>554.16</b>	<b>554.16</b>	

## 2-й тиждень сніданки

Найменування страв	Вихід страви,г			Хімічний склад												
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал			
	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	
<b>Понеділок</b>																
Салат з моркви та яблук з соусом Вінегрет	100	100	100	0.9	0.9	0.9	3.6	3.6	3.6	9.2	9.2	9.2	69.0	69.0	69.0	
Яйце варене	40	40	40	5.1	5.1	5.1	4.6	4.6	4.6	0.7	0.7	0.7	62.8	62.8	62.8	
Каша гречана в'язка	120	150	150	6.0	7.6	7.6	3.7	4.6	4.6	30.4	38.0	38.0	180.2	225.2	225.2	
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200	0.2	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	17.9	17.9	17.9	65.0	65.0	65.0	
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/15	50/15	50/15	6.2	8.1	8.1	5.5	6.3	6.3	10.2	17.0	17.0	116.7	158.5	158.5	
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	1.5	1.5	1.5	0.1	0.1	0.1	21.8	21.8	21.8	89.0	89.0	89.0	
<b>Всього</b>				<b>19.9</b>	<b>23.3</b>	<b>23.3</b>	<b>17.5</b>	<b>19.2</b>	<b>19.2</b>	<b>90.1</b>	<b>104.5</b>	<b>104.5</b>	<b>582.6</b>	<b>669.5</b>	<b>669.5</b>	
<b>Вівторок</b>																
Овочі припущені з соусом "Бешамель"	100	120	120	3.28	3.94	3.94	1.2	1.44	1.44	10.66	12.79	12.79	62	74	74	
Пастуший піриг з курячим м'ясом	175	250	300	20.19	28.285	34.62	7.63	10.9	13.08	19.82	28.31	33.98	225	322	386	
Чай трав'яний	150	150	150													
Хліб житній з сиром твердим	30/15	50/15	50/15	5.28	6.45	6.45	4.71	4.95	4.95	12.51	34.9	34.9	115.8	157	157	
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	1.5	1.5	1.5	0.1	0.1	0.1	21.8	21.8	21.8	89	89	89	
<b>Всього</b>				<b>30.25</b>	<b>40.175</b>	<b>46.51</b>	<b>13.64</b>	<b>17.39</b>	<b>19.57</b>	<b>64.79</b>	<b>97.8</b>	<b>103.47</b>	<b>491.8</b>	<b>642</b>	<b>706</b>	
<b>Середа</b>																
Салат з капусти з ароматною олією	100	100	100	1.8	1.8	1.8	3.1	3.1	3.1	5.6	5.6	5.6	54.0	54.0	54.0	
Шніцель з курятини	70	100	120	16.0	22.9	27.5	4.8	6.9	8.3	10.1	14.5	17.4	148.9	212.7	255.2	
Кус-кус розсипчастий	120	150	150	7.6	9.4	9.4	2.0	2.5	2.5	42.6	53.3	53.3	235.0	294.0	294.0	
Кисіль із свіжих (заморожених) фруктів або ягід	200	200	200	0.5	0.5	0.5	0.0	0.0	0.0	25.7	25.7	25.7	102.2	102.2	102.2	
<b>Всього</b>				<b>26.0</b>	<b>34.6</b>	<b>39.2</b>	<b>9.9</b>	<b>12.5</b>	<b>13.9</b>	<b>84.0</b>	<b>99.0</b>	<b>102.0</b>	<b>540.1</b>	<b>662.9</b>	<b>705.5</b>	
<b>Четвер</b>																
Вінегрет	100	100	100	1.604	1.344	1.904	0.171	0.151	0.191	9.333	7.653	11.333	43.1	36.3	51.5	
Риба запечена з овочами	80	120	160	12.3	18.5	24.6	1.3	2.0	2.6	1.9	2.8	3.7	74.0	111.0	148.0	
Рис з орегано	120	150	150	2.98	3.73	3.73	2.64	3.3	3.3	30.23	37.78	37.78	160	200	200	
Сік фруктовий	200	200	200	0.8	0.8	0.8	0	0	0	20.6	20.6	20.6	84	84	84	
Хліб житній	30	50	50	1.83	3	3	0.36	0.6	0.6	12.51	34.9	34.9	61.8	103	103	
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	1.5	1.5	1.5	0.1	0.1	0.1	21.8	21.8	21.8	89	89	89	
<b>Всього</b>				<b>21.0</b>	<b>28.8</b>	<b>35.6</b>	<b>4.6</b>	<b>6.1</b>	<b>6.8</b>	<b>96.3</b>	<b>125.5</b>	<b>130.1</b>	<b>511.9</b>	<b>623.3</b>	<b>675.5</b>	
<b>П'ятниця</b>																
Салат з червоної капусти з соусом вінегрет	100	100	100	1.6	1.6	1.6	3.5	3.5	3.5	6.0	6.0	6.0	58.0	58.0	58.0	
Каша кукурудзяна	120	150	150	3.7	4.6	4.6	3.1	3.9	3.9	18.2	22.8	22.8	116.0	145.0	145.0	
Гратен "Зебра"	100	120	120	14.9	17.9	17.9	9.6	11.5	11.5	18.3	22.0	22.0	220.0	264.0	264.0	
Сметана	25	25	25	0.7	0.7	0.7	5.3	5.3	5.3	0.8	0.8	0.8	53.0	53.0	53.0	
Компот із фруктів сушених	200	200	200	0.2	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	17.9	17.9	17.9	65.0	65.0	65.0	
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	1.5	1.5	1.5	0.1	0.1	0.1	21.8	21.8	21.8	89.0	89.0	89.0	
<b>Всього</b>				<b>22.5</b>	<b>26.4</b>	<b>26.4</b>	<b>21.5</b>	<b>24.2</b>	<b>24.2</b>	<b>82.9</b>	<b>91.2</b>	<b>91.2</b>	<b>601.0</b>	<b>674.0</b>	<b>674.0</b>	

## 3-й тиждень сніданки

Найменування страв	Вихід страви, г			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років
<b>Понеділок</b>															
Салат з капусти білокачанної з зеленим горошком та насінням	75	75	75	2.6	2.6	2.6	4.6	4.6	4.6	5.1	5.1	5.1	70.0	70.0	70.0
Фрітата	50	50	50	5.8	5.8	5.8	4.6	4.6	4.6	2.5	2.5	2.5	74.3	74.3	74.3
Овочева паелья з куркумою	120	150	150	4.4	5.5	5.5	0.5	0.6	0.6	33.7	42.1	42.1	158.0	197.0	197.0
Сік фруктовий	200	200	200	0.8	0.8	0.8	0.0	0.0	0.0	20.6	20.6	20.6	84.0	84.0	84.0
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/15/3	50/15/4	50/15/4,5	6.3	8.1	8.1	9.1	9.9	9.9	10.2	17.0	17.0	149.8	191.6	191.6
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>20.2</b>	<b>23.2</b>	<b>23.2</b>	<b>19.2</b>	<b>20.1</b>	<b>20.1</b>	<b>82.4</b>	<b>97.7</b>	<b>97.7</b>	<b>581.1</b>	<b>661.9</b>	<b>661.9</b>
<b>Вівторок</b>															
Салат з капусти червокачанної	50	50	50	0.5	0.5	0.5	1.6	1.6	1.6	2.9	2.9	2.9	27.7	27.7	27.7
Нагетси курячі	88	125	150	16.8	23.9	28.6	5.5	7.8	9.4	18.4	26.1	31.4	191.7	272.4	326.8
Каша гречана розсипчаста	120	150	150	6.0	7.6	7.6	3.7	4.6	4.6	30.4	38.0	38.0	180.2	225.2	225.2
Какао з молоком	180	180	180	5.6	5.6	5.6	4.8	4.8	4.8	9.1	9.1	9.1	101.0	101.0	101.0
Хліб житній	30	50	50	1.8	3.0	3.0	0.4	0.6	0.6	12.5	34.9	34.9	61.8	103.0	103.0
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>31.1</b>	<b>40.9</b>	<b>45.6</b>	<b>16.4</b>	<b>19.9</b>	<b>21.4</b>	<b>83.7</b>	<b>121.4</b>	<b>126.7</b>	<b>607.4</b>	<b>774.3</b>	<b>828.7</b>
<b>Середа</b>															
Ікра з буряка	100	100	100	1.8	1.8	1.8	2.8	2.8	2.8	11.5	11.5	11.5	73.6	73.6	73.6
Рибні нагетси	70	105	140	12.1	18.2	24.2	2.6	3.9	5.2	13.5	20.2	26.9	128.0	192.0	256.0
Картопля відварена з маслом вершковим	120	150	150	2.5	3.1	3.1	2.7	3.3	3.3	21.1	26.3	26.3	118.0	147.0	147.0
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200	0.2	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	17.9	17.9	17.9	65.0	65.0	65.0
Хліб житній	30	50	50	1.8	3.0	3.0	0.4	0.6	0.6	12.5	34.9	34.9	61.8	103.0	103.0
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>18.8</b>	<b>26.6</b>	<b>32.7</b>	<b>8.8</b>	<b>11.0</b>	<b>12.3</b>	<b>86.8</b>	<b>121.2</b>	<b>127.9</b>	<b>491.4</b>	<b>625.6</b>	<b>689.6</b>
<b>Четвер</b>															
Салат з моркви з часником	75	75	75	1.1	1.1	1.1	3.8	3.8	3.8	7.5	7.5	7.5	64.5	64.5	64.5
Чахохбілі з курятини	100	143	172	14.5	20.7	24.9	8.8	12.6	15.1	7.2	10.2	12.3	164.0	234.5	282.0
Каша пшенична	120	150	150	4.4	5.5	5.5	0.5	0.6	0.6	33.7	42.1	42.1	158.0	197.0	197.0
Йогурт	125	125	125	3.4	3.4	3.4	3.1	3.1	3.1	17.6	17.6	17.6	110.0	110.0	110.0
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>23.7</b>	<b>31.0</b>	<b>35.2</b>	<b>16.6</b>	<b>20.5</b>	<b>23.0</b>	<b>76.3</b>	<b>87.8</b>	<b>89.9</b>	<b>541.5</b>	<b>651.0</b>	<b>698.5</b>
<b>П'ятниця</b>															
Овочі квашені	85	85	85	0.7	0.7	0.7	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	11.1	11.1	11.1
Пюре із сочевиці	120	150	150	14.5	18.2	18.2	4.1	5.1	5.1	29.3	36.7	36.7	225.5	281.8	281.8
Запіканка сирна з бананом	120	150	150	13.5	16.9	16.9	8.6	10.8	10.8	20.2	25.2	25.2	212.0	266.0	266.0
Соус із фруктів сушених	20	20	20	0.3	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0	10.6	10.6	10.6	42.5	42.5	42.5
Чай трав'яний	150	150	150												
Фрукти свіжі сезонні	70	70	70	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>29.4</b>	<b>36.4</b>	<b>36.4</b>	<b>13.1</b>	<b>16.2</b>	<b>16.2</b>	<b>72.5</b>	<b>84.8</b>	<b>84.8</b>	<b>536.0</b>	<b>646.4</b>	<b>646.4</b>

4-й тиждень сніданки															
Найменування страв	Вихід страви, г			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років
<b>Понеділок</b>															
Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100.0	100.0	100.0	2.4	2.4	2.4	3.5	3.5	3.5	8.1	8.1	8.1	69.0	69.0	69.0
Омлет з сиром твердим	57.1	57.1	57.1	7.1	7.1	7.1	9.0	9.0	9.0	1.0	1.0	1.0	113.8	113.8	113.8
Кус-кус розсіпчастий	120.0	150.0	150.0	7.6	9.4	9.4	2.0	2.5	2.5	42.6	53.3	53.3	235.0	294.0	294.0
Сік фруктовий	200.0	200.0	200.0	0.8	0.8	0.8	0.0	0.0	0.0	20.6	20.6	20.6	84.0	84.0	84.0
Фрукти свіжі сезонні	100.0	100.0	100.0	1.5	1.5	1.5	0.1	0.1	0.1	21.8	21.8	21.8	89.0	89.0	89.0
<b>Всього</b>				<b>19.4</b>	<b>21.2</b>	<b>21.2</b>	<b>14.6</b>	<b>15.1</b>	<b>15.1</b>	<b>94.1</b>	<b>104.8</b>	<b>104.8</b>	<b>590.8</b>	<b>649.8</b>	<b>649.8</b>
<b>Вівторок</b>															
Салат з капусти білокачанної	100.0	100.0	100.0	1.8	1.8	1.8	3.1	3.1	3.1	5.6	5.6	5.6	54.0	54.0	54.0
Курячий шніцель	70.0	100.0	120.0	16.0	22.9	27.5	4.8	6.9	8.3	10.1	14.5	17.4	148.9	212.7	255.2
Каша пшенична розсіпчаста	120.0	150.0	150.0	4.4	5.5	5.5	0.5	0.6	0.6	33.7	42.1	42.1	158.0	197.0	197.0
Компот із фруктів сушених	200.0	200.0	200.0	0.2	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	17.9	17.9	17.9	65.0	65.0	65.0
Хліб житній	30.0	50.0	50.0	1.8	3.0	3.0	0.4	0.6	0.6	12.5	34.9	34.9	61.8	103.0	103.0
Фрукти свіжі сезонні	100.0	100.0	100.0	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>24.6</b>	<b>33.7</b>	<b>38.3</b>	<b>9.2</b>	<b>11.7</b>	<b>13.0</b>	<b>90.2</b>	<b>125.3</b>	<b>128.2</b>	<b>532.6</b>	<b>676.6</b>	<b>719.2</b>
<b>Середа</b>															
Салат з буряку відвареного	85.0	85.0	85.0	1.5	1.5	1.5	2.8	2.8	2.8	10.0	10.0	10.0	66.7	66.7	66.7
Риба запечена з овочами під соусом Бешамель	70.0	105.0	140.0	12.1	18.2	24.2	2.6	3.9	5.2	13.5	20.2	26.9	128.0	192.0	256.0
Рис розсіпчастий з орегано	120.0	150.0	150.0	3.0	3.7	3.7	2.6	3.3	3.3	30.2	37.8	37.8	160.0	200.0	200.0
Чай трав'яний	200.0	200.0	200.0												
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/15	50/15	50/15	6.2	8.1	8.1	5.5	6.3	6.3	10.2	10.2	10.2	116.7	158.5	158.5
Фрукти свіжі сезонні	100.0	100.0	100.0	1.5	1.5	1.5	0.1	0.1	0.1	21.8	21.8	21.8	89.0	89.0	89.0
<b>Всього</b>				<b>24.3</b>	<b>33.0</b>	<b>39.1</b>	<b>13.7</b>	<b>16.4</b>	<b>17.7</b>	<b>85.7</b>	<b>100.0</b>	<b>106.7</b>	<b>560.4</b>	<b>706.2</b>	<b>770.2</b>
<b>Четвер</b>															
Салат з моркви та часнику	95.0	95.0	95.0	1.1	1.1	1.1	3.8	3.8	3.8	7.5	7.5	7.5	64.5	64.5	64.5
Картопляне пюре	134.0	168.0	168.0	2.9	3.7	3.7	3.1	3.9	3.9	21.6	27.1	27.1	126.5	158.7	158.7
Львівський сирник з морквою	100.0	100.0	100.0	12.7	12.8	12.8	11.8	11.8	11.8	11.6	15.6	15.6	213.5	228.6	228.6
Сметана	25.0	25.0	25.0	0.7	0.7	0.7	5.3	5.3	5.3	0.8	0.8	0.8	53.0	53.0	53.0
Компот із суміші сухофруктів	200.0	200.0	200.0	0.2	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	17.9	17.9	17.9	65.0	65.0	65.0
Хліб цільнозерновий	30.0	50.0	50.0	2.8	4.7	4.7	1.2	2.0	2.0	10.2	17.0	17.0	62.7	104.5	104.5
Фрукти свіжі сезонні	100.0	100.0	100.0	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>20.7</b>	<b>23.4</b>	<b>23.4</b>	<b>25.5</b>	<b>27.0</b>	<b>27.0</b>	<b>79.9</b>	<b>96.1</b>	<b>96.1</b>	<b>630.1</b>	<b>719.2</b>	<b>719.2</b>
<b>П'ятниця</b>															
Ікра з моркви	50.0	50.0	50.0	1.0	1.0	1.3	2.6	2.6	3.2	6.4	6.4	8.0	49.2	49.2	61.5
Чахохбілі з куркою	100.0	143.0	172.0	14.5	20.7	24.9	8.8	12.6	15.1	7.2	10.2	12.3	164.0	234.5	282.0
Макарони варені з маслом вершковим	120.0	150.0	150.0	4.5	5.6	5.6	2.6	3.3	3.3	29.4	36.7	36.7	161.4	201.7	201.7
Какао з молоком	180.0	180.0	180.0	5.6	5.6	5.6	4.8	4.8	4.8	9.1	9.1	9.1	101.0	101.0	101.0
Фрукти свіжі сезонні	100.0	100.0	100.0	1.5	1.5	1.5	0.1	0.1	0.1	21.8	21.8	21.8	89.0	89.0	89.0
<b>Всього</b>				<b>27.1</b>	<b>34.4</b>	<b>38.8</b>	<b>18.9</b>	<b>23.3</b>	<b>26.5</b>	<b>73.8</b>	<b>84.3</b>	<b>87.9</b>	<b>564.6</b>	<b>675.4</b>	<b>735.3</b>

**1-й тиждень обіди**

Найменування страв	Вихід страви,г			Хімічний склад												
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал			
	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	
<b>Понеділок</b>																
Овочі припущені з сметаним соусом	60	60	60	0.62	0.62	0.62	0.79	0.79	0.79	3.33	3.33	3.33	22.47	22.47	22.47	
Борщ з картоплею та капустою	250	250	250	1.38	1.38	1.38	4.11	4.11	4.11	9.60	9.60	9.60	77.99	77.99	77.99	
Сметана	25	25	25	0.70	0.70	0.70	5.25	5.25	5.25	0.75	0.75	0.75	53.00	53.00	53.00	
Запечене філе курки з орегано	50	72	85	16.10	23.18	27.37	2.90	4.17	4.93	0.49	0.71	0.83	87.69	126.27	149.06	
Каша пшенична розсипчаста	120	150	150	4.39	5.49	5.49	0.51	0.64	0.64	33.68	42.10	42.10	158.00	197.00	197.00	
Хліб житній	30	30	30	1.83	1.83	1.83	0.36	0.36	0.36	12.51	12.51	12.51	61.80	61.80	61.80	
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200	0.15	0.15	0.15	0.00	0.00	0.00	17.86	17.86	17.86	64.95	64.95	64.95	
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	1.50	1.50	1.50	0.10	0.10	0.10	21.80	21.80	21.80	89.00	89.00	89.00	
				<b>26.67</b>	<b>34.85</b>	<b>39.04</b>	<b>14.01</b>	<b>15.42</b>	<b>16.17</b>	<b>100.02</b>	<b>108.66</b>	<b>108.78</b>	<b>614.89</b>	<b>692.48</b>	<b>715.27</b>	
<b>Вівторок</b>																
Суп гороховий	250	250	250	7.00	6.89	6.89	6.25	6.23	6.23	23.31	22.67	22.67	177.46	173.63	173.63	
Рибні нагетси	70	105	140	12.11	18.17	24.22	2.59	3.89	5.19	13.45	20.18	26.90	128.00	192.00	256.00	
Соус "Кетчуп"	25	25	25	0.26	0.26	0.26	0.00	0.00	0.00	1.67	1.67	1.67	50.32	50.32	50.32	
Банош по-гуцульськи	100	120	120	4.50	5.40	5.40	6.20	7.44	7.44	14.70	17.64	17.64	134.00	160.80	160.80	
Чай з мелісою	200	200	200													
Хліб цілнозерновий	30	30	30	2.79	2.79	2.79	1.17	1.17	1.17	10.20	10.20	10.20	62.70	62.70	62.70	
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	0.90	0.90	0.90	0.20	0.20	0.20	9.50	9.50	9.50	40.00	40.00	40.00	
<b>Всього</b>				<b>27.56</b>	<b>34.40</b>	<b>40.45</b>	<b>16.41</b>	<b>18.93</b>	<b>20.23</b>	<b>72.83</b>	<b>81.86</b>	<b>88.58</b>	<b>592.48</b>	<b>679.46</b>	<b>743.46</b>	
<b>Середа</b>																
Салат з яйцем, сиром та куркумою	75	75	75	7.18	7.18	7.18	9.86	9.86	9.86	1.90	1.90	1.90	124.74	124.74	124.74	
Борщ український	250	250	250	2.64	2.64	2.64	2.57	2.57	2.57	17.71	17.71	17.71	101.86	101.86	101.86	
Сметана	25	25	25	0.70	0.70	0.70	5.25	5.25	5.25	0.75	0.75	0.75	53.00	53.00	53.00	
Шніцель зі свинини	70	100	120	10.96	15.63	18.69	19.74	28.15	33.65	2.95	4.20	5.02	233.70	333.31	398.44	
Каша гречана розсипчаста	120	150	150	6.05	7.56	7.56	3.71	4.64	4.64	30.36	37.95	37.95	180.17	225.21	225.21	
Хліб житній	30	30	30	1.83	1.83	1.83	0.36	0.36	0.36	12.51	12.51	12.51	61.80	61.80	61.80	
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	0.40	0.40	10.40	10.40	10.40	45.00	45.00	45.00	
<b>Всього</b>				<b>29.76</b>	<b>35.94</b>	<b>39.00</b>	<b>41.89</b>	<b>51.23</b>	<b>56.73</b>	<b>76.57</b>	<b>85.42</b>	<b>86.24</b>	<b>800.27</b>	<b>944.93</b>	<b>1010.06</b>	
<b>Четвер</b>																
Салат з капусти червонокочанної	50	50	50	0.49	0.49	0.49	1.60	1.60	1.60	2.94	2.94	2.94	27.70	27.70	27.70	
Суп "Селянський"	250	250	250	1.34	1.34	1.79	2.15	2.15	2.86	8.76	8.76	11.68	58.54	58.54	78.05	
Болоньезе з яловичини	88	126	151	14.81	21.21	25.42	3.57	5.12	6.13	5.25	7.51	9.01	111.84	160.14	191.91	
Макарони відварені з маслом вершковим	100	120	120	4.49	5.62	5.62	2.64	3.30	3.30	29.36	36.69	36.69	161.37	201.71	201.71	
Компот із фруктів свіжих	200	200	200	0.58	0.58	0.58	0.26	0.26	0.26	12.06	12.06	12.06	52.00	52.00	52.00	
Фрукти свіжі сезонні	50	50	50	0.75	0.75	0.75	0.05	0.05	0.05	10.90	10.90	10.90	44.50	44.50	44.50	
<b>Всього</b>				<b>22.47</b>	<b>29.99</b>	<b>34.65</b>	<b>10.27</b>	<b>12.47</b>	<b>14.20</b>	<b>69.27</b>	<b>78.87</b>	<b>83.28</b>	<b>455.95</b>	<b>544.58</b>	<b>595.87</b>	
<b>П'ятниця</b>																
Овочі квашені	70	70	70	0.68	0.68	0.68	0.00	0.00	0.00	1.95	1.95	1.95	11.05	11.05	11.05	
Капусняк з гарбузом	250	250	250	2.91	2.91	2.91	6.64	6.64	6.64	16.40	16.40	16.40	134.00	134.00	134.00	
Плов з булгура та свининою	48/101	68/145	82/173	14.74	21.08	25.23	23.45	33.52	40.13	29.04	41.52	49.71	391.53	559.70	670.06	
Сік фруктовий	200	200	200	0.80	0.80	0.80	0.00	0.00	0.00	20.60	20.60	20.60	84.00	84.00	84.00	
Хліб житній	30	30	30	1.83	1.83	1.83	0.36	0.36	0.36	12.51	12.51	12.51	61.80	61.80	61.80	
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	0.40	0.40	10.40	10.40	10.40	45.00	45.00	45.00	
				<b>21.36</b>	<b>27.70</b>	<b>31.85</b>	<b>30.85</b>	<b>40.92</b>	<b>47.53</b>	<b>90.90</b>	<b>103.38</b>	<b>111.57</b>	<b>727.38</b>	<b>895.55</b>	<b>1005.91</b>	

## 2-й тиждень обіди

Найменування страв	Вихід страви,г			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років
<b>Понеділок</b>															
Суп овочевий	250	250	250	2.8	2.8	2.8	2.9	2.9	2.9	21.1	21.1	21.1	132.2	132.2	132.2
Гуляш з курятини	75	100	135	16.4	24.0	29.5	4.4	6.5	8.0	6.3	9.3	11.424672	125.294775	183.76567	225.530595
Компот зі свіжих (заморожених) ягід, м'ятою та родзинками	150	150	150	0.6	0.6	0.6	0.3	0.3	0.3	12.1	12.1	12.1	52.0	52.0	52.0
Хліб житній	30	30	30	1.8	1.8	1.8	0.4	0.4	0.4	12.5	12.5	12.5	61.8	61.8	61.8
Фрукти свіжі сезонні	75	75	75	0.8	0.8	0.8	0.1	0.1	0.1	10.9	10.9	10.9	44.5	44.5	44.5
<b>Всього</b>				<b>22.3</b>	<b>30.0</b>	<b>35.4</b>	<b>8.0</b>	<b>10.1</b>	<b>11.5</b>	<b>62.9</b>	<b>65.9</b>	<b>68.0</b>	<b>415.8</b>	<b>474.3</b>	<b>516.0</b>
<b>Вівторок</b>															
Салат з відвареного буряку з олією	75	75	75	1.5	1.5	1.5	2.8	2.8	2.8	10.0	10.0	10.0	66.7	66.7	66.7
Суп з галушками	250	250	250	18.1	18.1	14.5	13.7	13.7	10.9	59.1	59.1	47.3	433.5	433.5	346.8
Ліній голубці з яловичиною	43/27	62/38	74/46	14.8	21.2	25.4	3.6	5.1	6.1	5.2	7.5	9.0	111.8	160.1	191.9
Каша гречана розсипчаста	120	150	150	6.0	7.6	7.6	3.7	4.6	4.6	30.4	38.0	38.0	180.2	225.2	225.2
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.8	2.8	2.8	1.2	1.2	1.2	10.2	10.2	10.2	62.7	62.7	62.7
Чай трав'яний	150	150	150												
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	0.9	0.9	0.9	0.2	0.2	0.2	9.5	9.5	9.5	40.0	40.0	40.0
<b>Всього</b>				<b>44.1</b>	<b>52.0</b>	<b>52.6</b>	<b>25.2</b>	<b>27.6</b>	<b>25.9</b>	<b>124.4</b>	<b>134.3</b>	<b>123.9</b>	<b>894.9</b>	<b>988.3</b>	<b>933.3</b>
<b>Середа</b>															
Салат з буряка з сухариками	75	75	75	2.9	2.9	2.9	4.3	4.3	4.3	12.2	12.2	12.2	94.5	94.5	94.5
Капусняк з гарбузом	250	250	250	2.9	2.9	2.9	6.6	6.6	6.6	16.4	16.4	16.4	134.0	134.0	134.0
Рибні стіки	70	105	140	12.1	18.2	24.2	2.6	3.9	5.2	13.5	20.2	26.9	128.0	192.0	256.0
Соус "Кетчуп"	25	25	25	0.3	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	1.7	1.7	50.3	50.3	50.3
Картопля відварена з маслом вершковим	120	150	150	2.5	3.1	3.1	2.7	3.3	3.3	21.1	26.3	26.3	118.0	147.0	147.0
Фрукти свіжі сезонні (апельсини )	100	100	100	0.9	0.9	0.9	0.2	0.2	0.2	9.5	9.5	9.5	40.0	40.0	40.0
<b>Всього</b>				<b>21.6</b>	<b>28.3</b>	<b>34.3</b>	<b>16.4</b>	<b>18.4</b>	<b>19.7</b>	<b>74.3</b>	<b>86.3</b>	<b>93.0</b>	<b>564.8</b>	<b>657.8</b>	<b>721.8</b>
<b>Четвер</b>															
Овочі припущені з соусом "Бешамель"	75	75	75	0.6198	0.6198	0.6198	0.7854	0.7854	0.7854	3.33492	3.33492	3.33492	22.4676	22.4676	22.4676
Суп з макаронними виробами	250	250	250	2.9	2.9	2.9	2.2	2.2	2.2	21.8	21.8	21.8	117.7	117.7	117.7
Курка запечена в соусі "Імбирному"	60	85	100	12.19235	17.3586	20.665	9.80226	13.95576	16.614	2.7258	3.8808	4.62	148.68885	211.6926	252.015
Картопляне пюре з орегано	120	150	150	2.9	3.7	3.7	3.12	3.92	3.92	21.58	27.06	27.06	126.5	158.66	158.66
Хліб житній	30	30	30	1.83	1.83	1.83	0.36	0.36	0.36	12.51	12.51	12.51	61.8	61.8	61.8
Фрукти свіжі сезонні	75	75	75	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45	45	45
<b>Всього</b>				<b>20.8</b>	<b>26.8</b>	<b>30.1</b>	<b>16.7</b>	<b>21.7</b>	<b>24.3</b>	<b>72.4</b>	<b>79.0</b>	<b>79.7</b>	<b>522.2</b>	<b>617.3</b>	<b>657.7</b>
<b>П'ятниця</b>															
Помідор квашений/ Огірок квашений	50	50	50	0.7	0.7	0.7	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	11.1	11.1	11.1
Борщ з картоплею та капустою	250	250	250	1.4	1.4	1.4	4.1	4.1	4.1	9.6	9.6	9.6	78.0	78.0	78.0
Кебаб з сиром твердим	65	75	100	17.0	24.3	29.2	6.0	8.6	10.4	0.7	0.9	1.1	125.8	179.7	215.7
Каша ячна розсипчаста	120	150	150	4.4	5.5	5.5	0.5	0.6	0.6	33.7	42.1	42.1	158.0	197.0	197.0
Сік фруктовий	200	200	200	0.8	0.8	0.8	0.0	0.0	0.0	20.6	20.6	20.6	84.0	84.0	84.0
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.8	2.8	2.8	1.2	1.2	1.2	10.2	10.2	10.2	62.7	62.7	62.7
Фрукти свіжі сезонні (банани)	100	100	100	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>27.5</b>	<b>35.9</b>	<b>40.7</b>	<b>12.2</b>	<b>15.0</b>	<b>16.7</b>	<b>87.1</b>	<b>95.8</b>	<b>96.0</b>	<b>564.6</b>	<b>657.5</b>	<b>693.4</b>

## 3-й тиждень обіди

Найменування страв	Вихід страви, г			Хімічний склад											
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г			Енергетична цінність, ккал		
	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років
<b>Понеділок</b>															
Салат з квашених огірків та свіжої капусти	50	50	50	1.8	1.8	1.8	3.1	3.1	3.1	5.6	5.6	5.6	54.0	54.0	54.0
Суп квасолевий	250	250	250	5.39	5.39	5.39	3.84	3.84	3.84	17.39	17.39	17.39	141.2	141.2	141.2
Курячі нагетси	85	125	150	16.8	23.9	28.6	5.5	7.8	9.4	18.4	26.1	31.4	191.7	272.4	326.8
Соус "Кетчуп"	25	25	25	0.3	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	1.7	1.7	50.3	50.3	50.3
Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	120	150	150	6.0	7.6	7.6	3.7	4.6	4.6	30.4	38.0	38.0	180.2	225.2	225.2
Хліб житній	30	30	30	1.8	1.8	1.8	0.4	0.4	0.4	12.5	12.5	12.5	61.8	61.8	61.8
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	0.9	0.9	0.9	0.2	0.2	0.2	9.5	9.5	9.5	40.0	40.0	40.0
<b>Всього</b>				<b>33.0</b>	<b>41.6</b>	<b>46.3</b>	<b>16.7</b>	<b>20.0</b>	<b>21.5</b>	<b>95.4</b>	<b>110.8</b>	<b>116.0</b>	<b>719.2</b>	<b>844.9</b>	<b>899.4</b>
<b>Вівторок</b>															
Салат з капусти білокачанної	50	50	50	1.8	1.8	1.8	3.1	3.1	3.1	5.6	5.6	5.6	54.0	54.0	54.0
Розсолник	250	250	250	2.3	2.3	2.3	4.0	4.0	4.0	18.1	18.1	18.1	116.5	116.5	116.5
Кебаб з сиром	70	100	120	17.0	24.3	29.2	6.0	8.6	10.4	0.7	0.9	1.1	125.8	179.7	215.7
Соус "Кетчуп"	25	25	25	0.3	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	1.7	1.7	50.3	50.3	50.3
Каша пшенична	120	150	150	4.4	5.5	5.5	0.5	0.6	0.6	33.7	42.1	42.1	158.0	197.0	197.0
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.8	2.8	2.8	1.2	1.2	1.2	10.2	10.2	10.2	62.7	62.7	62.7
Фрукти свіжі сезонні	75	75	75	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>28.9</b>	<b>37.3</b>	<b>42.2</b>	<b>15.2</b>	<b>17.9</b>	<b>19.7</b>	<b>80.3</b>	<b>89.0</b>	<b>89.2</b>	<b>612.3</b>	<b>705.2</b>	<b>741.2</b>
<b>Середа</b>															
Вінегрет	100	100	100	1.6	1.3	1.9	0.2	0.2	0.2	9.3	7.7	11.3	43.1	36.3	51.5
Юшка з крупною та томатом	250	250	250	3.9	3.9	3.9	2.4	2.4	2.4	31.6	31.6	31.6	163.1	163.1	163.1
Печена по-домашньому з курятиною	44/115	63/165	76/197	2.1	3.6	4.3	4.7	6.7	8.1	17.7	27.6	33.1	119.4	182.5	218.6
Хліб житній	30	30	30	2.8	2.8	2.8	1.2	1.2	1.2	10.2	10.2	10.2	62.7	62.7	62.7
Фрукти свіжі сезонні	75	75	75	0.9	0.9	0.9	0.2	0.2	0.2	9.5	9.5	9.5	40.0	40.0	40.0
<b>Всього</b>				<b>11.3</b>	<b>12.6</b>	<b>13.8</b>	<b>8.6</b>	<b>10.6</b>	<b>12.0</b>	<b>78.3</b>	<b>86.6</b>	<b>95.7</b>	<b>428.3</b>	<b>484.6</b>	<b>535.8</b>
<b>Четвер</b>															
Салат з моркви та часнику	75	75	75	1.1	1.1	1.1	3.8	3.8	3.8	7.5	7.5	7.5	64.5	64.5	64.5
Борщ український	250	250	250	2.6	2.6	2.6	2.6	2.6	2.6	17.7	17.7	17.7	101.9	101.9	101.9
Плов з булгура та свининою	150	200	250	14.7	21.1	25.2	23.5	33.5	40.1	29.0	41.5	49.7	391.5	559.7	670.1
Сік фруктовий	200	200	200	0.8	0.8	0.8	0.0	0.0	0.0	20.6	20.6	20.6	84.0	84.0	84.0
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.8	2.8	2.8	1.2	1.2	1.2	10.2	10.2	10.2	62.7	62.7	62.7
Фрукти свіжі сезонні	75	75	75	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>22.4</b>	<b>28.8</b>	<b>32.9</b>	<b>31.3</b>	<b>41.4</b>	<b>48.0</b>	<b>95.5</b>	<b>107.9</b>	<b>116.1</b>	<b>749.6</b>	<b>917.8</b>	<b>1028.1</b>
<b>П'ятниця</b>															
Салат з моркви, яблука та соусом "Вінегрет"	75	75	75	0.9	0.9	0.9	3.6	3.6	3.6	9.2	9.2	9.2	69.0	69.0	69.0
Суп з крупною гречаною	250	250	250	3.5	3.5	3.5	4.4	4.4	4.4	23.8	23.8	23.8	147.8	147.8	147.8
Шніцель рибний натуральний	48	72	96	7.8	7.8	11.6	2.9	2.9	4.4	5.3	5.3	8.0	78.2	78.2	117.2
Картопля відварена з маслом вершковим	120	150	150	2.5	3.1	3.1	2.7	3.3	3.3	21.1	26.3	26.3	118.0	147.0	147.0
Хліб житній	30	30	30	2.8	2.8	2.8	1.2	1.2	1.2	10.2	10.2	10.2	62.7	62.7	62.7
Фрукти свіжі сезонні	100	100	100	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>17.8</b>	<b>18.5</b>	<b>22.3</b>	<b>15.1</b>	<b>15.8</b>	<b>17.3</b>	<b>80.0</b>	<b>85.3</b>	<b>87.9</b>	<b>520.7</b>	<b>549.7</b>	<b>588.8</b>

4-й тиждень обіди															
Найменування страв	Вихід страви,г			Хімічний склад									Енергетична цінність, ккал		
				Білки, г			Жири, г			Вуглеводи, г					
	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років
<b>Понеділок</b>															
Салат з відвареного буряку з олією	75.0	75.0	75.0	1.5	1.5	1.5	2.8	2.8	2.8	10.0	10.0	10.0	66.7	66.7	66.7
Борщ український	250.0	250.0	250.0	2.6	2.6	2.6	2.6	2.6	2.6	17.7	17.7	17.7	101.9	101.9	101.9
Сметана	25.0	25.0	25.0	0.7	0.7	0.7	5.3	5.3	5.3	0.8	0.8	0.8	53.0	53.0	53.0
Гуляш з вареної яловичини	43/27	62/38	74/46	0.7	0.7	0.7	5.3	5.3	5.3	0.8	0.8	0.8	53.0	53.0	53.0
Каша гречана розсипчаста	120.0	150.0	150.0	6.0	7.6	7.6	3.7	4.6	4.6	30.4	38.0	38.0	180.2	225.2	225.2
Сік фруктовий	100.0	100.0	100.0	0.8	0.8	0.8	0.0	0.0	0.0	20.6	20.6	20.6	84.0	84.0	84.0
Хліб житній	30.0	30.0	30.0	2.8	2.8	2.8	1.2	1.2	1.2	10.2	10.2	10.2	62.7	62.7	62.7
<b>Всього</b>				<b>15.2</b>	<b>16.7</b>	<b>16.7</b>	<b>20.8</b>	<b>21.7</b>	<b>21.7</b>	<b>90.4</b>	<b>98.0</b>	<b>98.0</b>	<b>601.5</b>	<b>646.5</b>	<b>646.5</b>
<b>Вівторок</b>															
Салат з моркви, сиру та сметану	75.0	75.0	75.0	3.3	3.3	3.3	4.3	4.3	4.3	5.5	5.5	5.5	70.4	70.4	70.4
Суп з галушками	250.0	250.0	250.0	18.1	18.1	14.5	13.7	13.7	10.9	59.1	59.1	47.3	233.5	233.5	233.5
Курка запечена в соусі "Імбирному"	60.0	85.0	100.0	12.2	17.4	20.7	9.8	14.0	16.6	2.7	3.9	4.6	148.7	211.7	252.0
Кус-кус росипчастий	125.0	150.0	150.0	4.5	5.6	5.6	2.6	3.3	3.3	29.4	36.7	36.7	161.4	201.7	201.7
Компот із свіжих (заморожених) ягід, м'ятою та	150.0	150.0	150.0	0.6	0.6	0.6	0.3	0.3	0.3	12.1	12.1	12.1	52.0	52.0	52.0
Хліб цільнозерновий	30.0	30.0	30.0	2.8	2.8	2.8	1.2	1.2	1.2	10.2	10.2	10.2	62.7	62.7	62.7
Фрукти свіжі сезонні	50.0	50.0	50.0	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>41.8</b>	<b>48.1</b>	<b>47.8</b>	<b>32.2</b>	<b>37.0</b>	<b>36.9</b>	<b>129.3</b>	<b>137.8</b>	<b>126.7</b>	<b>773.7</b>	<b>877.0</b>	<b>917.3</b>
<b>Середа</b>															
Салат з морквою, каррі та соусом "Вінегрет"	75.0	75.0	75.0	0.5	0.5	0.5	1.6	1.6	1.6	2.9	2.9	2.9	27.7	27.7	27.7
Борщ з картоплею	250.0	250.0	250.0	1.4	1.4	1.4	4.1	4.1	4.1	9.6	9.6	9.6	78.0	78.0	78.0
Сметана	25.0	25.0	25.0	0.7	0.7	0.7	5.3	5.3	5.3	0.8	0.8	0.8	53.0	53.0	53.0
Гуляш з вареної яловичини	70.0	100.0	120.0	14.6	20.8	25.0	3.4	4.8	5.8	2.1	3.1	3.7	97.1	138.7	166.5
Булгур	120.0	150.0	150.0	4.4	5.5	5.5	0.5	0.6	0.6	33.7	42.1	42.1	158.0	197.0	197.0
Хліб цільнозерновий	30.0	30.0	30.0	2.8	2.8	2.8	1.2	1.2	1.2	10.2	10.2	10.2	62.7	62.7	62.7
Фрукти свіжі сезонні	100.0	100.0	100.0	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>24.7</b>	<b>32.1</b>	<b>36.3</b>	<b>16.4</b>	<b>18.0</b>	<b>18.9</b>	<b>69.7</b>	<b>79.0</b>	<b>79.7</b>	<b>521.5</b>	<b>602.1</b>	<b>629.9</b>
<b>Четвер</b>															
Вінегрет	75.0	75.0	75.0	1.6	1.3	1.9	0.2	0.2	0.2	9.3	7.7	11.3	43.1	36.3	51.5
Капусняк Запорізький	250.0	250.0	250.0	2.9	2.9	2.9	6.6	6.6	6.6	16.4	16.4	16.4	134.0	134.0	134.0
Котлети рибні	60.0	90.0	120.0	12.1	18.2	24.2	2.6	3.9	5.2	13.5	20.2	26.9	128.0	192.0	256.0
Соус "Кетчуп"	25.0	25.0	25.0	0.3	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	1.7	1.7	50.3	50.3	50.3
Каша ячна	120.0	150.0	150.0	2.9	3.7	3.7	3.1	3.9	3.9	21.6	27.1	27.1	126.5	158.7	158.7
Чай трав'яний	200.0	200.0	200.0												
Хліб цільнозерновий	30.0	50.0	50.0	2.8	2.8	2.8	1.2	1.2	1.2	10.2	10.2	10.2	62.7	62.7	62.7
Фрукти свіжі сезонні	100.0	100.0	100.0	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>23.0</b>	<b>29.6</b>	<b>36.2</b>	<b>14.1</b>	<b>16.2</b>	<b>17.5</b>	<b>83.0</b>	<b>93.6</b>	<b>104.0</b>	<b>589.6</b>	<b>679.0</b>	<b>758.2</b>
<b>П'ятниця</b>															
Салат з яєць та зеленого горошку	50.0	50.0	50.0	7.2	7.2	7.2	9.9	9.9	9.9	1.9	1.9	1.9	124.7	124.7	124.7
Суп "Болгарський"	250	250	250	2.6	2.6	2.6	4.0	4.0	4.0	14.6	14.6	14.6	103.7	103.7	103.7
Болоньезе зі свинини	120	150	200	14.8	21.2	25.4	3.6	5.1	6.1	5.2	7.5	9.0	111.8	160.1	191.9
Гречана каша (росипчаста)	120	150	150	6.0	7.6	7.6	3.7	4.6	4.6	30.4	38.0	38.0	180.2	225.2	225.2
Хліб житній	30	30	30	2.8	2.8	2.8	1.2	1.2	1.2	10.2	10.2	10.2	62.7	62.7	62.7
Фрукти свіжі сезонні ( яблука)	75	75	75	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	0.4	10.4	10.4	10.4	45.0	45.0	45.0
<b>Всього</b>				<b>33.8</b>	<b>41.7</b>	<b>45.9</b>	<b>22.8</b>	<b>25.2</b>	<b>26.2</b>	<b>72.7</b>	<b>82.5</b>	<b>84.0</b>	<b>628.2</b>	<b>721.5</b>	<b>753.3</b>