

**ПОГОДЖЕНО**

Листом Головного Управління  
Держпродспоживслужби в  
Харківській області  
вих. №\_22.1-7492НС-21  
від 23.12.2021

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Завідувач комунального закладу  
«Дошкільний навчальний заклад  
(ясла-сад) № 122 Харківської  
міської ради»

Л.Б. Колодочка

2021 року



## **Примірне чотиритижневе меню**

**комунального закладу «Дошкільний навчальний заклад  
(ясла-садок) № 122 Харківської міської ради»  
(для дітей дошкільних навчальних закладів (груп) загального типу)  
(при триразовому харчуванні п'ятиденний термін перебування)  
згідно з п.1.12,1.13 «Інструкції з організації харчування дітей  
у дошкільних навчальних закладах», затвердженої спільним наказом  
Міністерства освіти і науки України та Міністерства охорони здоров'я  
України від 17.04.2006 № 298/227 «Про затвердження Інструкції  
з організації харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»  
та постанови КМУ № 305 від 24.05.2021**

**на зимовий період**

**ПОНЕДІЛОК  
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
<b>Сніданок</b>	Каша ячна в'язка з вершковим маслом	80	100	Крупа ячна	17/22	17/22
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Ячня з хлібом і зеленою цибулею	56	58	Яйце	1/1	40/40
				Хліб пшеничний	10/10	10/10
				Цибуля зелена	10/13,4	6/8
	Гарбуз тушкований або Морква тушкована	47 50	63 66	Гарбуз	77/103	54/72
				Морква 12 міс 01-02 міс	67,5/90 72/96	54/72
				Олія	1,5/2	1,5/2
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Сир твердий	10	15	Сир твердий	10/15	10/15
Фрукти свіжі	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-7,5	-7,5	
<b>Обід</b>	Суп гречаний з вершковим маслом	200	250	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Картопля 12 міс 01-02 міс	54,3/71,5 58,5/77	38/50
				Крупа гречана	8/10	8/10
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Голубці з м'ясом птиці	115	147	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Капуста	37,5/45	30/36
				Рис	14/18	14/18
				Олія	5/5,5	5/5,5
				Томат паста	2/2	2/2
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Сметана	15/25	15/25
	Цибуля	9,6/14,3	8/12			
Свіжі фрукти	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар	150	180	Сухофрукти (яблуко)	20/25	20/25	
			Цукор	-10	-10	
<b>Вечеря</b>	Піджарка із м'яса птиці з макаронами відвареними	29 80	37 100	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Локшина	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	2,5/2,5	2,5/2,5
	Вінегрет	94	118	Картопля 12 міс 01-02 міс	60/71,5 64,7/77	42/50
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/12,5 10,7/13,4	8/10
				Буряк 12 міс 01-02 міс	20/2,5 21,4/39,4	16/22
				Огірок солоний	-18	-14
				Капуста квашена	-23	-16
				Горошок зелений морожений	22/-	22/-
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	1,5/2	1,5/2
Какао	150	200	Какао	5/6	5/6	
			Молоко	150/200	150/200	
			Цукор	-7,5	-7,5	

## ВІВТОРОК І ТИЖДЕНЬ

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша пшоняна молочна з маслом вершковим	200	250	Молоко	150/200	150/200
				Крупа пшоняна	16/20	16/20
				Цукор	-/3	-/3
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Ікра з моркви	54	72	Морква 12 міс 01-02 міс	66,3/87,5 70,7/93,4	53/70
				Цибуля	8,4/15	7/10
				Томатна паста	1/1,5	1/1,5
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Компот із свіжих фруктів	150	180	Свіжі фрукти або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Цукор	-/4,5	-/4,5
Обід	Борщ	200	250	Капуста	30/42,5	24/34
				Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Буряк 12 міс 01-02 міс	15/14,7 16/18,7	12/14
				Морква 12 міс 01-02 міс	12,5/15 13,4/16	10/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	3/3	3/3
				Цукор	-/1	-/1
				Томат-паста	2/2	2/2
	Ковбаски рибні українські	50	72	Олія	1,5/2	1,5/2
				Риба хек Риба минтай	69/103,3 84/126	40/60
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Сухарі панірувальні	8/10	8/10
	Картопляне пюре	80	97	Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	1/1,5	1/1,5
	Пшенична запіканка	80	100	Крупа пшенична	20/25	20/25
				Яйце	1\8/1\8	5/5
				Масло вершкове	1/1	1/1
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Кисіль із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Крохмаль картопляний	5/6	5/6	
			Цукор	-/9	-/9	
Вечеря	Плов із м'ясом птиці	125	160	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Рис	28/35	28/35
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/10,7	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	2,5/3	2,5/3
	Салат з капусти та моркви	52	68	Капуста	52,5/70	42/56
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/10,7	6/8
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	Хліб з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30
Сир твердий				10/15	10/15	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	

**СЕРЕДА  
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Нагетси курячі з тушкованою картоплею	56/66	73/84	М'ясо куряче філе	45/60	45/60
				Сухарі	10/15	10/15
				Борошно	10/15	10/15
				Яйце	1\4/1\4	10/10
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Цибуля	4,8/8,4	4/7
				Морква 12 міс 01-02 міс	5/8,8 5,4/9,4	4/7
				Олія рослина	3,5/4	3,5/4
				Масло вершкове	1/1,5	1/1,5
	Огірок квашений порційний Морква терта	- 52	66 -	Огірок квашений Морква 12 міс 01-02 міс	-/65 65/- 69,4/-	-/66 52/-
Запиканка пшоняна з фруктами	120	160	Яблуко	68,2/91	60/80	
			Крупа пшоняна	20/25	20/25	
			Масло вершкове	1/1	1/1	
			Яйце	1\10/1\10	4/4	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
			Олія	0,5/0,5	0,5/0,5	
Молоко кип'ячене	150	200	Молоко	150/200	150/200	
Обід	Суп вівсяний	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Олія	3/3	3/3
				Крупа вівсяна	8/10	8/10
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/10,7	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Свинина тушкована з капустою	74	99	М'ясо свинина	45/60	45/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія рослинна	2 /2,5	2 /2,5
				Капуста	42,5/55	34/44
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
	Квасоля в томатному соусі	48	68	Квасоля	23/32	23/32
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Томат	1/1	1/1
Свіжі фрукти	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар	150	180	Сухофрукти (груші)	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Лінівці вареники з вершковим маслом	133	170	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Крупа манна	9/12	9/12
				Цукор	-/3	-/3
	Буряк тушкований	56	74	Буряк 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	

**ЧЕТВЕР  
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Омлет із вівсяними пластівцями запечений	115	149	Молоко	50/70	50/70
				Яйце	1/1	40/40
				Геркулес	10/15	10/15
				Цукор	-/3	-/3
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Овочі тушковані	48	64	Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Капуста	57,5/75	46/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Сир твердий	10	15	Сир твердий	10/15	10/15
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	
Обід	Щі зі свіжої капусти	200	250	Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Капуста	45/55	36/44
				Томатна паста	1/2	1/2
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Олія	2/2	2/2
	Курчата в сметані	42/15	56/15	Курка	74/99	45/60
				Сметана	15/25	15/25
				Олія	3/3,5	3/3,5
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
	Каша гречана розсипчаста	80	100	Крупа гречана	38/47	38/47
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Яблуко запечене	48	64	Яблуко	68,2/91	60/80
				Цукор	-/10	-/10
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Вечеря	Січеники з риби	52	76	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Яйце	1/10/1/10	4/4
				Борошно	10/15	10/15
	Ризотто з овочами	120	160	Рис	17/22	17/22
				Морква 12 міс 01-02 міс	21,3/32,5 22,7/34,7	17/26
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Зелений горошок морожений	27/30	27/30
Какао	150	200	Какао	5/6	5/6	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
			Молоко	150/200	150/200	

**П'ЯТНИЦЯ  
І ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
<b>Сніданок</b>	Біфштекс з м'яса птиці	53	69	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Хліб	8/10	8/10
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Макарони відварені з маслом вершковим	80	100	Макарони	27/34	27/34
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Буряк тушкований	41	54	Буряк 12 міс 01-02 міс	51,3/68,8 54,7/73,4	41/55
				Цибуля	13,2/15,5	11/13
				Олія	2/2	2/2
Хліб	30	30	Хліб	30/30	45/59	
Йогурт	100	125	Йогурт	100/125	100/125	
<b>Обід</b>	Суп Болгарський	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Крупа пшенична	10/10	10/10
	Картопляна запіканка з м'ясом яловичини	91	112	М'ясо яловичини м'якоть	45/60	45/60
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Борошно	10/12	10/12
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	Салат з моркви та квасолі	73	104	Масло вершкове	1/1,5	1/1,5
				Квасоля	17/26	17/26
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
				Морква 12 міс 01-02 міс	40/52,5 42,7/56	32/42
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Свіжі фрукти	60	80	Фрукти свіжі	68,2/91	60/80
				Цитрусові Банани	100/133,4 85,8/114,3	
	Узвар	150	180	Сухофрукти (курага)	20/25	20/25
				Цукор	-/10	-/10
<b>Вечеря</b>	Манник із сиром	146	181	Сир кисломолочний	88/110	88/110
				Крупа манна	10/12	10/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Молоко	18/23	18/23
				Цукор	-3	-3
				Олія	1/1	1/1
	Котлети морквяні	108	144	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Крупа манна	7/10	7/10
				Борошно	8/10	8/10
				Олія	3/3,5	3/3,5
	Компот із свіжих фруктів	150	180	Сухарі панірувальні	5/5	5/5
				Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91	60/80
			Цукор	-/4,5	-/4,5	

**ПОНЕДІЛОК  
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
<b>Сніданок</b>	Каша «Асорті» з маслом вершковим	80	100	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Рис	7/9	7/9
				Крупа перлова	6/8	6/8
				Крупа гречана	18/22	18/22
	Яйце відварене	40	40	Яйце	1/1	40/40
	Салат з моркви та яблука	120	160	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
				Яблуко	68,2/91	60/80
	Сир твердий	10	15	Сир твердий	10/15	10/15
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
<b>Обід</b>	Картопляний крем суп з гречками	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	114,3/142,9 123,2/153,9	80/100
				Гренки	10/10	10/10
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія рослина	1,5/1,5	1,5/1,5
	М'ясні кульки з м'яса птиці сметанному соусі з рисовою кашею в'язкою	58/15	76/15	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
		80	100	Хліб	8/10	8/10
				Борошно	5/5	5/5
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Сметана	15/25	15/25
				Олія рослинна	1,5/2	1,5/2
				Рис	17/25	17/25
	Салат з зеленого горошку та цибулі	36	45	Зелений горошок морожений	32/40	32/40
				Олія	2/2	2/2
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Свіжі фрукти	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Узвар	150	180	Сухофрукти (яблуко)	20/25	20/25
Цукор				-/10	-/10	
<b>Вечеря</b>	Котлети по домашньому з м'яса птиці	51	69	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Яйце	1/8/1/8	5/5
				Олія рослина	2/2	2/2
				Сухарі	8/15	8/15
				Цибуля	6/6	5/5
	Каша ячна розсипчаста	80	100	Крупа ячнева	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат капусти	54	70	Капуста	55/70	44/56
				Морква 12 міс 1-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Какао	150	200	Какао	0,2/0,3	0,2/0,3
				Молоко	150/200	150/200
Цукор				-/7,5	-/7,5	

## ВІВТОРОК II ТИЖДЕНЬ

Сніданок	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Молочний суп з макаронними виробами з вершковим маслом	200	250	Макаронні вироби	26/33	26/33
				Цукор	-/7,5	-/7,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Молоко	150/200	150/200
	Морква тушкована	55	74	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Обід	Суп перловий	200	250	Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
				Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Крупа перлова	8/10	8/10
	Тюфтельки рибні	52	79	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Молоко	7/13	7/13
				Хліб	5/10	5/10
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Яйце	1\10/1\10	4/4
	Буряк тушкований з квасолею відвареною	89	111	Буряк 12 міс 01-02 міс	47,5/60 50,7/64	38/48
				Квасоля	27/33	27/33
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Олія	1,5 /2	1,5/2
	Яблуко печене	48	64	Яблуко	68.2/91	60/80
				Цукор	-/ 5	-/ 5
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Узвар	150	180	Сухофрукти (груша)	15/18	15/18
				Цукор	-/5	-/5
Вечеря	Чахохбілі з куркою та картопляним пюре	65/80	85/97	Курка	74/98	45/60
				Цибуля	14,3/24	12/20
				Томат паста	3/5	3/5
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	1/1	1/1
				Олія	1,5/2	1,5/2
	Капуста тушкована з чорносливом	43	54	Капуста	55/70	44/56
				Цибуля	4,8/4,8	4/4
				Чорнослив	5/7	5/7
				Олія	2/2	2/2
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Запиканка вівсяна з яблуком	135	173	Яблуко	68,2/91	60/80
				Крупа вівсяна	20/25	20/25
				Яйце	1\8/1\8	5/5
Масло вершкове				1/1,5	1/1,5	
Олія				0,5/0,5	0,5/0,5	
Цукор				-/7,5	-/7,5	
Кефір	100	125	Кефір	100/125	100/125	



**СЕРЕДА  
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Тефтеля з м'яса птиці та рису	80	108	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Рис	10/15	10/15
				Олія рослинна	2/2	2/2
				Борошно	5/5	5/5
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Яйце	0,2/0,2	8/8
	Картопля відварена з маслом вершковим	63	76	Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Оладки з капусти	94	124	Капуста	67,5/90	54/72
				Яйце	0,5/0,5	20/20
				Крупа манна	8/10	8/10
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Молоко	14/20	14/20
	Хліб з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30
				Сир твердий	10/15	10/15
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Обід	Борщ український	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Буряк 12 міс 01-02 міс	18,8/25 20/26,8	15/20
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Капуста	26,3/30	21/24
				Сметана	5/10	5/10
				Олія	2/2	2/2
	Каша пшенична розсипчаста з маслом вершковим	80	100	Крупа пшенична	32/40	32/40
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Фрикадельки з яловичини в соусі	52/10	67/10	М'ясо яловичини філе	45/60	45/60
				Хліб	10/10	10/10
				Яйце	0,1/0,1	4/4
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Борошно	4/7	4/7
				Олія	3/3,5	3/3,5
				Сметана	10/15	10/15
	Кисіль із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
Цукор				-/10	-/10	
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Вечеря	Сирники	165	206	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Цукор	-/3	-/3
				Крупа манна	13/16	13/16
				Олія	3/3,5	3/3,5
				Яйце	0,2/0,2	8/8
	Морква тушкована з квасолею відвареною	77	100	Морква 12 міс 01-02 міс	65/85 69,4/90,7	52/68
				Цибуля	9,6/15	8/12
				Квасоля	10/13	10/13
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	0,2/0,3
Цукор				-/7,5	-/7,5	

**ЧЕТВЕР  
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Молочна гречана каша	200	250	Крупа гречана	16/20	16/20
				Молоко	140/180	140/180
				Масло вершкове.	2/2,5	2/2,5
				Цукор	-/6	-/6
	Морква припущена з родзинками	53	70	Родзинки	3/4	3/4
				Морква 12 міс 01-02 міс	60/80 64/85,4	48/64
				Цукор	-/1,5	-/1,5
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Омлет з овочами	56	69	Яйце	1/1	40/40
				Молоко	10/20	10/20
Борошно				2/3	2/3	
Цибуля				7,2/9,6	6/8	
Морква 12 міс 01-02 міс				7,5/10 8/10,7	6/8	
			Олія	2/2	2/2,5	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Фрукти свіжі	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
Суп картопляний	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	114,3/142,9 123,2/153,9	80/100	
			Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12	
			Цибуля	9,6/14,3	8/12	
			Олія рослина	1,5/2	1,5/2	
			Биточки з курячого м'яса	44	60	М'ясо птиці філе
			Цибуля	7,2/9,6	6/8	
			Борошно	4/6	4/6	
			Олія рослина	2,5/2,5	2,5/2,5	
Макарони відварені з вершковим маслом	80	100	Макарони	26/33	26/33	
			Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
Салат з огірка квашеного та цибулі	-	49	Огірок квашений	-/60	-/40	
Салат з буряка відвареного та цибулі	36	-	Буряк	32/-	32/-	
			Цибуля	7,2/9,6	6/8	
			Олія	1/1	1/1	
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68.2/91 60/80	60/80	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Риба в тесті	45	66	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Борошно	10/15	10/15
				Молоко	10/20	10/20
				Дріжджі	1/1	1/1
				Яйце	0,1/0,1	4/4
	Капуста тушкована	48	64	Капуста	55/70	44/56
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Олія	2/2	2/2
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Запіванка пшоняна	120	160	Пшоно	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Яйце	0,1/0,1	4/4
				Цукор	-/7,5	-/7,5
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
Йогурт	100	125	Йогурт	100/125	100/125	

**П'ЯТНИЦЯ  
II ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Овоче рагу з м'ясом птиці	36/52	48/67	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Капуста	45/60	36/48
				Томат паста	2/2	2/2
				Зелений горошок морожений	10/12	10/12
				Олія	3,5/4	3,5/4
	Манна запіканка з фруктовим соусом	110	140	Фрукти свіжі або морожені	68,2/91 60/80	60/80
				Цукор	-/3	-/3
				Крупа манна	17/22	17/22
				Борошно	4/4	4/4
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Какао	150	200	Какао	5/6	5/6	
			Молоко	150/200	150/200	
			Цукор	-/4,5	-/4,5	
Обід	Капусняк на м'ясному бульйоні	200	250	Капуста квашена	-/47,2	-/33
				Капуста свіжа	52,5/28,8	42/23
				Морква 12 міс 01-02 міс	3,8/5 4/5,4	3/4
				Цибуля	3,6/4,8	3/4
				Томат-паста	2/2	2/2
				Пшоно	6/6	6/6
				Олія рослина	4/4	4/4
	Суфле м'ясне з овочами	30	40	М'ясо свинина м'якоть	45/60	45/60
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/10,7	6/8
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	1/1,5	1/1,5
	Вівсяна каша в'язка	80	100	Крупа вівсяна	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Свіжі фрукти	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
Узвар	150	180	Сухофрукти (чорнослив)	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Вареники із сиром кисломолочним	150	180	Сир кисломолочний	80/100	80/100
				Борошно	65/75	65/75
				Яйце	0,2/0,2	8/8
				Молоко	30/40	30/40
				Цукор	-/2	-/2
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Морква тушкована	59	77	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Кисіль із свіжих фруктів	150	200	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
Цукор				-/5,5	-/5,5	

**ПОНЕДІЛОК  
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша гречана в'язка з в/м	80	100	Крупа гречана	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Яйце відварене	1	1	Яйце	1шт/1шт	40/40
	Салат з моркви та яблука	120	160	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
				Яблуко	68,2/91	60/80
	Хліб з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30
	Чай	150	180	Сир твердий	10/15	10/15
Чай				0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Обід	Борщ на курячому бульйоні	200	250	Капуста	25/37,5	20/30
				Картопля 12 міс 01-02 міс	54,3/71,5 58,5/77	38/50
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/12,5 10,7/13,4	8/10
				Буряк 12 міс 01-02 міс	17,5/20 18,7/21,4	14/16
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Цукор	-/2	-/2
				Томат-паста	2/2	2/2
				Олія	3/3,5	3/3,5
	Пшенична каша в'язка та суфле з м'яса птиці	80 30	100 40	Крупа пшенична	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Олія	2/2	2/2
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Морква 12 міс 01-02 міс	7,5/10 8/13,4	6/8
				Яйце	1\11/1\8	3,64/5
				Курка	74/98	45/60
	Фрукти свіжі	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Узвар	120	180	Сухофрукти (яблука)	20/25	20/25
				Цукор	-/8	-/8
	Вечеря	Тушковане куряче м'ясо з овочами	36	48	М'ясо птиці філе	45/60
Олія					2,5/2,5	2,5/2,5
Морква 12 міс 01-02 міс					7,5/7,5 8/8	6/6
Цибуля					7,2/7,2	6/6
Макарони відварені		80	100	Макарони	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
Вінегрет		87	111	Картопля 12 міс 01-02 міс	60/71,5 64,7/77	42/50
				Морква 12 міс 01-02 міс	18,8/12,5 20/13,4	15/10
				Буряк 12 міс 01-02 міс	31,3/22,5 33,4/24	25/18
				Огірок квашений	-/18	-/12
				Капуста квашена	-/35	-/18
				Олія	1,5/2	1,5/2
				Цибуля	9,6/12	8/10
Какао		150	200	Какао	5/6	5/6
				Молоко	150/200	150/200
				Цукор	-/7,5	-/7,5

## ВІВТОРОК ІІІ ТИЖДЕНЬ

Сніданок	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Каша геркулесова молочна з маслом вершковим	200	250	Молоко	150/200	150/200
				Крупа «Геркулес»	20/25	20/25
				Цукор	-/7,5	-/7,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Морква тушкована	55	73	Морква 12 міс 01-02 міс	65/85 69,4/90,7	52/68
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Олія	4/4,5	4/4,5
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	
Обід	Суп гороховий	200	250	Олія	2 /2	2/2
				Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Горох	20/25	20/25
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
	Риба тушкована в томатному соусі з картоплею відвареною	43/63	65/76	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Олія	1,5/2	1,5/2
				Цибуля	3,6/4,8	3/4
				Морква 12 міс 01-02 міс	3,8/5 4/5,4	3/4
				Томат паста	2/3	2/3
				Цукор	-/4	-/4
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
	Салат з капусти квашеної Салат з капусти свіжої	-	41	Капуста квашена	-/62,9	-/44
				Капуста свіжа	42,5/-	34/-
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68/91 60/80	60/80
				Цукор	-/10	-/10
Вечеря	М'ясо птиці тушковане з рисом відвареним	36/80	48/100	Рис	28/35	28/35
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
	Бурячкова ікра	42	58	Цибуля	4,8/4,8	4/4
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Буряк 12 міс 01-02 міс	50/67,5 53,4/72	40/54
				Олія	2/2	2/2
	Яблуко печене	48	64	Томатна паста	1/2	1/2
				Яблуко	68,2/91	60/80
	Какао	150	200	Цукор	-/3	-/3
				Какао	5/6	5/6
				Молоко	150/200	150/200
					Цукор	-/4,5

**СЕРЕДА  
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто	
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років				
Сніданок	М'ясо птиці тушковане з овочами та ячною кашею	55/80	73/100	М'ясо птиці філе	45/60	45/60	
				Цибуля	9,6/12	8/10	
				Олія рослинна	4/4,5	4/4,5	
				Морква 12 міс 01-02 міс	11,3/15 12/16	9/12	
				Борошно	1/2	1/2	
				Крупа ячна	26/33	26/33	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
	Томат квашений порційний/ Зелений горошок відварений	- 38	58 -	Помідор солоний Зелений горошок морожений	-/73 43/-	-/58 43\-	
	Хліб з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30	
				Сир твердий	10/15	10/15	
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3		
			Цукор	-/7,5	-/7,5		
Обід	Суп з галушками	200	250	Яйце	1\10/1\10	4/4	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
				Молоко	10/14	10/14	
				Борошно	10/14	10/14	
				Морква 12 міс 01-02 міс	12,5/15 13,4/16	10/12	
	Тефтеля з м'яса свинини з тушкованими овочами	65/73	88/88	Цибуля	12/17,9	10/15	
				М'ясо свинини м'якоть	45/60	45/60	
				Рис	9/12	9/12	
				Цибуля	9,6/12	8/10	
				Морква 12 міс 01-02 міс	10//12,5 10,7/13,4	8/10	
				Яйце	1\10/1\10	4/4	
				Томат	2/2	2/2	
				Борошно	1/2	1/2	
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
				Кисіль зі свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені
	Вечеря	Запіданка сирно-вермішелева	165	206	Крохмаль картопляний	5/6	5/6
					Цукор	-/10	-/10
					Сир кисломолочний	100/125	100/125
					Цукор	-/3	-/3
Яйце					0,1/01	4/4	
Морква терта		60	80	Олія	2/2,5	2/2,5	
				Макаронні вироби	27/33	27/33	
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
Компот із фруктів		150	180	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80	
				Олія	2/2	2/2	
	Фрукти свіжі або заморожені			68,2/91 60/80	60/80		
				Цукор	-/4,5	-/4,5	

**ЧЕТВЕР  
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) р			
<b>Сніданок</b>	Омлет драчена з овочами	56	71	Яйця	1/ 1	40/40
				Цибуля	4,8/4,8	4/4
				Морква 12 міс 01-02 міс	17,5/28,8 18,7/30,7	14/23
				Олія	2/2,5	2\2,5
				Молоко	10/20	10/20
				Борошно	2/3	2/3
	Буряк тушкований	36	46	Буряк 12 міс 01-02 міс	52,5/66,3 56/70,7	42/53
				Олія	2/2	2/2
	Каша вівсяна в'язя з вершковим маслом	80	100	Геркулес	20/25	20/25
	Яблуко запечене	48	64	Вершкове масло	2/2,5	2/2,5
Яблуко				68,2/91	60/80	
Хліб з сиром твердим	30/10	30/15	Цукор	-/7,5	-/7,5	
			Хліб	30/30	30/30	
Сік	120	180	Сир твердий	10/15	10/15	
			Сік	120/180	120/180	
<b>Обід</b>	Суп овочевий з зеленим горошком та сметаною	200/15	250/15	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Горошок зелений морож.	10/15	10/15
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Капуста	32,5/38,8	26/31
				Сметана	15/25	15/25
				Олія рослинна	2/2,5	2/2,5
	Каша розсипчаста перлова з вершковим маслом	80	100	Крупа перлова	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Гуляш з м'яса птиці	42	55	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Борошно	3/5	3/5
				Томат	2/2	2/2
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія рослина	3,0/3,0	3/3
	Фрукти свіжі	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25	
			Цукор	-/10	-/10	
<b>Вечеря</b>	Рибна котлета з картопляним пюре	56/80	78/97	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія рослинна	2 /2,5	2/2,5
				Борошно	5/5	5/5
				Хліб	15/20	15/20
				Яйце	1/10/1/10	4/4
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат з капусти	55	73	Капуста	57,5/77,5	46/62
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	Манна запіканка	80	100	Манка	18/22	18/22
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
Цукор				-/7,5	-/7,5	
Молоко кип'ячене	120	156	Молоко	120/156	120/156	

**П'ЯТНИЦЯ  
ІІІ ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	М'ясо куряче тушковане з макаронними виробами	36/80	48/100	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Олія	2,5/3	2,5/3
				Цибуля	12/14,3	10/12
				Макаронні вироби	26/33	26/33
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Морква тушкована	42	58	Цибуля	9,6/12	8/10
				Морква 12 міс 01-02 міс	52,5/72,5 56/77,4	42/58
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	Хліб з сиром твердим	30/10	30/15	Хліб	30/30	30/30
				Сир твердий	10/15	10/15
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Обід	Суп картопляний	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	114,3/142,9 123,2/153,9	80/100
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Ковбаски львівські	53	67	М'ясо свинина м'якоть	45/60	45/60
				Яйце	1/8/1/8	5/5
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Сухарі панірувальні	10/10	10/10
				Олія	2/2	2 /2
	Каша ячнева в'язка з маслом вершковим	80	100	Крупа ячнева	18/23	18/23
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат зі свіжої моркви та зеленого горошку	50	67	Морква 12 міс 01-02 міс	40/52,5 42,7/56	32/42
				Зелений горошок морожений	20/28	20/28
				Олія	1/1	1/1
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Йогурт	100	125	Йогурт	100/125	100/125
	Яблуко запечене	48	64	Яблуко	68/91	60/80
Цукор				-/7,5	-7,5	
Вечеря	Сирно-пшенична запіканка	165/15	206/25	Сир м'який	100/125	100/125
				Цукор	-/3,5	-/3,5
				Олія	0,5/0,5	05/0,5
				Крупа пшенична	16/20	16/20
				Яйце	1/10/1/10	4/4
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Салат з буряка відвареного з цибулею	51	68	Буряк 12 міс 01-02 міс	65/85 69,4/90,7	52/68
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Олія	3,5/4	3,5/4
	Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25
Цукор				-/4	-/4	



**ПОНЕДІЛОК  
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Макаронні вироби з вершковим маслом	80	100	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Макаронні вироби	26/33	26/33
	Омлет	50	50	Яйце	1/1	40/40
				Молоко	15/15	15/15
				Борошно	2/2	2/2
				Олія	2/2	2/2
	Морквяна ікра	53	71	Морква 12 міс 01-02 міс	62,5/85 66,7/90,7	50/68
				Цибуля	12/14,3	10/12
				Томатна паста	1/2	1/2
				Олія рослинна	2/2,5	2/2,5
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Сир твердий	10	15	Сир твердий	10/15	10/15	
Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3	
			Цукор	-/7,5	-/7,5	
Обід	Суп овочевий	200	250	Капуста	38,8/53,8	31/43
				Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/12,5 10,7/13,4	8/10
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія рослина	2/2	2/2
	Бефстроганов з м'яса птиці	67	80	М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Сметана	15/25	15/25
				Цибуля	15,5/17,9	13/15
				Борошно	3/3	3/3
				Олія рослина	3/3,5	3/3,5
	Каша гречана розсипчаста з вершковим маслом	80	100	Крупа гречана	38/47	38/47
				Вершкове масло	2/2,5	2/2,5
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Кисіль із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або морожені	68,2/91 60/80	60/80
Крохмаль картопляний				5/6	5/6	
Цукор				-/10	-/10	
Вечеря	Котлета з м'яса птиці	55	75	М'ясо куряче філе	45/60	45/60
				Хліб	11/17	11/17
				Сухарі панірувальні	4/6	4/6
				Олія рослина	2/2	2/2
				Цибуля	9,6/12	8/10
	Картопляне пюре	80	97	Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Молоко	20/24	20/24
				Масло вершкове	1/1,5	1/1,5
	Салат з капусти та моркви	52	70	Капуста	55/72,6	44/58
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Олія	1 /1,5	1/1,5
	Манна запіканка з бананом	110	140	Кефір	65/86	65/86
				Манна крупа	17/22	17/22
				Олія	1/1	1/1
				Масло вершкове	1/1	1/1
				Цукор	-/7,5	-/7,5
				Банан	86/115	60/80
Сік	120	180	Сік	120/180	120/180	

**ВІВТОРОК  
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Молочна каша пшенична з вершковим маслом	200	250	Крупа пшенична	16/20	16/20
				Цукор	-/3	-/3
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Молоко	150/200	150/200
	Буряк тушкований	58	69	Буряк 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Олія	4/4,5	4/4,5
	Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80
Цукор				-/4,5	-/4,5	
Обід	Рассольник	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Рис	12/15	12/15
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/12,5 10,7/13,4	8/10
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
				Огірок квашений	-/30	-/24
				Борошно пшеничне	2/2	2/2
	Товченики рибні з капустою тушкованою та рисом відвареним	40/34/47	56/62/58	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	40/60
				Борошно	10/10	10/10
				Цибуля	12/16,7	10/14
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Олія рослина	3,5/4	3,5/4
				Капуста свіжа	62,5/82,5	34/46
				Рис	16/20	16/20
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Хліб	30	30	Хліб	20/20	20/20
Кисіль зі свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Крохмаль картопляний	5/6	5/6	
			Цукор	-/10	-/10	
Вечеря	Зрази картопляні з курячим м'ясом	97	120	Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				М'ясо птиці філе	45/60	45/60
				Цибуля	12/14,3	10/12
				Олія	2/2,5	2/2,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Сухарі панірувальні	10/10	10/10
	Салат з моркви та квасолі відвареної	130	168	Морква 12 міс 01-02 міс	52,5/72,5 56/77,4	42/58
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Квасоля	38/47	38,47
				Олія	3/3	3/3
	Узвар	150	180	Сухофрукти	20/25	20/25
				Цукор	-/4,5	-/4,5
	Хліб з сиром твердим	30/10	30/15	Сир твердий	10/15	10/15
Хліб				30/30	30/30	

**СЕРЕДА  
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід(грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Курка по селянськи	36/69	48/87	Кури	74/98	45/60
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Ячнева крупа	26/33	26/33
				Олія	2,5	2/2,5
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
	Салат з капусти	38	50	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Капуста	45/60	36/48
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Томатна паста	1/2	1/2
	Фрукти сезонні	60	80	Олія	2/2	2/2
				Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Какао на цільному молоці	150	200	Какао	5/6	5/6
Цукор				-7,5	-7,5	
Молоко				150/200	150/200	
Обід	Борщ бурячковий	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Буряк 12 міс 01-02 міс	35/45 37,4/48	28/36
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Сметана	15/25	15/25
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Гуляш з яловичини з тушкованою картоплею	36/69	48/87	М'ясо яловичини	45/60	45/60
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Томатна паста	2/3	2/3
				Борошно	1/2	1/2
				Олія	2,5/2,5	2,5/2,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
	Рисова запіканка з яблуком	110	140	Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Рис	17/22	17/22
				Яблуко	68,2/91	60/80
				Цукор	-2	-2
	Хліб	30	30	Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
				Хліб	30/30	30/30
	Компот із сухофруктів	150	180	Сухофрукти	13/15	13/15
Цукор				-8	-8	
Вечеря	Запіканка сирна з родзинками	146	189	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Цукор	-7,5	-7,5
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Крупа манна	9/11	9/11
				Олія	0,5/0,5	0,5/0,5
	Котлети морквяні	99	126	Сухофрукти (родзинки)	7/10	7/10
				Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Крупа манна	9/11	9/11
				Борошно	8/10	8/10
	Сік	120	180	Сухарі панірувальні	5/5	5/5
				Олія	3,5/4	3,5/4
				Сік	120/180	120/180

**ЧЕТВЕР  
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
Сніданок	Запiканка вермiшелева з яйцем та сиром	110	131	Яйце	1/1	40/40
				Вермiшель	26/33	26/33
				Сир твердий	10/15	10/15
				Олія	2/2	2/2
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Морква тушкована з чорносливом	55	73	Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/107	60/80
				Чорнослив сухофрукти	5 /7	5 /7
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Кисіль із свiжих фруктiв	150	180	Фрукти свiжi або замороженi	68/91 60/80	60/80
				Крохмаль картопляний	5/6	5/6
Цукор				-7,5	-7,5	
Обiд	Суп гречаний	200	250	Картопля 12 міс 01-02 міс	21,5/30 23,1/32,4	15/21
				Крупа гречана	8/10	8/10
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Тефтеля з м'яса птици та рису з капустою тушкованою	105/36	135/47	Капуста	47,5/62,5	38/50
				Цибуля	9,6/12	8/10
				Яйце	0,1/0,1	4/4
				Томатна паста	2/2	2/2
				Олія рослина	5/5,5	5/5,5
Борошно				4/7	4/7	
М'ясо птици фiле				45/60	45/60	
Рис	12/15	12/15				
Фру	Фрукти сезоннi	60	80	Фрукти свiжi Цитрусовi Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80
	Хлiб	30	30	Хлiб	30/30	30/30
	Узвар	150	180	Сухофрукти	15/18	15/18
				Цукор	-/10	-/10
Вечеря	Риба смажена	33	50	Риба хек	69/103,3	40/60
				Риба минтай	84/126	
				Борошно	7/10	7/10
	Овочi тушкованi	107	136	Олія	2 /2,5	2/2,5
				Капуста	57,5/75	46/60
				Цибуля	7,2/96	6/8
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Картопля 12 міс 01-02 міс	92,9/112,9 100/121,6	65/79
				Томатна паста	1/2	1/2
	Пшенична запiканка	80	100	Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
				Яйця	1\4/1\4	10/10
				Крупа пшенична	20/25	20\25
				Цукор	-7,5	-7,5
Олія				0,5/0,5	0,5/0,5	
Кефiр	100	125	Масло вершкове	2/2,5	2/2,5	
			Кефiр	100/125	100/125	
Хлiб	30	30	Хлiб	30/30	30/30	

**П'ЯТНИЦЯ  
ІV ТИЖДЕНЬ**

	Страви	Вихід (грами)		Інгредієнти	Маса брутто	Маса нетто
		діти 1-4 років	діти 4-6 (7) років			
<b>Сніданок</b>	Суфле з курячого м'яса та рису	105	132	Рис	15/20	15/20
				М'ясо птиці філе	34/45	34/45
				Яйце	1\13/1\10	3/4
				Олія	2\2	2/2
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Буряк тушкований	48	63	Буряк 12 міс 01-02 міс	62,5/81,3 66,7/86,7	50/65
				Цибуля	12/17,9	10/15
				Олія	2/2,5	2/2,5
	Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30
	Какао	150	200	Какао	0,2/0,3	Какао
Молоко				150/200		
Цукор				-7,5	-5,5	
Фрукти сезонні	60	80	Фрукти свіжі Цитрусові Банани	68,2/91 100/133,4 85,8/114,3	60/80	
<b>Обід</b>	Суп з фрикадельками	200/10	250/14	М'ясо птиці філе	11/15	11/15
				Яйце	1\18/1\13	2,22/3,08
				Морква 12 міс 01-02 міс	10/15 10,7/16	8/12
				Цибуля	7,2/9,6	6/8
				Олія	1,5/1,5	1,5/1,5
	М'ясо тушковане з пшоном	36/80	48/100	М'ясо свинина без кісток	45/60	45/60
				Олія рослина	2/2	2/2
				Цибуля	9,6/14,3	8/12
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
				Пшоно	20/25	20/25
	Салат із квашеної капусти з рослинною олією Салат з капусти свіжої	-	48	Капуста квашена	-/61,5	-/43
				Капуста свіжа	41,3/-	33/-
		38	-	Цукор	-/3	-/3
				Цибуля	6/6	5/5
				Олія рослина	1,5/2	1,5/2
Хліб	30	30	Хліб	30/30	30/30	
Компот із свіжих фруктів	150	180	Фрукти свіжі або заморожені	68,2/91 60/80	60/80	
			Цукор	-/7	-/7	
<b>Вечеря</b>	Сирники рожеві	150	190	Сир кисломолочний	100/125	100/125
				Морква 12 міс 01-02 міс	75/100 80/106,7	60/80
				Яйце	1\10/1\10	4/4
				Цукор	-/2	-/2
				Олія рослинна	4/4,5	4/4,5
				Борошно	10/10	10/10
	Вівсяна каша в'язка з вершковим маслом	80	100	Крупа вівсяна	20/25	20/25
				Масло вершкове	2/2,5	2/2,5
	Чай	150	180	Чай	0,2/0,3	0,2/0,3
				Цукор	-/5,5	-/5,5