

Погоджую  
Начальник Глухівського  
відділу державного нагляду  
за дотриманням санітарного  
законодавства Шостинського  
управління Держпродспоживслужби  
в Сумській області



А. МАТВИЄНКО

Затверджую

Завідувач Глухівського  
дошкільного навчального  
закладу (ясел-садка)  
«Журавка»



С. БОЖКО

## ПРИМІРНЕ ПЕРСПЕКТИВНЕ 4-х тижневе меню на зимовий період



м. Глухів

2021-2022 рік

## Перспективне чотиритижневе меню на зимовий період

Понеділок 1 тиждень										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Макарони відварні з сиром твердим	31	39	3,32	4,17	0,34	0,43	21,64	27,22	104,47	131,43
Чай трав'яний	150	180								
Свіжі фрукти	70	100	0,28	0,40	0,28	0,40	7,28	10,4	31,5	45,0
<b>Всього за сніданок:</b>			3,6	4,57	0,62	0,83	28,92	37,62	135,97	176,43
<b>Обід</b>										
Суп гороховий	150	200	4.07	5.52	1.91	2.80	15.33	21.23	92.55	129.06
Вареники з курячим м'ясом	81	108	12.78	16.93	4.47	5.59	16.69	22.15	161.37	211.02
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із свіжих фруктів (яблук)	120	160	0,24	0,32			6,24	16,3	49,74	66,32
<b>Всього за обід:</b>			19.19	24.87	8.78	10.79	48.16	90.81	374.66	477.4
<b>Підвечірок</b>										
Запіканка манна сирна з родзинками	100	125	15.70	19.49	9.34	12.11	12.97	16.09	196.50	248.52
Компот із сухофруктів	100	130	0.165	0.22			8.815	12.09	33.875	46.43
<b>Всього за підвечірок:</b>			15.865	19.71	9.34	12.11	21.785	28.18	230.375	294.951
<b>Вівторок 1 тиждень</b>										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років

	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок:</b>										
Суп ячний молочний	180	200	5.24	7.01	6.06	8.08	16.84	22.57	141.61	189.35
Хліб пшеничний	20	20	3.04	3.04	0.24	0.24	21.92	21.92	93.2	93.2
<b>Всього за сніданок:</b>			8.28	10.05	6.30	8.32	38.76	44.49	234.81	282.55
<b>Обід:</b>										
Борщ український зі сметаною	150	200	1,26	1,87	2,59	4,97	9,19	13,93	62,89	105,3
Каша гречана розсипчаста	82	103	4,24	5,31	2,56	3,2	21,2	26,58	125,45	157,23
Шніцель зі свинини	53	80	9.88	14.98	16.47	27.12	5.59	8.38	192.93	310.84
Огірок солоний	20	30	0.16	0.24	0.02	0.03	0.46	0.69	2.6	3.9
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот із сухофруктів	100	135	0.165	0.22			8.815	12.09	33.875	46.43
<b>Всього за обід:</b>			17.805	24.72	26.02	37.72	55.155	71.57	488.745	694.7
<b>Підвечірок:</b>										
Яйце варене	20	40	2.54	5.08	2.30	4.60	0.14	0.28	31.40	62.80
Салат з капусти та моркви	45	60	0.73	0.97	2.04	2.05	2.79	3.70	30.64	34.77
Хліб пшеничний	20	20	3.04	3.04	0.24	0.24	21.92	21.92	93.2	93.2
Чай трав'яний	150	180								
<b>Всього за підвечірок:</b>			6.31	8.85	4.58	6.89	24.85	25.90	155.24	190.77
<b>Середа 1 тиждень</b>										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										

Каша рисова в'язка з родзинками	100	110	4.24	4.66	6.14	6.75	24.68	27.15	165.45	181.99
Сік	110	120	0,48	0,72			12,36	18,54	50,40	75,60
<b>Всього за сніданок:</b>			4.72	5.38	6.14	6.75	37.04	45.69	381.3	257.59
<b>Обід</b>										
Суп круп'яний з рибою	150	200	6.33	7.90	2.95	5.02	16.04	19.97	115.40	155.98
Макарони відварні	120	150	4.23	5.27	4.07	4.18	27.97	34.95	167.87	201.57
Рулет з курятини з яйцем	60	80	11.84	15.69	5.35	6.74	5.32	6.96	118.63	153.69
Салат з капусти	50	60	0.77	0.91	3.04	4.04	4.48	5.91	46.14	60.92
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот з сухофруктів	100	135	0.165	0.22			8.815	12.09	33.875	46.43
<b>Всього за обід:</b>			25.435	32.09	17.81	22.38	72.525	89.78	552.915	689.59
<b>Підвечірок</b>										
Булочка домашня	55	75	4.39	5.46	4.52	5.63	25.21	34.86	152.05	204.60
Йогурт	100	120	3	3.75	2.5	3.125	3.5	4.375	59	73.75
<b>Всього за підвечірок:</b>			7.39	9.21	6.72	8.755	28.71	39.235	211.05	278.35
<b>Четвер 1 тиждень</b>										
<b>Найменування продуктів</b>	<b>Маса нетто</b>		<b>Хімічний склад</b>							
			<b>Білки</b>		<b>Жири</b>		<b>Вуглеводи</b>		<b>Енергетична цінність</b>	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Суп молочний манний	180	200	7.70	9.09	7.38	9.63	28.00	35.83	208.39	264.99
Хліб пшеничний	20	20	3.04	3.04	0.24	0.24	21.92	21.92	93.2	93.2
<b>Всього за сніданок:</b>			10.74	12.13	7.62	9.87	49.92	57.75	301.59	358.19
<b>Обід</b>										

Суп овочевий зі сметаною	150	200	1,32	1,74	2,99	3,74	7,71	10,27	61,49	79,78
Плов зі свининою	95	190	10.56	20.96	10.61	21.21	12.24	23.03	169.52	332.43
Ікра бурякова	50	60	0.64	0.78	1.04	2.05	4.29	5.19	27.00	39.75
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот зі сухофруктів	100	135	0.165	0.22			8.815	12.09	33.875	46.43
<b>Всього за обід:</b>			14.785	27.54	17.04	29.4	42.955	93.78	362.885	569.39
<b>Підвечірок</b>										
Бігос овочевий курячий	120	160	10.33	16.28	11.84	19.11	7.87	9.97	174.70	271.00
Хліб пшеничний	20	20	3.04	3.04	0.24	0.24	21.92	21.92	93.2	93.2
Чай трав'яний	150	180								
<b>Всього за підвечірок:</b>			13.37	19.32	12.08	19.35	29.79	31.89	267.9	364.2
<b>П'ятниця 1 тиждень</b>										
<b>Найменування продуктів</b>	<b>Маса нетто</b>		<b>Хімічний склад</b>							
			<b>Білки</b>		<b>Жири</b>		<b>Вуглеводи</b>		<b>Енергетична цінність</b>	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Омлет	30	60	2.93	5.85	3.56	7.13	1.34	2.68	48.90	97.80
Хліб пшеничний	20	20	3.04	3.04	0.24	0.24	21.92	21.92	93.2	93.2
Какао з молоком	120	160	3.96	5.34	3.35	4,51	6,35	8,55	70,32	94,74
<b>Всього за сніданок:</b>			11,31	14,23	7,15	11,88	29,61	33,15	212,42	285,74
<b>Обід</b>										
Суп з галушками на курятині	150	200	1,79	2,37	2,83	3,44	12,36	16,36	81,52	105,13
Горохове пюре	100	125	10,34	12,93	3,2	3,88	24,4	30,51	167,2	207,87
Хлібець рибний	48	72	7,95	11,89	3,32	4,21	3,50	5,21	75,78	106,42

Огірок солоний	20	30	0.16	0.24	0.02	0.03	0.46	0.69	2.60	3.90
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот зі свіжих фруктів	120	160	0,24	0,32			6,24	16,3	49,74	66,32
<b>Всього за обід:</b>			24.37	48.75	11.77	13,96	69.22	78,97	447,84	560,64
<b>Підвечірок</b>										
Каша янтарна з фруктами	100	125	4,28	5,33	4,56	5,69	20,89	25,91	141,25	175,57
Сік	110	120	0.48	0.72			12.36	18.54	50.40	75.60
<b>Всього за підвечірок:</b>			4,76	6,05	4,56	5,69	33,25	44,45	191,65	251,17

<b>Понеділок 2 тиждень</b>										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Каша гречана розсипчаста	82	103	4,24	5,31	2,56	3,2	21,2	26,58	125,45	157,23
Чай трав'яний	150	180								
Хліб пшеничний	20	20	3.04	3.04	0.24	0.24	21.92	21.92	93.2	93.2
Фрукти свіжі	70	100	0,28	0,4	0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45,0
<b>Всього за сніданок:</b>			7,56	8,75	3,08	3,84	50,4	58,9	250,15	295,43
<b>Обід</b>										
Куліш пшоняний	150	200	5,01	6,61	5,08	6,37	13,14	17,29	118,81	153,56
Каша ячнева	82	103	1,766	2,17	1,68	2,09	11,876	14,593	69,92	86,185

Салат з капусти	50	60	0,77	0,91	3,04	4,04	4,48	5,91	46,14	60,92
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот з сухофруктів	100	135	0.165	0.22			3.825	12.09	33.875	46.43
<b>Всього за обід:</b>			9,811	30.41	12,2	14,9	43,221	59,783	339,745	657,655
<b>Підвечірок</b>										
Оладки з фруктовим соусом	80	100	5,64	7,05	6.82	8,52	32,85	41,07	203,04	253,8
Йогурт	100	120	3	3.75	2.5	3.125	3.5	4.375	59	73.75
<b>Всього за підвечірок:</b>			8,64	10,8	9,32	11,645	36,35	45,445	262,04	327,55
<b>Вівторок 2 тиждень</b>										
<b>Найменування продуктів</b>	<b>Маса нетто</b>		<b>Хімічний склад</b>							
			<b>Білки</b>		<b>Жири</b>		<b>Вуглеводи</b>		<b>Енергетична цінність</b>	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок:</b>										
Суп молочний рисовий	180	200	2,86	3,81	3,08	4,09	12,58	15,87	89,26	119,01
Хліб пшеничний	20	20	3.04	3.04	0.24	0.24	21.92	21.92	93.2	93.2
<b>Всього за сніданок:</b>			5,9	6,85	3,32	4,33	34,5	37,79	182,46	212,21
<b>Обід:</b>										
Борщ по бахмацьки зі сметаною	150	200	2,41	3,32	3,22	4,85	14,54	19,44	93,93	130,81
Макарони відварні	100	120	3,6	4,32	3,1	3,72	25,4	30,48	138,0	165,6
Нагетси курячі	56	75	11,96	15,99	4,16	5,36	12,10	16,50	136,47	181,95
Огірок солоний	20	30	0.16	0.24	0.02	0.03	0.46	0.69	2.60	3.90
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот зі свіжих фруктів	120	160	0,24	0,32			6,24	16,3	49,74	66,32
<b>Всього за обід:</b>			20,47	26,29	12,9	16,36	68,64	93,31	491,74	619,58

<b>Підвечірок:</b>										
Сирники рожеві з фруктовим соусом	78	115	12,39	17,1	10,16	13,65	8,61	18,04	176,91	264,2
Какао з молоком	120	160	3,96	5,34	3,35	4,51	6,35	8,55	70,32	94,74
<b>Всього за підвечірок:</b>			16,35	22,44	13,51	18,16	14,96	26,59	247,23	358,94
<b>Середа 2 тиждень</b>										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Каша вівсяна в'язка	100	110	1,46	1,79	2,24	2,79	6,85	8,42	52,62	65,01
Сік	110	120	0.48	0.72			12.36	18.54	50.40	75.60
<b>Всього за сніданок:</b>			1,94	2,51	2,24	2,79	19,21	26,96	103,02	140,61
<b>Обід</b>										
Суп гречаний з курятиною	150	200	1,49	2,04	1,16	1,64	10,17	13,81	56,22	76,94
Картопляне пюре	110	150	2,58	3,53	2,46	5,01	16,07	21,91	99,55	150,47
Фішболи рибні з овочами	41\27	62\41	8,07	12,14	1,97	3,27	5,33	7,71	71,21	108,56
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот з сухофруктів	100	135	0.165	0.22			8.815	12.09	33.875	46.43
<b>Всього за обід:</b>			14,405	20,03	7,99	12,32	50,285	53,56	331,855	453,4
<b>Підвечірок</b>										
Ліниві голубці з курятини	90	120	8,19	10,98	3,13	4,46	7,65	10,43	90,86	124,93
Хліб пшеничний	20	20	3.04	3.04	0.24	0.24	21.92	21.92	93.2	93.2
Чай трав'яний	150	180								
<b>Всього за підвечірок:</b>			11,23	14,02	3,37	4,7	29,57	32,35	184,06	218,13



**Четвер 2 тиждень**

Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Суп молочно-вермишельний	180	200	4,64	6,19	4,58	6,36	14,14	18,82	119,86	160,75
Хліб пшеничний з твердим сиром	20\10	20\10	5,34	5,34	3,14	3,14			129,20	129,20
<b>Всього за сніданок:</b>			9,98	11,53	7,72	9,5	14,14	18,82	249,06	289,95
<b>Обід</b>										
Розсольник зі сметаною	150	200	2,89	4,5	3,66	6,81	19,2	29,34	122,78	199,38
Котлета м'ясна	65	105	12,79	20,44	13,99	22,25	9,63	12,62	194,68	298,04
Каша пшенична з цибулею	101	127	4,09	5,08	2,42	3,03	25,63	31,85	142,24	176,85
Ікра бурякова	50	60	0,64	0,78	1,04	2,05	4,29	5,19	27,00	39,75
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот зі сухофруктів	100	135	0,165	0,22			8,815	12,09	33,875	46,43
<b>Всього за обід:</b>			22,675	33,12	23,51	36,54	77,465	142,95	591,575	831,45
<b>Підвечірок</b>										
Гратен «Зебра» (запіканка сирна з какао)	122	155	15,06	19,14	10,82	13,95	15,87	19,84	222,25	283,03
Компот з сухофруктів	100	135	0,165	0,22			8,815	12,09	33,875	46,43
<b>Всього за підвечірок:</b>			15,225	19,36	10,82	13,95	24,685	31,93	256,125	329,46
<b>П'ятниця 2 тиждень</b>										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	

	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Яйце варене	20	40	2,54	5,08	2,30	4,60	0,14	0,28	31,40	62,80
Салат з капусти	50	60	0,73	0,97	2,04	2,05	2,79	3,70	30,64	34,77
Сік	110	120	0,48	0,72			12,36	18,54	50,40	75,60
<b>Всього за сніданок:</b>			1,21	1,69	2,04	2,05	15,15	22,24	81,04	110,37
<b>Обід</b>										
Суп з рибними фрикадельками	150	200	4,64	6,19	4,58	6,36	14,14	18,82	119,86	160,75
Тюфтелька рисово-м'ясна в томатному соусі	80	135	13,38	20,93	13,31	21,17	19,98	24,24	232,39	337,03
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот з сухофруктів	100	135	0,165	0,22			8,815	12,09	33,875	46,43
<b>Всього за обід:</b>			40,405	29,44	20,29	29,93	52,835	65,05	457,125	615,21
<b>Підвечірок</b>										
Булочка здобна	55	75	4,39	5,46	4,52	5,63	25,21	34,86	152,05	204,60
Какао з молоком	120	160	3,96	5,34	3,35	4,51	6,35	8,55	70,32	94,74
<b>Всього за підвечірок:</b>			8,35	10,8	7,87	10,14	31,56	43,41	222,37	299,34

<b>Понеділок 3 тиждень</b>										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років

<b>Сніданок</b>										
Каша перлова в'язка солодка з маслом	110	120	2,2	2,48	2,66	3,18	15,62	17,6	95,74	109,66
Чай трав'яний	150	180								
Хліб пшеничний	20	20	3,04	3,04	0,24	0,24	21,92	21,92	93,2	93,2
Свіжі фрукти	70	100	0,28	0,4	0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45,0
<b>Всього за сніданок:</b>			5,52	5,92	3,18	3,82	44,82	49,92	220,44	468,3
<b>Обід</b>										
Суп болгарський зі сметаною	150\4	200\5	1,66	2,22	2,54	3,48	11,01	14,62	72,94	97,88
Макарони відварні з маслом	100	120	3,6	4,32	3,1	3,72	25,4	30,48	138,0	165,6
Биточок рублений з курятини	55	77	10,61	14,15	2,37	3,00	4,96	6,61	85,64	112,7
Салат вітамінний	68	95	2,57	3,39	3,11	4,23	4,35	6,07	53,58	72,89
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот з сухофруктів	100	135	0,165	0,22			8,815	12,09	33,875	46,43
<b>Всього за обід:</b>			41,245	26,4	13,52	20,31	68,43	94,39	455,035	829,98
<b>Підвечірок</b>										
Омлет морквяний	60	60	5,35	5,35	6,43	6,43	0,31	0,31	85,79	85,79
Сік	110	120	0,48	0,72			12,36	18,54	50,40	75,60
<b>Всього за підвечірок:</b>			5,83	6,07	6,43	6,43	12,67	18,85	104,33	161,39
<b>Вівторок 3 тиждень</b>										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок:</b>										
Суп молочний манний	180	200	7,70	9,09	7,38	9,63	28,00	35,83	208,39	264,99

Хліб пшеничний	20	20	3,04	3,04	0,24	0,24	21,92	21,92	93,20	93,20
<b>Всього за сніданок:</b>			10,74	12,13	7,62	9,87	49,92	57,75	301,59	358,19
<b>Обід:</b>										
Куліш з курячим м'ясом	150	200	1,52	2,52	1,77	2,72	10,54	17,09	64,63	103,64
Картопляне пюре	110	150	2,58	3,53	2,46	5,01	16,07	21,91	99,55	150,47
Ковбаски зі свинини	50	100	10,01	19,00	11,39	21,91	11,59	22,75	173,69	335,74
Салат з солоного огірка та цибулі	30	50	0,25	0,43	1,22	2,04	1,00	1,67	15,8	26,33
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот зі свіжих яблук	120	160	0,24	0,32			6,24	16,3	49,74	66,32
<b>Всього за обід:</b>			16,7	27,9	19,24	34,08	55,34	89,62	474,41	753,5
<b>Підвечірок:</b>										
Запіканка сирно-вермишелева з фруктовим соусом	116	145	18,66	22,99	11,57	14,37	16,29	17,99	246,93	297,01
Чай трав'яний	150	180								
<b>Всього за підвечірок:</b>			18,66	22,99	11,57	14,37	16,29	17,99	246,93	297,01
<b>Середа 3 тиждень</b>										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Суп молочний гречаний	180	200	3,63	4,85	3,37	4,48	12,22	15,93	94,81	126,41
Хліб пшеничний	20	20	3,04	3,04	0,24	0,24	21,92	21,92	93,2	93,2
<b>Всього за сніданок:</b>			6,67	7,89	3,61	4,72	34,14	37,85	188,01	219,61
<b>Обід</b>										
Суп з макаронами та курячим м'ясом	150	200	1,51	2,46	1,67	2,49	10,67	17,35	64,70	103,16

Каша рисова	100	120	2,57	3,86	3,26	4,89	25,89	38,82	145,25	217,88
Рибна паличка з яйцем	46	69	9,2	13,52	4,63	6,24	4,77	6,74	97,56	137,31
Ікра з вареного буряка	50	60	0.64	0.78	1.04	2.05	4.29	5.19	27.00	39.75
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот з сухофруктів	100	135	0,165	0,22			8,815	12,09	33,875	46,43
<b>Всього за обід:</b>			16,185	22,94	13,00	18,07	64,335	168,09	439,385	615,53
<b>Підвечірок</b>										
Каша ячнева	82	103	1,766	2,17	1,68	2,09	11,867	14,593	69,92	86,185
Курка по італійськи	40	50	9,60	12,00	0,49	0,61	2,91	3,63	54,40	68,00
Компот зі свіжих фруктів	120	160	0,24	0,32			6,24	16,3	49,74	66,32
<b>Всього за підвечірок:</b>			11,606	14,49	2,17	2,7	21,017	49,116	174,06	220,505
<b>Четвер 3 тиждень</b>										
<b>Найменування продуктів</b>	<b>Маса нетто</b>		<b>Хімічний склад</b>							
			<b>Білки</b>		<b>Жири</b>		<b>Вуглеводи</b>		<b>Енергетична цінність</b>	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Палента (каша кукурудзяна запечена на молоці)	90	110	2,55	3,10	2,40	2,97	16,55	20,10	98,55	120,14
Сік	110	120	0.48	0.72			12.36	18.54	50.40	75.60
<b>Всього за сніданок:</b>			3,03	3,82	2,40	2,97	28,91	38,64	148,95	195,74
<b>Обід</b>										
Суп круп'яний рибний	150	200	6,33	7,90	2,95	5,02	16,04	19,97	115,40	155,98
Гречаник м'ясний зі свинини	54	72	12,85	16,92	3,38	4,47	24,76	31,39	105,33	137,98
Ікра буряково-морквяна	70	90	1.15	1.49	2.08	3.10	7.54	9.75	49.14	67.25
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71

Компот зі сухофруктів	100	135	0,165	0,22			8,815	12,09	33,875	46,43
<b>Всього за обід:</b>			22,595	28,63	10,81	14,99	67,055	83,10	374,745	478,64
<b>Підвечірок</b>										
Суфле ячне	75	75	6,79	6,79	7,47	7,47	6,00	6,00	118,50	118,50
Хліб пшеничний	20	20	3,04	3,04	0,24	0,24	21,92	21,92	93,20	93,20
Какао	120	160	3,96	5,34	3,35	4,51	6,35	8,55	70,32	94,74
<b>Всього за підвечірок:</b>			13,79	15,17	11,06	12,22	34,27	36,47	282,02	306,44
<b>П'ятниця 3 тиждень</b>										
<b>Найменування продуктів</b>	<b>Маса нетто</b>		<b>Хімічний склад</b>							
			<b>Білки</b>		<b>Жири</b>		<b>Вуглеводи</b>		<b>Енергетична цінність</b>	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Суп молочний ячний	180	200	5,24	7,01	6,06	8,08	16,84	22,57	141,61	189,35
Хліб пшеничний	20	20	3,04	3,04	0,24	0,24	21,92	21,92	93,20	93,20
<b>Всього за сніданок:</b>			8,28	10,05	6,3	8,32	38,76	44,49	234,81	282,55
<b>Обід</b>										
Борщ український зі сметаною	150	200	1,26	1,87	2,59	4,97	9,19	13,93	62,89	103,2
Каша перлова в'язка	110	120	2,2	2,48	2,66	3,18	15,62	17,6	95,74	109,66
Оладки з курятини	70	93	11,36	15,07	5,08	6,38	5,26	6,86	114,06	147,69
Огірок солоний	20	30	0,16	0,24	0,02	0,03	0,46	0,69	2,60	3,90
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот з сухофруктів	100	135	0,165	0,22			8,815	12,09	33,875	46,43
<b>Всього за обід:</b>			17,245	17,91	12,75	16,96	49,245	61,07	380,165	481,88
<b>Підвечірок</b>										

Ватрушка з сиром	90	110	12,30	16,15	9,18	13,78	39,71	48,09	281,52	371,41
Йогурт (кефір)	100	120	3	3.75	2.5	3.125	3.5	4.375	59	73.75
<b>Всього за підвечірок:</b>			15,30	19,9	11,68	16,905	43,21	52,465	340,52	445,16

**Понеділок 4 тиждень**

Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Макаронні вироби відварні з вершковим маслом та цукром	120	150	4,23	5,27	4,07	4,18	27,97	34,95	167,87	201,57
Чай трав'яний	150	180								
Свіжі фрукти	70	100	0,28	0,4	0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45,0
<b>Всього за сніданок:</b>			4,51	5,67	4,35	4,58	35,25	45,35	199,37	246,57
<b>Обід</b>										
Щі з курячим м'ясом зі сметаною	150	200	1,85	2,42	1,97	3,19	11,26	13,59	67,80	91,48
Каша гречана розсипчаста	82	103	4,24	5,31	2,56	3,2	21,2	26,58	125,45	157,23
Гуляш курячий	32\18	43\24	9,90	13,22	3,38	4,34	3,98	5,43	87,38	115,59
Салат з солоного огірка з цибулею	30	50	0,25	0,43	1,22	2,04	1,00	1,67	15,8	26,33
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот зі свіжих фруктів	120	160	0,24	0,32			6,24	16,3	49,74	66,32
<b>Всього за обід:</b>			18,58	23,8	11,53	15,17	53,58	73,47	484,97	527,95
<b>Підвечірок</b>										

Оладки з фруктовим соусом	100\28	100\28	7,5	7,5	8,0	8,0	55,19	55,19	317,79	317,79
Йогурт	100	120	3	3.75	2.5	3.125	3.5	4.375	59	73.75
<b>Всього за підвечірок:</b>			10,5	11,25	10,5	11,125	58,69	59,565	376,79	391,54
<b>Вівторок 4 тиждень</b>										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок:</b>										
Ліниві вареники з маслом	110	135	18,21	22,52	9,26	11,30	16,45	20,05	220,01	266,02
Сік	110	120	0.48	0.72			12.36	18.54	50.40	75.60
<b>Всього за сніданок:</b>			18,69	23,24	9,26	11,30	28,81	38,59	270,41	341,62
<b>Обід:</b>										
Суп польовий зі сметаною	150	200	1,69	3,12	2,96	2,82	10,73	23,27	76,99	103,81
Каша рисова	100	110	2,57	2,83	3,26	4,25	25,89	28,48	145,25	159,78
Котлета зі свинини	60	80	9,45	12,6	5,25	7,0	10,28	13,7	96,75	129,0
Салат вітамінний	68	95	2,57	3,39	3,11	4,23	4,35	6,07	53,58	72,89
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот зі свіжих фруктів	120	160	0,24	0,32			6,24	16,3	49,74	66,32
<b>Всього за обід:</b>			18,62	24,36	16,98	20,7	67,39	97,72	493,31	602,8
<b>Підвечірок:</b>										
Суп молочний вівсяний	150	200	3,11	4,15	3,52	4,68	9,77	12,12	81,88	109,17
Хліб пшеничний	20	20	3,04	3,04	0,24	0,24	21,92	21,92	93,20	93,20
<b>Всього за підвечірок:</b>			6,15	7,19	3,76	4,92	31,69	34,04	175,08	202,37



**Середа 4 тиждень**

Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Суп молочний вермишельний	150	200	5,75	7,67	5,79	7,96	26,37	35,50	180,33	243,90
Хліб пшеничний	20	20	3,04	3,04	0,24	0,24	21,92	21,92	93,2	93,2
<b>Всього за сніданок:</b>			8,79	10,71	6,03	8,2	48,29	57,42	273,53	337,10
<b>Обід</b>										
Суп манний з фрикадельками	150\15	200\20	6,08	9,84	6,16	9,76	11,54	18,63	126,21	197,09
Горохове пюре	100	125	10,34	12,93	3,2	3,88	24,4	30,51	167,2	207,87
Риба смажена в тісті	70	80	17,74	20,85	12,2	15,66	19,57	24,42	264,29	328,25
Огірок солоний	20	20	0,16	0,24	0,02	0,03	0,46	0,69	2,60	3,90
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот з сухофруктів	100	135	0,165	0,22			8,815	12,09	33,875	46,43
<b>Всього за обід:</b>			36,585	46,18	23,98	31,73	74,685	145,38	665,175	854,54
<b>Підвечірок</b>										
Вінегрет	85	125	1,11	1,67	10,25	15,18	7,67	11,38	124,50	186,76
Яйце варене	20	40	2,54	5,08	2,30	4,60	0,14	0,28	31,40	62,80
Хліб пшеничний з твердим сиром	20\10	20\10	5,34	5,34	3,14	3,14	21,92	21,92	129,2	129,2
Сік	110	120	0,48	0,72			12,36	18,54	50,40	75,60
<b>Всього за підвечірок:</b>			9,47	19,56	15,69	22,92	65,01	52,12	335,50	454,36
<b>Четвер 4 тиждень</b>										

Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	
	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Суп молочний рисовий	150	200	2,86	3,81	3,08	4,09	12,58	15,87	89,26	119,01
Хліб пшеничний	20	20	3,04	3,04	0,24	0,24	21,92	21,92	93,20	93,20
<b>Всього за сніданок:</b>			5,9	6,85	3,32	4,33	34,5	37,79	182,46	212,21
<b>Обід</b>										
Суп овочевий зі сметаною	150\4	200\5	1,32	1,74	2,99	3,74	7,71	10,27	61,49	79,78
Картопляне пюре	110	150	2,58	3,53	2,46	5,01	16,07	21,91	99,55	150,47
Биточок січений зі свинини	50	80	10,56	16,87	9,38	15,40	6,75	10,66	135,36	219,46
Ікра бурякова	50	60	0,64	0,78	1,04	2,05	4,29	5,19	27,00	39,75
Хліб житній	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71	71
Компот зі сухофруктів	100	135	0,165	0,22			8,815	12,09	33,875	46,43
<b>Всього за обід:</b>			17,365	25,24	23,72	28,6	53,535	70,02	428,275	606,89
<b>Підвечірок</b>										
Овоче рагу з курятини	125\15	150\20	4,98	6,29	6,16	8,85	12,31	14,63	123,31	162,06
Хліб житній	20	20	3,04	3,04	0,24	0,24	21,92	21,92	93,20	93,20
Чай трав'яний	150	180	8,02	9,33	6,4	9,09	34,23	36,55	216,51	255,26
<b>Всього за підвечірок:</b>										
<b>П'ятниця 4 тиждень</b>										
Найменування продуктів	Маса нетто		Хімічний склад							
			Білки		Жири		Вуглеводи		Енергетична цінність	

	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років	Від 1-4 років	Від 4-6 років
<b>Сніданок</b>										
Омлет	30	60	2,93	5,85	3,56	7,13	1,34	2,68	48,90	97,80
Салат з моркви	50	100	0,72	1,44	2,47	4,95	5,5	11,02	46,67	93,35
Какао з молоком	120	160	3,96	5,34	3,35	4,51	6,35	8,55	70,32	94,74
Хліб пшеничний	20	20	3,04	3,04	0,24	0,24	21,92	21,92	93,2	93,2
<b>Всього за сніданок:</b>			18,26	15,67	9,62	16,83	35,11	44,17	259,09	379,09
<b>Обід</b>										
Суп гречаний з курятиною	150	200	1,49	2,04	1,16	1,64	10,17	13,81	56,22	76,94
Каша пшоняна	100	100	2,87	2,87	3,35	3,35	16,49	16,49	108,41	108,41
Котлета рублена з курятини	58	77	10,8	14,46	3,58	4,62	8,23	11,24	110,74	147,55
Огірок солоний	20	20	0,16	0,24	0,02	0,03	0,46	0,69	2,60	3,90
Хліб житній	30	30	3,04	3,04	0,24	0,24	21,92	21,92	93,2	93,2
Компот з сухофруктів	100	135	0,165	0,22			8,815	12,09	33,875	46,43
<b>Всього за обід:</b>			18,525	27,23	8,35	33,64	69,36	118,47	405,045	476,43
<b>Підвечірок</b>										
Булочка здобна	55	75	4,39	5,46	4,52	5,63	25,21	34,86	152,05	204,60
Какао з молоком	120	160	3,96	5,34	3,35	4,51	6,35	8,55	70,32	94,74
<b>Всього за підвечірок:</b>			8,35	10,8	7,87	8,98	31,56	43,41	222,37	299,34