

**Асортимент шкільних буфетів на 2017 рік для другого сніданку
відповідно до ДСанПіН5008-01 (додаток № 9)
I тиждень**

Назва страви	№ рец.	вихід гр.	ціна
--------------	--------	-----------	------

ПОНЕДІЛОК

Напій кавовий зі згуцен мол	353	150	
Булочка з маком		70	
Апельсин		50	

РАЗОМ

ВІВТОРОК

Хліб з маслом та тверд сиром	3	30\ 5 \ 16	
Чай з лимоном	350	150\10 \ 5	
Печиво Марія		35	

РАЗОМ

СЕРЕДА

Хліб з сосискою відварною в/г		30/50	
Сік фасований		200	

РАЗОМ

ЧЕТВЕР

Ватрушка з сиром		70	
Чай з лимоном	350	150\10 \ 5	
Йогурт фасований		115	

РАЗОМ

П"ЯТНИЦЯ

Рогалик сирний		90	
Сік фасований		200	

РАЗОМ

Склав дітсестра: Калашнік М.В.
Багдай О.Р.
Гриців М.І

II тиждень

Назва страви	№ рец.	вихід гр.	ціна
--------------	--------	-----------	------

ПОНЕДІЛОК

Хліб з маслом та тверд сиром	3	30\5\16	
Чай з лимоном	350	150\10\5	
Яйце варене	169	20	

РАЗОМ

ВІВТОРОК

Ватрушка з сиром		70	
Чай з лимоном	350	150\10\5	
Йогурт фасований		115	

РАЗОМ

СЕРЕДА

Рогалик сирний		90	
Сік фасований		200	

РАЗОМ

ЧЕТВЕР

Чай з лимоном	350	150\10\5	
Булочка з маком		70	
Яблуко		100	
Печиво Марія		35	

РАЗОМ

П'ЯТНИЦЯ

Хліб з сосискою відварною в/г		30/50	
Сік фасований		200	

РАЗОМ

Склав дітсестра:

Калашнік М.В.

Багдай О.Р.

Гриців М.І

МЕНЮ ЛІТНЬО-ОЗДОРОВЧЕ

9

Перший день (ПОНЕДІЛОК)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Вермішель з маслом і сиром	165	150/20/5	11,8	10,2	33,8	276	
2	Булочка з маком		70	5,3	3,6	38,9	223,8	
3	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
5	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
6	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
7	банан		70	1,0		14,7	63,7	
	разом			24,0	25,2	137,6	896,5	
Обід								
1	Суп з фрикадельками	83,84	200/35	9,4	6,3	15,7	158	
2	Плов з м'ясом	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
3	Салат з свіжих огірків з олією	14	50	0,4	3,0	1,2	34	
4	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
5	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
	разом			32,6	17,3	90,9	641,8	
Підвечірок								
1	Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
2	Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	
3	Хліб пшеничний	-	30	2,0	0,4	16,8	74,7	
4	Компот з свіжих яблук	326	150	0,1	-	20,0	85	
5	Яйце варене	169	40	5,1	4,6	3	63	
	разом			24,1	19,6	59,6	501	
всього за день				80,7	62,1	288,1	2039,3	

Другий день (ВІВТОРОК)



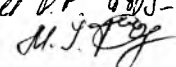
№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна гречана	145	200\10	9,2	13,1	43,3	331	
4	Компот з свіжих яблук	326	150	0,1	-	20,0	85	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	яблуко		50	0,2		4,9	21,5	
	разом			12,6	21,6	99,1	654,5	
Обід								
1	Суп горховий	81	200	4,8	3,7	16,6	120	
2	Котлета м'ясна	248	50/5	8,2	11,4	8,7	170	
3	Каша гречана розсипчаста	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
4	Салат з свіжих помідорів з олією	17	50	0,5	3,0	1,8	37	
5	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	

*Склад дієвства: Камашнік М.В. ЗОД
Бондарук О.Р.
Триленко М.С.*

	Печиво Марія		35	0,8	3,3	25	133	
5	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
6	апельсин		70	0,6		5,7	28	
	разом			13,8	23,4	127,6	784,0	
Обід								
1	Суп вермішелевий	90	200	2	3,5	12,6	91	
2	Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
3	Каша гречана розсипчаста	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
4	Салат з капусти	37	50	0,4	2,5	3,3	39	
5	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
6	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			27,2	25,1	97,0	717,1	
Підвечірок								
1	Голубці українські	245	150	9,9	9,5	10,9	169	
2	Кавовий напій з молоком	352	150	2,4	2,5	18,6	107,0	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			15,0	20,5	54,3	467,0	
всього за день				56,0	69,0	278,9	1968,1	

П'ятий день (П'ятниця)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна манна	149	200\20	6,4	11,7	43,0	303	
4	Компот з яблук і аличі	327	150	0,1	-	20,4	82	
3	Булочка з маком		70	5,3	3,6	38,9	223,8	
4	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	банан		70	1,0		14,7	63,7	
	разом			13,6	15,3	132,9	741,5	
Обід								
1	Борщ Український	64	200	2,2	6,1	14,1	121	
2	Жарке по-домашньому	236	125\50	18,2	8,2	19	223	
3	Салат вітамінний	41	50	1,0	1,5	5,0	38	
4	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
5	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			25,2	16,8	91,2	606,8	
Підвечірок								
1	Млинці з сиром та сметаною	369,39	135\15	16,4	17,7	41,3	393	
2	Кісіль з ягід	331	150	0,1		27,9	114	
3	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			16,9	17,7	79,0	550,0	
всього за день				55,7	49,8	303,1	1898,3	
Шостий день (ПОНЕДІЛОК)								

викав дітмества: Камісарік М.В. 
 Золотий Р.Р. 
 Губ'єв М.І. 

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Морквяна запіканка з сиром та м	135	150/5	13,7	18,0	29,3	336	
2	Хліб з джемом	3	30\20\5	2,5	4,4	29,4	168	
3	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
4	Печиво Марія		35	0,8	3,3	25	133	
5	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
6	яблуко		50	0,2		4,9	21,5	
	разом			20,8	28,6	123,8	843,5	
Обід								
1	Суп з фрикадельками	83,84	200/35	9,4	6,3	15,7	158	
2	Плов з м'ясом	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
3	Салат з моркви з яблуками	48	50	0,7	1,5	4,5	35	
4	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			32,9	15,8	94,2	642,8	
Підвечірок								
1	Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
2	Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	
3	Напій з шипшини	360	150	0,6	-	22,5	95	
4	Хліб пшеничний	-	30	2,0	0,4	16,8	74,7	
5	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			19,9	15,0	68,9	491,0	
всього за день				73,6	59,4	286,9	1977,3	

Сьомий день (ВІВТОРОК)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна вівсяна	145	200	8,8	14,9	38,5	327	
4	Компот з свіжих яблук	326	150	0,1	-	20,0	85	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Печиво Марія		35	0,8	3,3	25	133	
5	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
6	апельсин		70	0,6		5,7	28	
	разом			13,4	26,7	120,1	790,0	
Обід								
1	Суп гречаний	80	200	2	2,1	13,4	81	
2	Котлета м'ясна	248	50/5	8,2	11,4	8,7	170	
3	Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	
4	Салат з огірків і пом з олією	12	50	0,5	3,0	1,3	35	
5	Напій з шипшини	360	150	0,6	-	22,5	95	

Висновок гігієніста: Коваленко М.В. 2004
 Богдан Д.Р. 2004
 Туринь М.У. 2004

Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
разом			17,0	21,1	93,1	622,1	

Підвечірок

1	Оладки з джемом	371,37	100\15	12	15,7	74,4	457	
2	Кісіль з ягід	331	150	0,1		27,9	114	
3	Яблуко		100	0,4		9,8	43	
4								
	разом			12,5	15,7	112,1	614,0	
всього за день				42,9	63,5	325,3	2026,1	

Восьмий день (СЕРЕДА)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна гречана	145	200\10	9,2	13,1	43,3	331	
2	Хліб з маслом і сиром	3	30\15\5	6,4	8,5	16	166	
4	Компот з яблук і аличі	327	150	0,1	-	20,4	82	
5	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
6	банан		70	1,0		14,7	63,7	
	разом			17,5	21,6	110,3	711,7	
Обід								
1	Борщ Український	64	200	2,2	6,1	14,1	121	
2	Жарке по-домашньому	236	125\50	18,2	8,2	19	223	
3	Салат вітамінний	41	50	1,0	1,5	5,0	38	
4	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
5	Хліб пшеничний	-	60	4,0	0,8	33,6	149,4	
	разом			28,2	19,5	91,0	647,4	
Підвечірок								
1	Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
2	Вермішель з маслом	164	150\5	6,5	4,7	33,8	205	
3	Хліб з джемом	3	30\20\5	2,5	4,4	29,4	168	
2	Кісіль з вишні	331	150	0,2		22,2	91	
5	Яблуко		100	0,4		9,8	43	
	разом			24,2	20,1	64,9	678,0	
всього за день				69,9	61,2	266,2	2037,1	

Дев'ятий день (ЧЕТВЕР)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна вівсяна	145	200	8,8	14,9	38,5	327	
2	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
3	Компот з свіжих яблук	326	150	0,1	-	20,0	85	
4	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	яблуко		50	0,2		4,9	21,5	
	разом			12,2	23,4	94,3	650,5	

склав дієтолог *Кашаляк А.В.*
 Тел: 097-977-9779
 Київ М.І.

Обід

1	Суп вермішелевий	90	200	2	3,5	12,6	91	
2	Каша гречана розсипчаста	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
3	Бефстроганов	228	50\50	17,4	13,9	5,7	218,0	
4	Салат з свіжих огірків з олією	14	50	0,4	3,0	1,2	34	
5	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
6	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			29,6	28,5	103,4	781,1	

Підвечірок

1	Оладки з медом	370,37	100\15	12,0	15,7	76,6	497,0	
2	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Яблуко		100	0,4		9,8	43	
	разом			12,5	15,7	96,6	582,0	
всього за день				54,3	67,6	294,3	2013,6	

Десятий день (П'ятниця)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
-------	--------------	--------	------	-------	------	-----------	------	------

Сніданок

1	Каша молочна манна	149	200\20	6,4	11,7	43,0	303	
2	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Яйце варене	169	40	5,1	4,6	3	63	
5	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
6	апельсин		70	0,6		5,7	28	
	разом			15,3	24,8	92,8	653,0	

Обід

1	Розсольник	74	200	2,1	4,4	14,5	107,0	
2	М'ясо тушене з овочами	242	125\50	13,7	27,1	15,9	363	
3	Салат з свіжих помідорів з олією	17	50	0,5	3,0	1,8	37	
4	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			20,5	35,5	79,0	709,8	

Підвечірок

1	Пудинг сирний зі сметаною	187	100\15	15,0	14,0	236,4	283,0	
2	Кавовий напій з молоком	352	150	2,4	2,5	18,6	107,0	
3	Слойка з повидлом		50	3,3	6,1	27,5	178	
4	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			21,1	22,6	55,9	611,0	
всього за день				56,9	82,9	227,7	1973,8	

Загальна сума

Склад дієтсестри: Кашащенко М.В. *[підпис]*
 Зайдаць Р.Р. *[підпис]*
 Шен'єв М.І. *[підпис]*

МЕНЮ ЛІТНЬО-ОСІННЕ

Перший день (ПОНЕДІЛОК)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Вермішель з маслом і сир	165	150/20/5	11,8	10,2	33,8	276	
2	Булочка з маком		70	5,3	3,6	38,9	223,8	
3	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
5	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
	разом			22,2	25,2	107,0	763,8	
Обід								
1	Суп з фрикадельками	83,84	200/35	9,4	6,3	15,7	158	
2	Плов з м'ясом	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
3	Салат з свіжих огірків з	14	50	0,4	3,0	1,2	34	
4	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
5	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
	разом			32,6	17,3	90,9	641,8	
Підвечірок								
1	Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
2	Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	
3	Хліб пшеничний	-	30	2,0	0,4	16,8	74,7	
4	Компот з свіжих яблук	326	150	0,1	-	20,0	85	
5	Яйце варене	169	40	5,1	4,6	3	63	
	разом			24,1	19,6	59,6	501	
всього за день				78,9	62,1	257,5	1906,6	

Другий день (ВІВТОРОК)

з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна гречана	145	200\10	9,2	13,1	43,3	331	
4	Компот з свіжих яблук	326	150	0,1	-	20,0	85	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
	разом			11,6	21,6	78,3	564	
Обід								
1	Суп горховий	81	200	4,8	3,7	16,6	120	
2	Котлета м'ясна	248	50/5	8,2	11,4	8,7	170	
3	Каша гречана розсипчаста	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
4	Салат з свіжих помідорів	17	50	0,5	3,0	1,8	37	
5	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
6	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			23,3	26,2	111,0	765,1	
Підвечірок								

Склад доставки: Хлібобулочна фабрика
 Бульвар І. П. 100 -
 Київ М. І. 100

	Пудинг сирний зі сметан	187	100\15	15,0	14,0	2364	283,0	
2	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
3	Слойка з повидлом		50	3,3	6,1	27,5	178	
4	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			19,5	20,1	53,2	573,0	
всього за день				54,4	67,9	242,5	1902,1	35,72

Третій день (СЕРЕДА)

з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Морквяна запіканка з си	135	150/5	13,7	18,0	29,3	336	
2	Кавовий напій з молоком	352	150	2,4	2,5	18,6	107,0	
3	Хліб пшеничний	-	30	2,0	0,4	16,8	74,7	
4	Яйце варене	169	20	2,5	2,3	1,5	31,5	
	разом			20,6	23,2	66,2	549,2	
Обід								
1	Розсольник	74	200	2,1	4,4	14,5	107,0	
2	Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	
3	Бефстроганов	228	50\50	17,4	13,9	5,7	218,0	
4	Салат з огірків і пом з ол	12	50	0,5	3,0	1,3	35	
5	Кісіль з вишні	331	150	0,2		22,2	91	
6	Хліб пшеничний	-	60	4,0	0,8	33,6	149,4	
	разом			26,5	25,7	93,6	707,7	
Підвечірок								
1	Оладки з джемом	370,371	100\15	12,0	15,7	74,9	457,0	
2	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
3	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			15,2	18,6	104,0	616,0	
всього за день				62,3	67,5	263,8	1872,9	

Четвертий день (ЧЕТВЕР)

з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Капа молочна рисова	150	200\20	5	11,6	43,9	301	
4	Компот з вишні	326	150	0,2	-	21,1	87	
3	Хліб з маслом і сиром	3	30\15\5	6,4	8,5	16	166	
4	Печиво Марія		35	0,8	3,3	25	133	
	разом			12,4	23,4	106,0	687,0	
Обід								
1	Суп вермішелевий	90	200	2	3,5	12,6	91	

Підписано: *М.П. [підпис]*
 Висновок: *В.П. [підпис]*
 Підпис: *М.П. [підпис]*

	Риби смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
	Киша гречана розсипчаста	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
	Салат з капусти	37	50	0,4	2,5	3,3	39	
5	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
6	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			27,2	25,1	97,0	717,1	
Підвечірок								
1	Голубці українські	245	150	9,9	9,5	10,9	169	
2	Кавовий напій з молоком	352	150	2,4	2,5	18,6	107,0	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			15,0	20,5	54,3	467,0	
всього за день				54,6	69,0	257,3	1871,1	

П'ятий день (П'ятниця)								
з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна манна	149	200\20	6,4	11,7	43,0	303	
4	Компот з яблук і аличі	327	150	0,1	-	20,4	82	
3	Булочка з маком		70	5,3	3,6	38,9	223,8	
	разом			11,8	15,3	102,3	608,8	
Обід								
1	Борщ Український	64	200	2,2	6,1	14,1	121	
2	Жарке по-домашньому	236	125\50	18,2	8,2	19	223	
3	Салат вітамінний	41	50	1,0	1,5	5,0	38	
4	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
5	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			25,2	16,8	91,2	606,8	
Підвечірок								
1	Млинці з сиром та смет	369,387	135\15	16,4	17,7	41,3	393	
2	Кісіль з ягід	331	150	0,1		27,9	114	
3	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			16,9	17,7	79,0	550,0	
всього за день				53,9	49,8	272,5	1765,6	

Шостий день (ПОНЕДІЛОК)								
з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Морквяна запіканка з си	135	150/5	13,7	18,0	29,3	336	
2	Хліб з джемом	3	30\20\5	2,5	4,4	29,4	168	
3	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
4	Печиво Марія		35	0,8	3,3	25	133	
	разом			19,8	28,6	103,0	753,0	

Каша манна М.Б. Желт
 Компот з ягід О.П. Желт
 Печиво М.І. Желт

Обід

	Суп з фрикадельками	83,84	200/35	9,4	6,3	15,7	158	
	Плов з м'ясом	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
	Салат з моркви з яблука	48	50	0,7	1,5	4,5	35	
4	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			32,9	15,8	94,2	642,8	

Підвечірок

1	Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
2	Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	
3	Напій з шипшини	360	150	0,6	-	22,5	95	
4	Хліб пшеничний	-	30	2,0	0,4	16,8	74,7	
5	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			19,9	15,0	68,9	491,0	
всього за день				72,6	59,4	266,1	1886,8	

Сьомий день (ВІВТОРОК)

з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна вівсяна	145	200	8,8	14,9	38,5	327	
4	Компот з свіжих яблук	326	150	0,1	-	20,0	85	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Печиво Марія		35	0,8	3,3	25	133	
	разом			12,0	26,7	98,5	693,0	
Обід								
1	Суп гречаний	80	200	2	2,1	13,4	81	
2	Котлета м'ясна	248	50/5	8,2	11,4	8,7	170	
3	Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	
4	Салат з огірків і пом з ол	12	50	0,5	3,0	1,3	35	
5	Напій з шипшини	360	150	0,6	-	22,5	95	
6	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			17,0	21,1	93,1	622,1	
Підвечірок								
1	Оладки з джемом	371,37	100/15	12	15,7	74,4	457	
2	Кісіль з ягід	331	150	0,1		27,9	114	
3	Яблуко		100	0,4		9,8	43	
4								
	разом			12,5	15,7	112,1	614,0	
всього за день				41,5	63,5	303,7	1929,1	

Восьмий день (СЕРЕДА)

Кухарка М.В. [підпис]
 Помічник С.Р. [підпис]
 Школяр М.І. [підпис]

	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна гречана	145	200\10	9,2	13,1	43,3	331	
2	Хліб з маслом і сиром	3	30\15\5	6,4	8,5	16	166	
4	Компот з яблук і аличі	327	150	0,1	-	20,4	82	
	разом			15,7	21,6	79,7	579,0	
Обід								
1	Борщ Український	64	200	2,2	6,1	14,1	121	
2	Жарке по-домашньому	236	125\50	18,2	8,2	19	223	
3	Салат вітамінний	41	50	1,0	1,5	5,0	38	
4	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
5	Хліб пшеничний	-	60	4,0	0,8	33,6	149,4	
	разом			28,2	19,5	91,0	647,4	
Підвечірок								
1	Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
2	Вермішель з маслом	164	150\5	6,5	4,7	33,8	205	
3	Хліб з джемом	3	30\20\5	2,5	4,4	29,4	168	
2	Кісіль з вишні	331	150	0,2		22,2	91	
5	Яблуко		100	0,4		9,8	43	
	разом			24,2	20,1	64,9	678,0	
всього за день				68,1	61,2	235,6	1904,4	

Дев'ятий день (ЧЕТВЕР)

з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна вівсяна	145	200	8,8	14,9	38,5	327	
2	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
2	Компот з свіжих яблук	326	150	0,1	-	20,0	85	
	разом			11,2	23,4	73,5	560,0	
Обід								
1	Суп вермішелевий	90	200	2	3,5	12,6	91	
2	Каша гречана розсипчаста	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
3	Бефстроганов	228	50\50	17,4	13,9	5,7	218,0	
4	Салат з свіжих огірків з	14	50	0,4	3,0	1,2	34	
5	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
6	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			29,6	28,5	103,4	781,1	
Підвечірок								
1	Оладки з медом	370,371	100\15	12,0	15,7	76,6	497,0	
2	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Яблуко		100	0,4		9,8	43	
	разом			12,5	15,7	96,6	582,0	

Підписано: М.В. [підпис]
 [підпис] [підпис]
 [підпис] [підпис]

всього за день

53,3



67,6

273,5

1923,1

Десятий день (П'ятниця)

№	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна манна	149	200\20	6,4	11,7	43,0	303	
2	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Яйце варене	169	40	5,1	4,6	3	63	
	разом			13,9	24,8	71,2	556,0	
Обід								
1	Розсольник	74	200	2,1	4,4	14,5	107,0	
2	М'ясо тушене з овочами	242	125\50	13,7	27,1	15,9	363	
3	Салат з свіжих помідорі	17	50	0,5	3,0	1,8	37	
4	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			20,5	35,5	79,0	709,8	
Підвечірок								
1	Пудинг сирний зі сметан	187	100\15	15,0	14,0	236,4	283,0	
2	Кавовий напій з молоком	352	150	2,4	2,5	18,6	107,0	
3	Слойка з повидлом		50	3,3	6,1	27,5	178	
4	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			21,1	22,6	55,9	611,0	
всього за день				55,5	82,9	206,1	1876,8	
Загальна сума								

Живий М. В. 
 Бондаренко О. Р. 9801 -
 Шенков М. І. 

Меню зимово-весняне

Перший день (ПОНЕДІЛОК)								
№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Вермішель з маслом і сиром	165	150/20/5	11,8	10,2	33,8	276	
2	Булочка з маком		70	5,3	3,6	38,9	223,8	
3	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
5	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
	разом			22,2	25,2	107,0	763,8	
Обід								
1	Суп з фрикадельками	83,84	200/35	9,4	6,3	15,7	158	
2	Плов з м'ясом	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
3	Капуста тушена	114	50	1,3	3,1	5,4	55	
4	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
5	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
	разом			33,5	17,4	95,1	662,8	
Підвечірок								
1	Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
2	Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	
3	Хліб пшеничний	-	30	2,0	0,4	16,8	74,7	
4	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
5	Яйце варене	169	40	5,1	4,6	3	63	
	разом			24,1	19,6	49,8	458	
всього за день				79,8	62,2	251,9	1884,6	
Другий день (ВІВТОРОК)								
№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна гречана	145	200\10	9,2	13,1	43,3	331	
4	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
	разом			11,6	21,6	68,5	521	
Обід								
1	Суп горховий	81	200	4,8	3,7	16,6	120	
2	Котлета м'ясна	248	50/5	8,2	11,4	8,7	170	
3	Каша гречана розсипчаста	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
4	Салат з буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31	
5	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
6	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			23,7	24,2	113,8	759,1	
Підвечірок								
1	Пудинг сирний зі сметаною	187	100\15	15,0	14,0	2364	283,0	
2	Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	

Підписано: М. В. Юрчук
 Підписано: І. Р. Юрчук
 Підписано: М. І. Юрчук

Книш гречана розсипчаста	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
Книуста тушена	114	50	1,3	3,1	5,4	55	
С'ік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
разом			28,1	25,7	99,1	733,1	

Підвечірок

1	Голубці українські	245	150	9,9	9,5	10,9	169	
2	Кавовий напій з молоком	352	150	2,4	2,5	18,6	107,0	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			15,0	20,5	54,3	467,0	
всього за день				55,4	69,6	248,5	1842,1	

П'ятий день (П'ятниця)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна манна	149	200\20	6,4	11,7	43,0	303	
4	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Булочка з маком		70	5,3	3,6	38,9	223,8	
	разом			11,8	15,3	92,1	568,8	
Обід								
1	Борщ Український	64	200	2,2	6,1	14,1	121	
2	Жарке по-домашньому	236	125\50	18,2	8,2	19	223	
3	Салат з буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31	
4	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
5	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			25,1	16,3	90,8	599,8	
Підвечірок								
1	Млинці з сиром та сметанок	369,39	135\15	16,4	17,7	41,3	393	
2	Кісіль з ягід	331	150	0,1		27,9	114	
3	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			16,9	17,7	79,0	550,0	
всього за день				53,8	49,3	261,9	1718,6	

Шостий день (ПОНЕДІЛОК)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Морквяна запіканка з сиром	135	150\5	13,7	18,0	29,3	336	
2	Хліб з джемом	3	30\20\5	2,5	4,4	29,4	168	
3	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
4	Печиво Марія		35	0,8	3,3	25	133	
	разом			19,8	28,6	103,0	753,0	
Обід								

Клишук А.В. ЖФБ
Варшавський П.Р. 1998
Міллер А.І. ЖФБ

Суп з фрикадельками	83,84	200/35	9,4	6,3	15,7	158	
Плов з м'ясом	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
Копуста тушена	114	50	1,3	3,1	5,4	55	
Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
разом			33,5	17,4	95,1	662,8	

Підвечірок

1	Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
2	Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	
3	Напій з шипшини	360	150	0,6	-	22,5	95	
4	Хліб пшеничний	-	30	2,0	0,4	16,8	74,7	
5	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			19,9	15,0	68,9	491,0	
всього за день				73,2	61,0	267,0	1906,8	

Сьомий день (ВІВТОРОК)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна вівсяна	145	200	8,8	14,9	38,5	327	
4	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Печиво Марія		35	0,8	3,3	25	133	
	разом			12,0	26,7	88,7	650,0	
Обід								
1	Суп гречаний	80	200	2	2,1	13,4	81	
2	Котлета м'ясна	248	50\5	8,2	11,4	8,7	170	
3	Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	
4	Салат з буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31	
5	Напій з шипшини	360	150	0,6	-	22,5	95	
6	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			17,4	19,1	96,4	618,1	
Підвечірок								
1	Оладки з джемом	370,37	100\15	12,0	15,7	74,9	457,0	
2	Кісіль з ягід	331	150	0,1		27,9	117	
3	Яблуко		100	0,4		9,8	43	
4								
	разом			12,5	15,7	112,6	617,0	
всього за день				41,9	61,5	297,7	1885,1	

Восьмий день (СЕРЕДА)

з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
-----	--------------	--------	------	-------	------	-----------	------	------

Кухарка М.В. Жарв
 Підпис Л.Р. ГМ
 Підпис М.У.

Сніданок

Каша молочна гречана	145	200\10	9,2	13,1	43,3	331	
Хліб з маслом і сиром	3	30\15\5	6,4	8,5	16	166	
Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
разом			15,7	21,6	69,5	539,0	

Обід

1	Борщ Український	64	200	2,2	6,1	14,1	121	
2	Жарке по-домашньому	236	125\50	18,2	8,2	19	223	
3	Капуста тушена	114	50	1,3	3,1	5,4	55	
4	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
5	Хліб пшеничний	-	60	4,0	0,8	33,6	149,4	
	разом			28,5	21,1	91,4	664,4	

Підвечірок

1	Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
2	Вермішель з маслом	164	150\5	6,5	4,7	33,8	205	
3	Хліб з джемом	3	30\20\5	2,5	4,4	29,4	168	
2	Кісіль з вишні	331	150	0,2		22,2	91	
5	Яблуко		100	0,4		9,8	43	
	разом			24,2	20,1	64,9	678,0	
всього за день				68,4	62,8	225,8	1881,4	

Дев'ятий день (ЧЕТВЕР)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна вівсяна	145	200	8,8	14,9	38,5	327	
2	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
2	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
	разом			11,2	23,4	63,7	517,0	
Обід								
1	Суп вермішелевий	90	200	2	3,5	12,6	91	
2	Каша гречана розсипчаста	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
3	Бефстроганов	228	50\50	17,4	13,9	5,7	218,0	
4	Салат з буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31	
5	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
6	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			30,1	26,5	106,8	778,1	
Підвечірок								
1	Оладки з медом	370,37	100\15	12,0	15,7	76,6	497,0	
2	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Яблуко		100	0,4		9,8	43	
	разом			12,5	15,7	96,6	582,0	
всього за день				53,8	65,6	267,1	1877,1	

Кухарка М. В. [підпис]
 Підписі В. Р. [підпис]
 Підписі М. І. [підпис]

Десятий день (П'ятниця)

	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Сніданок								
1	Каша молочна манна	149	200\20	6,4	11,7	43,0	303	
2	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Яйце варене	169	40	5,1	4,6	3	63	
	разом			13,9	24,8	71,2	556,0	
Обід								
1	Розсольник	74	200	2,1	4,4	14,5	107,0	
2	М'ясо тушене з овочами	242	125\50	13,7	27,1	15,9	363	
3	Капуста тушена	114	50	1,3	3,1	5,4	55	
4	Сік	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			21,3	35,6	82,6	727,8	
Підвечірок								
1	Пудинг сирний зі сметаною	187	100\15	15,0	14,0	23,4	283,0	
2	Кавовий напій з молоком	352	150	2,4	2,5	18,6	107,0	
3	Слойка з повидлом		50	3,3	6,1	27,5	178	
4	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			21,1	22,6	79,3	611,0	
всього за день				56,3	83,0	233,1	1894,8	
Загальна сума								

Камінь М. В. *[підпис]*
 Бугай О. Р. *[підпис]*
 Шварц М. І. *[підпис]*