ЗАТВЕРДЖУЮ
Начальник відділу освіти
Миколаївської районної
державної адміністрації

_____/О.І.Лехович/

ПОГОДЖУЮ
Начальник Миколаївського
районного управління
ГУ Держпродспоживслужби
у Львівській області

_____/Н.В.Жиденко/

Десятиденне меню для харчування учнів 1-4 класів та дітей пільгових категорій

Меню для харчування учнів 1-4 класів

І тиждень

Назва страви	№рец.	Вихід гр.	білки	жири	вуглеводи	Енерг.цінніст
ПОНЕДІЛОК						
Каша гречана розсипчаста	290	150	8,8,	6,6	45,1	278
Салат з вареного буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31
Тефтеля із свинини	261/315	60/50	6,9	24,9	12,7	304
Хліб житній	-	60	2,3	0,3	15,6	133
Кавовий напиток із зг.молоком	353	150	2,5	2,6	16,9	102
Разом						**848**
ВІВТОРОК						
Картопляне пюре	298	150	3,2	5,6	23,3	157
Сосиска з маслом в/г	219	50/5	5,7	16,8	-	174
Хліб житній	-	60	2,3	0,3	15,6	133
Чай з лимоном	350	200/15/7	0,2	-	15,0	63
Салат з св. капусти	36	50	0,8	2,5	4,5	44
Оладки з повидлом	371	75/7,5	6,0	7,85	37,2	243,5
Разом						**814,5**
СЕРЕДА						
Рагу із свинини	240	185	7,4	48,2	18,1	537
Капуста тушкована	114	50	3,8	9,3	16,3	55
Хліб житній	-	60	2,3	0,3	15,6	133
Чай з цукром	349	200/15	0,2	-	15,2	60
Печиво Марія	-	5	0,4	0,48	3,6	20
Разом						**805**
ЧЕТВЕР						
Макарони відварні	295	150	5,5	5,0	35,5	210
Биточок із свинини з масло	248	50/5	5,8	10,9	8,7	267
Морква припущена	112	50	0,8	2,4	3,8	41
Хліб житній	-	60	2,3	0,3	15,6	133
Сік ~~вигідний~~ виноградний	362	200	1,0	-	36,4	151
Разом						**802**
П'ЯТНИЦЯ						
Картопляне пюре	298	150	3,2	5,6	23,3	157
Риба смажена (хек)	195	75/5	14,6	11	3,5	171
Хліб житній	-	60	2,3	0,3	15,6	133
Чай з цукром	349	200/15	0,2	-	15	60
Салат з св. капусти	36	50	0,8	2,5	4,5	44
Оладки з повидлом	371	75/7,5	6,0	7,85	37,2	243,5
Разом						**808,5**

Перевірено: Гриця Ч.Р. - Ч.Гриця

II тиждень

Назва страви	№рец.	Вихід гр	білки	жири	вуглеводи	Енерг.цінність
ПОНЕДІЛОК						
Макарони відварні	295	200	5,5	5,0	35,5	280
Котлета свинна	248	50/5	5,8	10,9	8,7	267
Хліб житній	-	60	2,3	0,3	15,6	133
Кавовий напиток із зг.молоком	353	150	2,5	2,6	16,9	102
Морква припущена	112	50	0,8	2,4	3,8	41
Разом						**823**
ВІВТОРОК						
Каша гречана	290	150	8,8	6,6	45,1	278
Зрази січені із свинини з соу.	257/315	70/30	7,0	24,9	13,2	322
Огірок солений	52	10	-	-	-	1,6
Хліб житній	-	60	2,3	0,3	15,6	133
Чай з лимоном	350	200/15/7	0,2	-	15,0	63
Разом						**797,6**
СЕРЕДА						
Картопляники шкільні	269/314	140/30	8,0	28,2	28,3	399
Салат з вареного буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31
Хліб житній	-	60	2,3	0,3	15,6	133
Сік виноградний	362	200	1,0	-	36,4	151
Печиво «Марія»	-	20	1,6	1,9	14,3	83
Разом						**797**
ЧЕТВЕР						
Рагу із свинини	240	185	7,4	48,2	18,1	537
Капуста тушкована	114	50	3,8	9,3	16,3	55
Хліб житній	-	60	2,3	0,3	15,6	133
Чай з цукром	349	200/15	0,2	-	15,2	60
Печиво Марія	-	5	0,4	0,48	3,6	20
Разом						**805**
П'ЯТНИЦЯ						
Картопляне пюре	298	150	3,2	5,6	23,3	157
Риба смажена з маслом (хек)	195	75/5	14,6	11	3,5	171
Хліб житній	-	60	2,3	0,3	15,6	133
Чай з цукром	349	200/15	0,2	-	15,2	60
Салат з св. капусти	36	50	0,8	2,5	4,5	44
Оладки з повидлом	371	75/7,5	6,0	7,85	37,2	243,5
Разом						**808,5**

ЗАТВЕРДЖУЮ
Начальник відділу освіти
Миколаївської районної
державної адміністрації

_____/О.І.Лехович/

ПОГОДЖУЮ
Начальник Миколаївського
районного управління
ГУ Держпродспоживслужби
у [illegible] області

_____/І.В.Жиденко/

Десятиденне меню для харчування дітей-дошкільнят у НВК району

Меню зимово-весняне

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
Перший день (ПОНЕДІЛОК)								
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 ялов	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
3	Капуста тушена	114	50	1,2	3,0	5,3	53,5	
4	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
5	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
	разом			33,3	17,3	95,0	661,3	
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	0,3	63	
	разом			24,1	19,6	47,1	458,0	
всього за день				79,6	62,1	249,1	1883,1	
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	521,0	
Обід								
1	Суп горховий	81	200	4,8	3,7	16,6	120	
2	Котлета м"ясна з ялов	248	50/5	8,2	11,4	8,7	170	
3	Каша гречана розсипчаст	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	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			23,6	24,2	113,8	759,1	
Підвечірок								
1	Лапшівник з сиром та мас	168	150/5	13,4	12,7	32,1	298,0	
2	Молоко парене	357	150	4,4	5,1	7,4	94	
3	Слойка з повидлом		50	3,3	6,1	27,5	178	
4	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			21,5	23,9	76,8	613,0	
всього за день				56,7	69,7	259,1	1893,1	
Третій день (СЕРЕДА)								

з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
	Сніданок							
1	Сирники з цукром і смет	182	100/15	17,1	13,6	25,4	296	
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	40	5,1	4,6	0,3	63	
	разом			26,6	21,1	61,1	540,7	
	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	227	50\50	17,4	13,9	5,7	218,0	
4	Салат з буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31	
5	Кісіль вишневий	331	150	0,2		22,2	91	
6	Хліб пшеничний	-	60	4,0	0,8	33,6	149,4	
	разом			26,9	23,7	96,9	703,7	
	Підвечірок							
1	Оладки з джемом	370,371	150\15	12,0	15,7	74,9	490,0	
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	649	
	всього за день			68,7	63,4	262	1893,4	
	Четвертий день (ЧЕТВЕР)							
з/п	***Назва страви***	***№ рец.***	***Вага***	***Білки***	***Жири***	***Вуглеводи***	***Ккал***	***Ціна***
	Сніданок							
1	Каша молочна рисова	150	200\20	5	11,6	43,9	301	
4	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Хліб з маслом і сиром	3	30\15\5	6,4	8,5	16	166	
4	Печиво Марія		35	3,1	4,1	25,1	150	
	разом			14,6	24,2	95,2	659,0	
	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 розсипчаст	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
4	Капуста тушена	114	50	1,2	3,0	5,3	53,5	
5	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
6	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			27,9	25,6	99,0	731,6	
	Підвечірок							
1	Омлет з сосискою	174	70	7,4	16,6	1,1	180	
2	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
3	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Яблуко печене	345	75	0,3		26,7	109,0	
	разом			10,4	25,1	65,0	528,0	
	всього за день			52,9	74,9	259,2	1918,6	
	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	Жаркe по-дом з ялов	236	125\50	18,2	8,2	19	223	
3	Салат з буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31	
4	Сік виноградний	362	150	0,5	-	27,3	113	
5	Хліб житній	-	60	3,3	1,1	30,9	133,8	
	разом			25,1	16,4	95,9	621,8	
			Підвечірок					
1	Млинці з сиром та смет	369,387	135\15	16,4	17,7	41,3	393	
2	Йогурт питний		150	4,2	3,5	22,3	138,7	
3	Хліб з маслом і сиром	3	30\15\5	6,4	8,5	16	166	
	разом			27,0	29,7	79,6	697,7	
	всього за день			63,9	61,4	267,6	1888,3	
			Шостий день (ПОНЕДІЛОК)					
№ п/п	***Назва страви***	***№ рец.***	***Вага***	***Білки***	***Жири***	***Вуглеводи***	***Ккал***	***Ціна***
			Сніданок					
1	Сирники з цукром і смет	182	100/15	17,1	13,6	25,4	296	
2	Хліб з джемом	2	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	3,8	4,1	25,1	150	
	разом			26,2	25,0	99,2	730,0	
			Обід					
1	Суп з фрикадельками	83,84	200/35	9,4	6,3	15,7	158	
2	Плов з м'ясом ялов	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
3	Капуста тушена	114	50	1,2	3,0	5,3	53,5	
4	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			33,3	17,3	95,0	668,8	
			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	Банан		100	1,5		21	91	
	разом			21,0	15,0	80,1	539,0	
	всього за день			80,5	57,3	274,3	1937,8	

			Сьомий день (ВІВТОРОК)					
№ п/п	***Назва страви***	***№ рец.***	***Вага***	***Білки***	***Жири***	***Вуглеводи***	***Ккал***	***Ціна***
			Сніданок					
1	Каша молочна вівсяна	145	200/10	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	3,8	4,1	25,1	150	
	разом			15,00	27,50	88,80	667,00	
			Обід					
1	Суп гречаний	80	200	2	2,1	13,4	81	
2	Котлета м"ясна з ялов	248	50/5	8,2	11,4	8,7	170	
3	Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	

	Салат з буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31	
	Напій з шипшини	360	150	0,6	-	22,5	95	
	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			17,3	19,1	96,4	618,1	
	Підвечірок							
	Оладки з джемом	370,371	150\15	12,0	15,7	74,9	490,0	
	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
	Яблуко печене	345	75	0,3		26,7	109,0	
	разом			12,4	15,7	111,8	641,0	
	всього за день			44,7	62,3	297,0	1926,1	

Восьмий день (СЕРЕДА)

№ п/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	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-дом з ялов	236	125\50	18,2	8,2	19	223	
3	Капуста тушена	114	50	1,2	3,0	5,3	53,5	
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			28,4	21,0	91,3	662,9	
	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	2	30\20\5	2,5	4,4	29,4	168	
2	Кісіль вишневий	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			68,3	62,7	225,7	1879,9	

Дев'ятий день (ЧЕТВЕР)

№ п/п	*Назва страви*	*№ рец.*	*Вага*	*Білки*	*Жири*	*Вуглеводи*	*Ккал*	*Ціна*
	Сніданок							
1	Каша молочна вівсяна	145	200/10	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 розсипчаст	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
3	Бефстроганов	227	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	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			30,0	26,5	106,8	778,1	
	Підвечірок							

1	Оладки з джемом	370,371	150\15	12,0	15,7	74,9	490,0	
2	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Банан		100	1,5		21	91	
	разом			13,6	15,7	106,1	623,0	
всього за день				54,8	65,6	276,6	1918,1	

Десятий день (П'ятниця)

№	*Назва страви*	*№ рец.*	*Вага*	*Білки*	*Жири*	*Углеводи*	*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 зі свин з овоч	242	125\50	13,7	27,1	15,9	363	
3	Капуста тушена	114	50	1,2	3,0	5,3	53,5	
4	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			21,1	35,5	82,5	726,3	
Підвечірок								
1	Лапшівник з сиром та мас	168	150/5	13,4	12,7	32,1	298,0	
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			19,5	21,3	88,0	626,0	
всього за день				54,50	81,64	241,70	1908,3	
Загальна сума				**0,00**				

МЕНЮ ЛІТНЬО-ОЗДОРОВЧЕ

Перший день (ПОНЕДІЛОК)

№ з/п	Назва страви	№ рец.	Вага	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал	Ціна
	Сніданок							
	Бутерброд з маслом і сиро	165	150/20/5	11,8	10,2	33,8	276	
	Булочка з маком		70	5,3	3,6	38,9	223,8	
	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
	Сік виноградний	362	150	0,5	-	27,3	113	
	разом			22,7	25,2	134,3	876,8	
	Обід							
1	Суп з фрикадельками	83,84	200/35	9,4	6,3	15,7	158	
2	Плов з м'ясом ялов	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
3	Салат з св огірків з олією	14	50	0,4	3,0	1,2	34	
4	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
5	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
	разом			32,5	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			79,3	62,14	284,8	2019,6	

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	
4	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
	разом			12,4	21,6	94,2	633,0	
	Обід							
1	Суп горховий	81	200	4,8	3,7	16,6	120	
2	Котлета м"ясна з ялов	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 св помід з олією	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	765,1	
	Підвечірок							
1	Лапшівник з сиром та мас	168	150/5	13,4	12,7	32,1	298,0	
2	Молоко парене	357	150	4,4	5,1	7,4	94	

	Сирники з повидлом		50	3,3	6,1	27,5	178	
	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
	разом			21,5	23,9	76,8	613,0	
	всього за день			57,2	71,7	282,0	2011,1	

Третій день (СЕРЕДА)

№	*Назва страви*	*№ рец.*	*Вага*	*Білки*	*Жири*	*Вуглеводи*	*Ккал*	*Ціна*
	Сніданок							
1	Сирники з цукром і смет	182	100/15	17,1	13,6	25,4	296	
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	40	5	4,6	3	63	
5	Сік виноградний	362	150	0,5	-	27,3	113	
	разом			27,0	21,1	91,1	653,7	
	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	227	50\50	17,4	13,9	5,7	218,0	
4	Салат з огір і пом з олією	12	50	0,5	3,0	1,3	35	
5	Кісіль вишневий	331	150	0,2		22,2	91	
6	Хліб пшеничний	-	60	4,0	0,8	33,3	149,4	
	разом			26,5	25,7	93,3	707,7	
	Підвечірок							
1	Оладки з джемом	370,37	150\15	12,0	15,7	74,9	490,0	
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	649,0	
	всього за день			68,7	65,4	288,4	2010,4	

Четвертий день (ЧЕТВЕР)

№ з/п	*Назва страви*	*№ рец.*	*Вага*	*Білки*	*Жири*	*Вуглеводи*	*Ккал*	*Ціна*
	Сніданок							
1	Каша молочна рисова	150	200\20	5	11,6	43,9	301	
4	Компот вишневий	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	3,1	4,1	25,1	150	
5	Сік виноградний	362	150	0,5	-	27,3	113	
	разом			15,2	24,2	133,4	817,0	
	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	36	50	0,8	2,5	4,5	44	
5	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
6	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			27,5	25,1	98,2	722,1	
	Підвечірок							
1	Омлет з сосискою	174	70	7,4	16,6	1,1	180	

	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
	Яблуко печене	345	75	0,3		26,7	109,0	
	разом			10,4	25,1	65,0	528,0	
	всього за день			53,1	74,4	296,6	2067,1	

П'ятий 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	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 яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
	разом			12,6	15,3	118,2	677,8	
	Обід							
1	Борщ Український	64	200	2,2	6,1	14,1	121	
2	Жарке по-дом з ялов	236	125\50	18,2	8,2	19	223	
3	Салат вітамінний	41	50	1,0	1,5	5,0	38	
4	Сік виноградний	362	150	0,5	-	27,3	113	
5	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			25,2	16,8	96,3	628,8	
	Підвечірок							
1	Млинці з сиром та смета	369,39	135\15	16,4	17,7	41,3	393	
2	Йогурт питний		150	4,2	3,5	22,3	138,7	
3	Хліб з маслом і сиром	3	30\15\5	6,4	8,5	16	166	
	разом			27,0	29,7	79,6	697,7	
	всього за день			64,8	61,8	294,1	2004,3	

Шостий день (ПОНЕДІЛОК)

№ з/п	*Назва страви*	*№ рец.*	*Вага*	*Білки*	*Жири*	*Вуглеводи*	*Ккал*	*Ціна*
	Сніданок							
1	Сирники з цукром і смет	182	100/15	17,1	13,6	25,4	296	
2	Хліб з джемом	2	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	3,8	4,1	25,1	150	
5	Сік виноградний	362	150	0,5	-	27,3	113	
	разом			26,7	25,0	126,5	843,0	
	Обід							
1	Суп з фрикадельками	83,84	200/35	9,4	6,3	15,7	158	
2	Плов з м'ясом ялов	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
3	Салат з моркви з яблуком	48	50	0,7	1,5	4,5	35	
4	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			32,8	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	

	Напій з шипшини	360	150	0,6	-	22,5	95	
	Хліб пшеничний	-	30	2,0	0,4	16,8	74,7	
	Банан		100	1,5		21	91	
	разом			21,0	15,0	80,1	539,0	
	всього за день			80,5	55,8	300,8	2024,8	

Сьомий день (ВІВТОРОК)

№ п/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	
1	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
4	Печиво Марія		35	3,8	4,1	25,1	150	
5	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
	разом			15,8	27,5	114,5	779,0	
	Обід							
1	Суп гречаний	80	200	2	2,1	13,4	81	
2	Котлета м"ясна з ялов	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 олі	12	50	0,5	3,0	1,3	35	
5	Напій з шипшини	360	150	0,6	-	22,5	95	
6	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			16,9	21,1	93,1	622,1	
	Підвечірок							
1	Оладки з джемом	370,37	150\15	12,0	15,7	74,9	490,0	
2	Кісіль вишневий	331	150	0,2		22,2	91	
3	Яблуко		100	0,4		9,8	43	
	разом			12,6	15,7	106,9	624,0	
	всього за день			45,3	64,3	314,5	2025,1	

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 виноградний	362	150	0,5	-	27,3	113	
	разом			16,2	21,6	107,0	692,0	
	Обід							
1	Борщ Український	64	200	2,2	6,1	14,1	121	
2	Жарке по-дом з ялов	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	

	Вермішель з маслом	164	150\5	6,5	4,7	33.8	205	
	Хліб з джемом	2	30\20\5	2,5	4,4	29,4	168	
	Кісіль вишневий	331	150	0,2		22,2	91	
	Яблуко		100	0,4		9,8	43	
	разом			24,2	20,1	64,9	678,0	
всього за день				68,6	61,2	262,9	2017,4	

Дев'ятий день (ЧЕТВЕР)

№	*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 яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5								
	разом			12,0	23,4	89,4	629,0	
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	227	50\50	17,4	13,9	5,7	218,0	
4	Салат з св 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	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			29,5	28,5	103,4	781,1	
Підвечірок								
1	Оладки з джемом	370,37	150\15	12,0	15,7	74,9	490,0	
2	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Банан		100	1,5		21	91	
	разом			13,6	15,7	106,1	623,0	
всього за день				55,1	67,6	298,9	2033,1	

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 виноградний	362	150	0,5	-	27,3	113	
	разом			14,4	24,8	98,5	669,0	
Обід								
1	Розсольник	74	200	2,1	4,4	14,5	107,0	
2	М'ясо зі свин з овоч	242	125\50	13,7	27,1	15,9	363	
3	Салат з св помід з олією	17	50	0,5	3,0	1,8	37	
4	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			20,4	35,5	79,0	709,8	
Підвечірок								

1	Пшшівник з сиром та мас	168	150/5	13,4	12,7	32,1	298,0	
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			19,5	21,3	88,0	626,0	
всього за день				54,3	81,6	265,5	2004,8	
Загальна сума				**0,00**				

Перший день (ПОНЕДІЛОК)								
	Назва страви	*№ рец.*	*Вага*	*Білки*	*Жири*	*Вуглеводи*	*Ккал*	*Ціна*
Сніданок								
	Вермішель з маслом і с	165	150/20/5	11,8	10,2	33,8	276	
	Булочка з маком		70	5,3	3,6	38,9	223,8	
	Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
	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 ялов	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
3	Салат з капусти	36	50	0,8	2,5	4,5	44	
4	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
5	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
	разом			33,0	16,8	94,2	651,8	
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				79,3	61,6	260,8	1916,6	

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 з ялов	248	50/5	8,2	11,4	8,7	170	
3	Каша гречана розсипча	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
4	Салат з моркви з яблу	48	50	0,7	1,5	4,5	35	
5	Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
6	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			23,4	24,7	113,7	763,1	
Підвечірок								
1	Лапшівник з сиром та м	168	150/5	13,4	12,7	32,1	298,0	
2	Молоко парене	357	150	4,4	5,1	7,4	94	
3	Слойка з повидлом		50	3,3	6,1	27,5	178	
4	Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	

разом			21,5	23,9	76,8	613,0	
всього за день			56,5	70,2	259,0	1897,1	

Третій день (СЕРЕДА)

Назва страви	*№ рец.*	*Вага*	*Білки*	*Жири*	*Вуглеводи*	*Ккал*	*Ціна*
Сніданок							
Сирники з цукром і сме	182	100/15	17,1	13,6	25,4	296	
Кавовий напій з молок	352	150	2,4	2,5	18,6	107,0	
Хліб пшеничний	-	30	2,0	0,4	16,8	74,7	
Яйце варене	169	40	5	4,6	3	63	
разом			26,5	21,1	63,8	540,7	
Обід							
Розсольник	74	200	2,1	4,4	14,5	107,0	
Картопляне пюре	105	100	2,3	3,6	16,3	107,3	
Бефстроганов	227	50\50	17,4	13,9	5,7	218,0	
Салат з буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31	
Кісіль вишневий	331	150	0,2		22,2	91	
Хліб пшеничний	-	60	4,0	0,8	33,6	149,4	
разом			26,9	23,7	96,9	703,7	
Підвечірок							
Оладки з джемом	370,371	150\15	12,0	15,7	74,9	490,0	
Какао з молоком	354	150	2,8	2,9	19,3	116	
Яблуко	-	100	0,4		9,8	43,0	
разом			15,2	18,6	104,0	649,0	
всього за день			68,6	63,4	264,7	1893,4	

Четвертий день (ЧЕТВЕР)

Назва страви	*№ рец.*	*Вага*	*Білки*	*Жири*	*Вуглеводи*	*Ккал*	*Ціна*
Сніданок							
Каша молочна рисова	150	200\20	5	11,6	43,9	301	
Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
Хліб з маслом і сиром	3	30\15\5	6,4	8,5	16	166	
Печиво Марія		35	3,1	4,1	25,1	150	
разом			14,6	24,2	95,2	659,0	
Обід							
Суп вермішелевий	90	200	2	3,5	12,6	91	
Риба смажена	195	75\5	14,6	11,0	3,5	171	
Каша гречана розсипча	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
Салат з капусти	36	50	0,8	2,5	4,5	44	
Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
разом			27,5	25,1	98,2	722,1	
Підвечірок							
Омлет з сосискою	174	70	7,4	16,6	1,1	180	
Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
Яблуко печене	345	75	0,3		26,7	109,0	
разом			10,4	25,1	65,0	528,0	
всього за день			52,5	74,4	258,4	1909,1	

П'ятий день (П'ятниця)								
№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-дом з ялов	236	125\50	18,2	8,2	19	223	
3	Салат з буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31	
4	Сік виноградний	362	150	0,5	-	27,3	113	
5	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			25,1	16,3	95,9	621,8	
	Підвечірок							
1	Млинці з сиром та см	369,387	135\15	16,4	17,7	41,3	393	
2	Йогурт питний		150	4,2	3,5	22,3	138,7	
3	Хліб з маслом і сиром	3	30\15\5	6,4	8,5	16	166	
	разом			27,0	29,7	79,6	697,7	
всього за день				63,9	61,3	267,6	1888,3	

Шостий день (ПОНЕДІЛОК)								
№п	*Назва страви*	*№ рец.*	*Вага*	*Білки*	*Жири*	*Вуглеводи*	*Ккал*	*Ціна*
	Сніданок							
1	Сирники з цукром і сме	182	100/15	17,1	13,6	25,4	296	
2	Хліб з джемом	2	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	3,8	4,1	25,1	150	
	разом			26,2	25,0	99,2	730,0	
	Обід							
1	Суп з фрикадельками	83,84	200/35	9,4	6,3	15,7	158	
2	Плов з м'ясом ялов	244	100\50	18,6	7,0	27,2	247	
3	Капуста тушена	114	50	1,2	3,0	5,3	53,5	
4	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			33,3	17,3	95,0	661,3	
	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 з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
	разом			19,8	23,1	57,3	521,3	
всього за день				79,3	65,4	251,5	1912,6	

Сьомий день (ВІВТОРОК)

/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	3,8	4,1	25,1	150	
	разом			15,0	27,5	98,6	697,0	
	Обід							
1	Суп гречаний	80	200	2	2,1	13,4	81	
2	Котлета м"ясна з ялов	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 моркви з яблу	48	50	0,7	1,5	4,5	35	
5	Напій з шипшини	360	150	0,6	-	22,5	95	
6	Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
	разом			17,1	19,6	96,3	632,1	
	Підвечірок							
1	Оладки з джемом	370,371	150\15	12,0	15,7	74,9	490,0	
2	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
3	Яблуко печене	345	75	0,3		26,7	109,0	
	разом			12,4	15,7	111,8	546,0	
	всього за день			44,5	62,8	306,7	1875,1	

Восьмий день (СЕРЕДА)

№ /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	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
	разом			15,7	21,6	69,5	581,0	
	Обід							
1	Борщ Український	64	200	2,2	6,1	14,1	121	
2	Жарке по-дом з ялов	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	655,4	
	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	2	30\20\5	2,5	4,4	29,4	168	
2	Кісіль вишневий	331	150	0,2		22,2	91	
	разом			23,8	20,1	55,1	639,0	
	всього за день			67,7	61,2	215,6	1875,4	

Дев'ятий день (ЧЕТВЕР)

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

Сніданок							
Каша молочна вівсяна	145	200	8,8	14,9	38,5	327	
Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
Компот з свіжих яблук	326	150	0,1	-	20,0	85	
разом			11,2	23,4	73,5	560,0	
Обід							
Суп вермішелевий	90	200	2	3,5	12,6	91	
Каша гречана розсипча	144	100	6,0	7,1	30,8	213,3	
Бефстроганов	227	50\50	17,4	13,9	5,7	218,0	
Салат з буряка	43	50	0,9	1,0	4,6	31	
Компот із сухофруктів	329	150	0,4	-	22,2	91	
Хліб житній	-	60	3,3	1,0	30,9	133,8	
разом			30,0	26,5	106,8	778,1	
Підвечірок							
Оладки з джемом	370,371	150\15	12,0	15,7	74,9	490,0	
Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
Банан		100	1,5		21	91	
разом			13,6	15,7	106,1	623,0	
всього за день			54,8	65,6	286,4	1961,1	

Десятий день (П'ятниця)

	Назва страви	*№ рец.*	*Вага*	*Білки*	*Жири*	*Вуглеводи*	*Ккал*	*Ціна*
	Сніданок							
	Каша молочна манна	149	200\20	6,4	11,7	43,0	303	
	Чай з лимоном	350	150\10\5	0,1	-	10,2	42	
	Хліб з маслом	1	30\10	2,3	8,5	15	148	
	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 зі свин з овоч	242	125\50	13,7	27,1	15,9	363	
3	Капуста тушена	114	50	1,2	3,0	5,3	53,5	
4	Сік яблучний	362	150	0,8	0,0	15,9	69	
5	Хліб житній	-	60	3,4	1,0	30,9	133,8	
	разом			21,2	35,5	82,5	726,3	
	Підвечірок							
1	Лапшівник з сиром та м	168	150/5	13,4	12,7	32,1	298,0	
2	Кавовий напій з молоко	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			19,5	21,3	88,0	626,0	
	всього за день			54,6	81,6	241,7	1908,3	
	Загальна сума			**0,00**				