ПОГОДЖУЮ

Начальник відділу Держнагляду
за дотриманням санітарного законодавства
Звягельського РУ ГУ Держпродспоживслужби
у Житомирській області

_____ Валентина КАЩУК

ЗАТВЕРДЖУЮ

начальник гуманітарного відділу
Баранівської міської ради

_____ Ірина ЛИСЮК

Перспективне

сезонне 4-х тижневе меню шкільних їдалень на осінній період закладів загальної середньої освіти при 1-х разовому харчуванні Баранівської ТГ, яке буде введене в дію з 01.09.2026 року згідно постанови КМУ від 24.03.2021 року №305 "Про затвердження норм та порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку"

1 тиждень																	
Збірник рецептур, N	**Наявні алергени**	**Найменування страв та виробів**	**Діти 6 - 11 р.**					**Діти 11 - 14 р.**					**Діти 14 - 18 р.**				
			Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Понеділок																	
ТК№1.35		Салат змолодої капусти огірків та томатів (до 15.10)	100	49	1,4	3	4,9	120	58,8	1,68	3,6	5,88	120	58,8	1,68	3,6	5,88
ТК N 1.20	ГЦ	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100	68	2	3,7	6,2	120	87	2,87	4,152	9,7	120	87	2,87	4,152	9,7
ТК N 5.1	Г, Л, МП, Я	Скрамбл	50	79	5,5	5	3	50	79	5,5	5	3	50	79	5,5	5	3
ТК N 10.19	МП, Л, Г	Мак енд чіз	150	226	10,2	7,8	24,8	200	284	13,6	10,3	33,1	200	284	13,6	10,3	33,1
Пром-ве вироб.		Сік	200	99	1,2	0	22,5	200	99	1,2	0	22,5	200	99	1,2	0	22,5
ТК N 12.01		Банани свіжі	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
Пром-ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Всього (до 15.10)			**630**	**619**	**21,6**	**18,4**	**87**	**720**	**733,8**	**26,48**	**23,1**	**102,98**	**720**	**733,8**	**26,48**	**23,1**	**102,98**
Всього (з 15.10)			**630**	**638**	**22,2**	**19,1**	**88,3**	**720**	**762**	**27,67**	**23,652**	**106,8**	**720**	**762**	**27,67**	**23,652**	**106,8**
Вівторок																	
ТК N 1.16	ГЦ	Салат з моркви, яблук з соусом "Вінегрет"	100	74	0,7	3,6	9,7	120	82,8	1,3	4,3	11	120	82,8	1,3	4,3	11
ТК N 9.6	Г, Л, Я, МП	Курячі нагетси	85	186	15,1	7,7	17,7	125	274	22,2	11,3	26	150	329	26,6	13,6	31,2
ТК N 10.20	МП, Л	Відварена картопля з вершковим маслом	120	151	2,2	7,6	18,7	150	189	2,7	9,5	23,4	150	189	2,7	9,5	23,4

ТК N 13.4		Чай з мелісою	150	1	0	0	0,4	150	1	0	0	0,4	150	1	0	0	0,4
ТК N 12.01		Яблука свіжі	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8
ТК N 12.01		або апельсини свіжі	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	100	50	0,9	0,2	11	0,2
Пром-ве вироб.	Г, МП, Л	Хліб цільнозерновий з вершковим маслом	30/03	92	1,8	4,8	15	50/4	147	3	7,2	16,7	50/4	147	3	7,2	16,7
Всього з яблуками свіжими			**563**	**581**	**20,1**	**24**	**70,4**	**629**	**706**	**28,8**	**31**	**82,7**	**654**	**761**	**33,2**	**33,3**	**87,9**
Всього з апельсинами свіжими			**563**	**580**	**20,5**	**23,9**	**69,8**	**629**	**705**	**29,2**	**29,9**	**82,1**	**654**	**760**	**33,6**	**33,2**	**87,3**
Середа																	
ТК N 1.18	МП, Л	Салат з моркви з сиром та сметаною	100	112	4,6	7,2	7,9	120	104,4	1,9	2,8	19,8	120	104,4	1,9	2,8	19,8
ТК N 9.21	МП, Л	Куліш з курячим м'ясом	130/50	270	15,6	12,2	26,7	180/70	375	21,7	16,9	37	216/84	450	26,1	20,3	44,5
ТК N 13.13		Кисіль ягідний	200	84	0,3	0	19,9	200	84	0,3	0	19,9	200	84	0,3	0	19,9
ТК N 12.01		Банани свіжі	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
Всього			**580**	**561**	**22**	**19,6**	**76,3**	**625**	**638**	**26,9**	**22,5**	**84,6**	**675**	**713**	**31,3**	**25,9**	**92,1**
Четвер																	
ТК№1.36		Салат з капусти та огірків з насінням фенхелю (до 15.10)	90	45,9	1,42	2,67	4,85	100	51	1,6	2,3	5,4	100	51	1,6	2,3	5,4
ТК N 1.25		Салат з запеченої капусти та родзинками	90	79,2	1,96	3,29	11,9	100	88	2,18	3,65	13,25	100	88	2,18	3,65	13,25
ТК N 6.02	Р, Г, МП, Л	Риба запечена з морквою та цибулею під соусом "Бешамель"	60	71	9,6	2,7	4	90	107	14,4	4,1	6	120	143	19,2	5,4	8
ТК N 10.39	МП, Л, Г	Каша пшенична класична	120	143	4,8	2,4	25,2	150	179	6	3	31,5	150	179	6	3	31,5
ТК N 13.13	МП, Л	Какао з молоком	200	112	6,1	5,5	9,9	200	112	6,1	5,5	9,86	200	112	6,1	5,5	9,9
ТК N 12.01		Яблука свіжі	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8
Пром-ве вироб.	Г, МП, Л	Хліб цільнозерновий з вершковим маслом	30/03	92	1,8	4,8	15	50/4	147	3	7,2	16,7	50/4	147	3	7,2	16,7
Всього (до 15.10)			**538**	**515,9**	**24,12**	**18,47**	**70,75**	**540**	**648**	**31,5**	**22,5**	**81,26**	**570**	**684**	**36,3**	**23,8**	**83,3**
Всього (з 15.10)			**538**	**549,2**	**24,66**	**19,09**	**77,8**	**640**	**685**	**32,08**	**23,85**	**89,11**	**670**	**721**	**36,88**	**25,15**	**91,15**
П'ятниця																	
ТК N10.15	МП, Л, С	Овочева паелья з куркумою (морква, цибуля)	150	201	4,4	5,4	33,1	180	241,2	5,28	6,48	39,72	180	241,2	5,28	6,48	39,72
ТК N 07.12	МП, Л, Г	Запіканка сирна з бананом та сметаною і ягідним кюлі	150/20	289	16,8	10,5	31,6	180/20	344	20,1	12,6	37,2	200/20	381	22,3	14	41
ТК N 13.11		Узвар	200	108	0,3	0,9	24,9	200	108	0,3	0,9	24,9	200	108	0,3	0,9	24,9
Всього			**520**	**598**	**21,5**	**16,8**	**89,6**	**550**	**653**	**24,8**	**18,9**	**95,2**	**570**	**690**	**27**	**20,3**	**99**

2 тиждень

Збірник рецептур, N ТК	Наявні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6 - 11 р.					Діти 11 - 14 р.					Діти 14 - 18 р.				
			Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Понеділок																	
ТК N 1.28		Салат з капусти зароматною олією	100	55	1,5	3,3	4,4	100	55	1,5	3,3	4,4	100	55	1,5	3,3	4,4
ТК N 3.22	МП, Л	Вегетаріанський закритий пиріг	200	332	12,9	15,6	39,8	200	332	12,9	15,6	39,8	250	416	16,2	19,5	49,8
ТК N 13.6	МП, Л	Чай масала	200	77	3,8	3	6,4	200	77	3,8	3	6,36	200	77	3,8	3	6,4
ТК N 12.01		Апельсини свіжі	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11
Пром-ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Всього			**630**	**585**	**20,9**	**24,5**	**71,6**	**650**	**632**	**22,1**	**26,1**	**78,26**	**700**	**716**	**25,4**	**30**	**88,3**
Вівторок																	
Пром-ве вироб.	МП, Л	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7	8	28	1,8	2,3	0,4	8	28	1,8	2,3	0,4
ТК N 1.12		Салат з моркви з імбирем	75	47	0,8	2,4	5,6	75	47	0,8	2,4	5,6	75	47	0,8	2,4	5,6
ТК N 9.2		Плов з курячим м'ясом	130/50	280	14,9	12	30,3	180/70	389	20,7	16,7	42,1	250/70	389	20,7	12	30,3
ТК N 13.11		Узвар	200	108	0,3	0,9	24,9	200	108	0,3	0,9	24,9	200	108	0,3	0,9	24,9
ТК N 12.01		Яблука свіжі	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8
Пром-ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Всього			**525**	**610**	**21,6**	**22,4**	**83,3**	**608**	**742**	**27**	**26,7**	**101,5**	**688**	**742**	**27**	**22**	**89,7**
Середа																	
ТК N 1.20	ГЦ	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100	69	2,39	3,46	8,08	120	82,8	2,86	4,15	9,7	120	82,8	2,86	4,15	9,7
ТК N 9.3	Г, Я, МП, Л	Курячий шніцель	70	148	13,1	6,9	11,3	100	212	18,7	9,9	16,2	120	255	22,4	11,8	19,4
ТК N 11.6		Соус "Кетчуп"	25	13	0,3	0	3	25	13	0,3	0	3	25	13	0,3	0	3
ТК N 10.6	МП, Л	Гречана каша з чебрецем	120	133	4,1	3,1	24,1	150	166	5,2	3,9	30,1	150	166	5,2	3,9	30,1
Пром-ве вироб.	МП, Л	Йогурт	125	86	2	6,3	5,3	125	86	2	6,3	5,3	125	86	2	6,3	5,3
ТК N 12.01		Банани свіжі	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
Всього			**540**	**541**	**22,1**	**19,6**	**73,3**	**600**	**638**	**28,8**	**23,4**	**84,2**	**620**	**681**	**32,5**	**25,3**	**87,4**

Четвер																	
ТК N 1.17	ГЦ	Салат з моркви з каррі та соусом "Вінегрет"	75	50	0,8	2,7	5,6	75	50	0,8	2,7	5,6	75	50	0,8	2,7	5,6
ТК N 7.7	Р, Я, Г	Стіки рибні	70	112	10,8	1,9	15,2	105	168	16,2	2,8	22,7	140	224	21,5	3,7	30,3
ТК N 10.15	МП, Л, Г	Овочева паелья з куркумою (морква, цибуля)	120	161	3,5	4,3	26,5	120	161	3,5	4,3	26,5	120	161	3,5	4,3	26,5
ТК N 13.13	МП, Л	Какао з молоком	200	112	6,1	5,5	9,9	200	112	6,1	5,5	9,86	200	112	6,1	5,5	9,9
ТК N 12.01		Яблука свіжі	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8
Пром-ве вироб.	Г, МП, Л	Хліб цільнозерновий з вершковим маслом	30/03	92	1,8	4,8	15	50/4	147	3	7,2	16,7	50/4	147	3	7,2	16,7
Всього			**598**	**579**	**23,4**	**19,6**	**84**	**654**	**690**	**30**	**22,9**	**93,16**	**688**	**746**	**35,3**	**23,8**	**100,8**
П'ятниця																	
ТК N 3.17	МП, Л, Г	Овочі припущені з соусом "Бешамель"	100	74	4,1	2,7	7,7	100	74	4,1	2,7	7,7	100	74	4,1	2,7	7,7
ТК N 7.10	МП, Л, Г, Я	Запіканка сирна з яблуком та морквою і сметаною	100/15	214	13	11,2	14,7	120/15	250	15,5	12,8	17,6	150/15	305	19,3	15,3	21,8
ТК N 10.39	МП, Л, Г	Каша пшенична класична	120	143	4,8	2,4	25,2	150	179	6	3	31,5	150	179	6	3	31,5
Пром-ве вироб.		Сік	200	99	1,2	0	22,5	200	99	1,2	0	22,5	200	99	1,2	0	22,5
ТК N 12.01		Апельсини свіжі	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11
Всього			**580**	**553**	**23,6**	**16,5**	**75**	**630**	**625**	**27,3**	**18,7**	**84,2**	**635**	**680**	**31,1**	**21,2**	**88,4**

3 тиждень																	
Збірник рецептур, N ТК	Наявні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6 - 11 р.					Діти 11 - 14 р.					Діти 14 - 18 р.				
			Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Понеділок																	
ТК N 1.43	Я, Л, МП	Салат з буряка та яєць зі сметаною	70	58,8	2,8	3,22	5,04	100	58,8	2,8	3,22	5,04	100	58,8	2,8	3,22	5,04
ТК N 10.54	Г	Булгур	120	132	3,7	3,8	22,3	150	165	4,7	4,8	27,9	150	165	4,7	4,8	27,9
ТК N 7.09, ТК N 10.11	МП, Л, Я, Г	Запіканка морквяно-яблучна із сметанковим соусом	120/20	215	4,8	11,4	23,2	150/20	260	5,9	13,5	28,6	150/20	260	5,9	13,5	28,6
ТК N 113.1	МП, Л	Какао з молоком	200	112	6,1	5,5	9,9	200	112	6,1	5,5	9,86	200	112	6,1	5,5	9,9
ТК N 12.01		Банани свіжі	50	48	0,8	0,1	10,9	75	71	1,1	0,2	16,4	75	71	1,1	0,2	16,4
Всього			**560**	**565,8**	**18,2**	**24,02**	**71,34**	**615**	**666,8**	**20,6**	**27,22**	**87,8**	**645**	**666,8**	**20,6**	**27,22**	**87,84**
Вівторок																	
ТК N 1.17	МП, Л	Салат з моркви, яблук з йогуртом	120	103,2	2,64	0,98	18,84	120	103,2	2,64	0,98	18,84	120	103,2	2,64	0,98	18,84
ТК N 9.1		Котлета по-міланськи з сиром	90	228,2	16,6	10	21,3	100	253,5	18,4	11,1	23,6	100	253,5	18,4	11,1	23,6
ТК N 10.2	МП, Л	Банош	120	194	4,8	4	33	150	242	6	5	41,25	150	242	6	5	41,3
ТК N 13.13		Кисіль ягідний	200	84	0,3	0	19,9	200	84	0,3	0	19,88	200	84	0,3	0	19,9
ТК N 12.01		Яблука свіжі	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8
Всього			**630**	**661,4**	**24,74**	**15,38**	**104,84**	**670**	**734,7**	**27,74**	**17,48**	**115,37**	**670**	**734,7**	**27,74**	**17,48**	**115,44**
Середа																	
ТК N 1.20	ГЦ	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	80	54,4	1,6	2,9	4,9	100	68	2	3,7	6,2	100	68	2	3,7	6,2
Пром-ве вироб.	МП, Л	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7	15	52	3,4	4,3	0,7
ТК N 10.15	МП, Л, С	Овочева паелья з куркумою (морква, цибуля)	150	201	4,4	5,4	33,1	150	201	4,4	5,4	33,1	150	201	4,4	5,4	33,1
Пром-ве вироб.		Сік	200	99	1,2	0	22,5	200	99	1,2	0	22,5	200	99	1,2	0	22,5
ТК N 12.01		Банани свіжі	75	71	1,1	0,2	16,4	75	71	1,1	0,2	16,4	75	71	1,1	0,2	16,4

Пром-ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Всього			**470**	**494**	**11,9**	**12,3**	**82,7**	**490**	**541**	**13,1**	**13,9**	**89,4**	**490**	**541**	**13,1**	**13,9**	**89,4**
Четвер																	
ТК№1,32		Салат з капусти ,огірків та кропу(до 15.10)	100	49	1,5	2,9	5,1	120	58,8	1,8	3,48	6,12	120	58,8	1,8	3,48	6,12
ТК N 1.25		Салат з запеченої капусти з родзинками	100	124,9	2,04	6,44	14,8	120	149,8	2,44	7,2	17,7	120	149,8	2,44	7,2	17,7
ТК N 7.10	Г, Я, Р	Рибні нагетси	70	114	11,3	2,2	14,5	105	171	17	3,2	21,7	140	228	22,6	4,3	29
ТК N 10.22	МП, Л	Картопляне пюре з орегано	120	163	2,8	7,4	21,1	150	203	3,5	9,3	26,4	150	203	3,5	9,3	26,4
ТК N 13.3		Чай з липою	150	0,6	0	0	0,17	150	0,6	0	0	0,17	150	0,6	0	0	0,17
ТК N 12.01		Апельсини свіжі	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11
Пром-ве вироб.	Г, МП, Л	Хліб цільнозерновий з вершковим маслом	30/03	92	1,8	4,8	15	50/4	147	3	7,2	16,7	50/4	147	3	7,2	16,7
Всього (до 15.10)			573,00	409,60	49,50	45,70	84,87	679,00	516,40	56,20	49,18	98,39	714,00	573,40	61,80	50,28	105,69
Всього(з 15.!0)			**523**	**544,5**	**18,84**	**21,04**	**76,57**	**609**	**721,4**	**26,84**	**27,1**	**93,67**	**644**	**778,4**	**32,44**	**28,2**	**100,97**
П'ятниця																	
ТК N 1.18		Салат з моркви з сиром та сметаною	100	112	4,6	7,2	7,9	120	134,4	5,52	8,64	9,48	120	134,4	5,52	8,64	9,48
ТК N 9.8		Курка по-італійськи	60	74	12,1	2,5	1,1	85	105	17,2	3,5	1,5	100	124	20,2	4,1	1,8
ТК N 10.10	МП, Л	Рис з кмином	120	164	3,7	3	30,1	120	164	3,7	3	30,12	150	205	4,7	3,8	37,7
ТК N 13.13		Кисіль ягідний	150	63	0,2	0	14,9	150	63	0,2	0	14,9	150	63	0,2	0	14,9
ТК N 12.01		Яблука свіжі	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8
Пром-ве вироб.	Г, МП, Л	Хліб цільнозерновий з вершковим маслом	30/03	92	1,8	4,8	15	50/4	147	3	7,2	16,7	50/4	147	3	7,2	16,7
Всього			**563**	**557**	**22,8**	**17,9**	**80,8**	**609**	**665,4**	**30,02**	**22,74**	**84,5**	**654**	**725,4**	**34,02**	**24,14**	**92,38**

4 тиждень																	
Збірник рецептур, N ТК	Наявні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6 - 11 р.					Діти 11 - 14 р.					Діти 14 - 18 р.				
			Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Понеділок																	
		Огірок свіжий (до 15.10)	100	14	0,8	0,2	2,4	120	16,8	0,96	0,24	2,88	120	16,8	0,96	0,24	2,88
ТК N 1.45	ГЦ	Вінегрет	100	84	2	3,6	11,8	120	100,8	2,4	4,32	14,16	120	100,8	2,4	4,32	14,16
ТК N 9.8	Г, МП, Л, Я	Курячий шніцель з соусом "Кетчуп"	70/25	162	13,4	6,9	14,3	100/25	225	19	9,9	19,2	120/25	268	22,7	11,8	22,4
ТК N 8.11	Г, МП, Л, Я	Ньокі (картопляні галушки)	120	258	3,9	11	15,8	120	258	3,9	11	15,8	120	258	3,9	11	15,8
Пром-ве вироб.		Йогурт	125	86	2	63	5,3	125	86	2	63	5,3	125	86	2	63	5,3
ТК N 12.01		Банани свіжі	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
Всього(до 15.10			540	615	21,6	81,3	59,6	590	680,8	27,36	84,34	64,98	610	723,8	31,06	86,24	68,18
Всього(з 15.10)			**540**	**601**	**20,8**	**81,1**	**57,2**	**590**	**664**	**26,4**	**84,1**	**62,1**	**610**	**707**	**30,1**	**86**	**65,3**
1300																	
ТК N 4.8		Горохове пюре жовте	100	116	8,3	0,4	12,2	100	116	8,3	0,4	12,2	150	174	12,5	0,6	18,3
ТК N 1.19	МП, Л	Салат з моркви та капустою зі сметанно-хроновим соусом	100	64	1,4	3,2	7,1	120	76,8	1,68	3,84	8,52	120	76,8	1,68	3,84	8,52
ТК N 7.05	МП, Л, Я	Яблуко запечене з сиром	120	187	9,3	7,6	20	150	234	11,6	9,5	25	150	234	11,6	9,5	25
Пром-ве вироб.		Сік	200	99	1,2	0	22,5	200	99	1,2	0	22,5	200	99	1,2	0	22,5
Пром-ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10	50	118	3	4	16,7	50	118	3	4	16,7
Всього			**550**	**537**	**22**	**13,6**	**71,8**	**620**	**643,8**	**25,78**	**17,74**	**84,92**	**670**	**701,8**	**29,98**	**17,94**	**91,02**
Середа																	
ТК N 1.16	ГЦ	Салат з моркви, яблук з соусом "Вінегрет"	100	74	0,7	3,6	9,7	120	82,8	1,3	4,3	11	120	82,8	1,3	4,3	11
ТК N 7.5	Р	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	60	61	8,5	2,8	1,7	90	91	12,7	4,2	2,5	120	122	16,9	5,5	3,3
ТК N 10.6	МП, Л	Гречана каша з чебрецем	120	133	4,1	3,1	24,1	150	166	5,2	3,9	30,1	150	166	5,2	3,9	30,1
ТК N 13.1	МП, Л	Какао з молоком	200	112	6,1	5,5	9,9	200	112	6,1	5,5	9,86	200	112	6,1	5,5	9,9
ТК N 12.01		Банани свіжі	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8

Пром-ве вироб.	Г, МП, Л	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/03	92	1,8	4,8	10,1	50/4	147	3	7,2	16,7	50/4,5	150	3	7,6	16,7
Всього			**593**	**553**	**22**	**17**	**81**	**674**	**669**	**28**	**20**	**98**	**706**	**714**	**32**	**23**	**99**
Четвер																	
ТК N 1.20	ГЦ	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100	69	2,39	3,46	8,08	120	82,8	2,86	4,15	9,7	120	82,8	2,86	4,15	9,7
ТК N 9.1	МП, Л, Я, Г	Котлета по міланські з сиром	85	215	15,6	9,4	20,1	125	317	23	13,9	29,5	150	380	27,6	16,6	35,5
ТК N 10.10	МП, Л	Рис з кмином	120	164	3,7	3	30,2	150	205	4,7	3,8	37,7	150	205	4,7	3,8	37,7
ТК N 13.13		Кисіль ягідний	150	63	0,2	0	14,9	150	63	0,2	0	14,9	150	63	0,2	0	14,9
ТК N 12.01		Апельсини свіжі	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11
Всього			**505**	**527**	**21,5**	**14,4**	**79,3**	**550**	**657**	**29,5**	**19,6**	**93,4**	**575**	**720**	**34,1**	**22,3**	**99,4**
П'ятниця																	
ТК N 1.19	МП, Л	Салат з моркви та капусти зі сметанно-хроновим соусом	100	64	1,4	3,2	7	120	76,8	1,68	3,84	8,4	120	76,8	1,68	3,84	8,4
ТК N 14.20	МП, Л, Я, Г	Галушки	120	275	8,7	3,4	56,2	150	344	10,9	4,2	70,2	150	344	10,9	4,2	70,2
ТК N 13.11		Узвар	150	81	0,2	0,7	18,7	150	81	0,2	0,7	18,7	200	108	0,3	0,9	24,9
ТК N 12.01		Яблука свіжі	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8
Пром-ве вироб.	МП, Л, Г	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/03	92	1,8	4,8	10,1	50/4	147	3	7,2	16,7	50/4,5	150	3	7,6	16,7
Всього			**603**	**564**	**12,5**	**12,5**	**103,8**	**554**	**700,8**	**16,18**	**16,34**	**125,8**	**604,5**	**730,8**	**16,28**	**16,94**	**132**