

ПОГОДЖЕНО  
начальник відділу  
Державного нагляду за  
дотриманням санітарних законів  
Броварського районного управління



Головного управління  
Держпродспоживслужби  
Київської області  
О.В. Вакарчук

ЗАТВЕРДЖЕНО:

Директор ТОВ «Заклад загальної  
середньої освіти – гімназія «Фортуна»



Т.Є. Мажуга

**ПРИМІРНЕ ДВОТИЖНЕВЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ДІТЕЙ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ  
ЗА ТРИРАЗОВОГО ХАРЧУВАННЯ  
НА ОСІННЬО-ВЕСНЯНИЙ ПЕРІОД  
2020-2021 н.р.**

Перший тиждень

1 день понеділок

		Назва страви	Вихід,гр. 6-10 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.	Вихід,гр. 10 і старше	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.
<b>Сніданок</b>												
1	орг. харчування ст.506	Макарони з маслом та твердим сиром	150/5/10	5,27/4,37	4,18/5,51	34,95/0	201,57/68,40	150/5/10	5,27/4,37	4,18/5,51	34,95/0	201,57/68,40
2	Снігур ст.606	Батон з маслом	40/5	2,82	4,2	19,98	132,7	40/5	2,82	4,2	19,98	132,7
3	орг. харчування ст.513	Чай з лимоном	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04
		<b>Всього</b>		<b>12,51</b>	<b>13,9</b>	<b>73,07</b>	<b>472,93</b>		<b>12,51</b>	<b>13,9</b>	<b>73,07</b>	<b>472,93</b>
<b>Обід</b>												
1	орг. харчування ст.375	Суп гороховий	250	5,52	2,8	21,23	129,06	250	5,52	2,8	21,23	129,06
2	орг. харчування ст.415	Картопля відварна	150/5	2,07/2,68	1,86/2.34	16,68/ 21,62	94.83/122.53	150/5	2,07/2,68	1,86/ 2.34	16,68/ 21,62	94.83/ 122.53
3	орг. харчування ст.386	Котлета свинна	80	18,13	16.55	7,25	182,00	100	21,07	22,12	9,88	286,53
4	Є.Клопотенко рецепт 4	Салат овочевий	50	0,89	6,13	3,62	71.75	50	0,89	6,13	3,62	71.75
5	К/К	Хліб	40	2.64	0,48	16,44	80	40	2,64	0,48	16,44	80
	орг. харчування ст.515	Компот із сухофруктів	200	1,27	36,00	85,64	327,48	200	1,27	36,00	85,64	327,48
		<b>Всього</b>		<b>35,88</b>	<b>66,16</b>	<b>172,48</b>	<b>1007,65</b>		<b>36,14</b>	<b>71,73</b>	<b>175,11</b>	<b>1112,18</b>
<b>Полуденок</b>												
1	К/К	Йогурт	200	2,0	6,00	14,00	204	200	2,0	6,00	14,00	204
2	Снігур ст.261	Кекс	100	4,8	14,5	49,0	350,6	100	4,8	14,5	49,0	350,6
		<b>Всього</b>		<b>6,8</b>	<b>20,5</b>	<b>63</b>	<b>554,6</b>		<b>6,8</b>	<b>20,5</b>	<b>63</b>	<b>554,6</b>
		<b>Всього за день</b>		<b>55,19</b>	<b>156,0</b>	<b>308,55</b>	<b>2035,18</b>		<b>55,45</b>	<b>106,13</b>	<b>311,18</b>	<b>2139,71</b>

2 день вівторок

		Назва страви	Вихід,гр. 6-10 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.	Вихід,гр. 10 і старше	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.
<b>Сніданок</b>												
1	орг.харчування ст.382	Каша рисова молочна	200/5	3,81	4,09	15,87	119,01	200/5	3,81	4,09	15,87	119,01
2	орг.харчування ст.507	Каша гречана	150/5	5.11	4,95	25,33	167,07	150\5	5,11	4,95	25,33	167,07
3	орг.харчування 357	Салат овочевий зі свіжих овочів(або солених)	60	0,89	6.13	3.62	71,75	60	0,89	6,13	3.62	71,75
4	орг.харчування ст.628	Б-т з маслом вершковим та твердим сиром	40\5\10	5,72	6,56	20,18	164	60\5\10	7,72	8,56	22,20	186,
5	орг.харчування ст.513	Чай з лимоном	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04
<b>Всього</b>				<b>15,53</b>	<b>21,74</b>	<b>83,14</b>	<b>592,09</b>		<b>17,58</b>	<b>23,74</b>	<b>85,16</b>	<b>614,09</b>
<b>Обід</b>												
1	Алеєксєєв ст. 164	Борщ буряковий	250	1,79	2,74	13,07	81.52	250	1,79	2,74	13,07	81.52
2	орг.харчування	Голубці ліниві з курчого м'яса	150	14,18	15,49	13,58	228,58	170	16,88	17,64	16,38	280,21
3	Є.Клопотенко рецепт 10	Салат овочевий або овочі солені	80	1,3	4.1	7	73,00	100	1,73	5,12	8.7	91,25
4	К/К	Хліб	40	2.64	0,48	16,44	80	40	2,64	0,48	16,44	80
5	орг.харчування 515	Компот зі свіжих фруктів	200	0,99	1.38	10,65	115,82	250	1,14	1,43	16,11	121,00
<b>Всього</b>				<b>20,09</b>	<b>24.19</b>	<b>54.44</b>	<b>578,92</b>		<b>24,18</b>	<b>74,93</b>	<b>70,7</b>	<b>654,98</b>
<b>Полуденок</b>												
1	орг.харчування ст.440	Банан	100	1,50	0.50	21.00	96.00	100	1,50	0.50	21.00	96.00
2	орг.харчування 515	Напій із сухофруктів	200	1,27	36,00	85,64	327,48	200	1,27	36,00	85,64	327,48
	орг.харчування ст.510	Пиріжки з родзинками	75	4.16	3,83	38.29	194.51	85	5,21	4,10	44,48	224.63
<b>Всього</b>				<b>6,93</b>	<b>40,33</b>	<b>144,93</b>	<b>617,99</b>		<b>7,98</b>	<b>40,6</b>	<b>151,12</b>	<b>648,11</b>
<b>Всього за день</b>				<b>42,55</b>	<b>86.26</b>	<b>282,51</b>	<b>1789</b>		<b>49,74</b>	<b>139,27</b>	<b>306,98</b>	<b>1917,18</b>

## 3 день середа

		Назва страви	Вихід,гр. 6-10 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.	Вихід,гр. 10 і старше	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.
<b>Сніданок</b>												
1	орг.харчування ст.413	Запіканка з сиру та крупою манною	125	19,49	12,11	16,9	248,52	150	21,80	14,16	19,18	264,52
2	орг.харчування ст.513	Чай з лимоном	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04
<b>Всього</b>				<b>19,54</b>	<b>12,12</b>	<b>35,04</b>	<b>318,78</b>		<b>21,85</b>	<b>14,17</b>	<b>37,32</b>	<b>334,78</b>
<b>Обід</b>												
1	орг.харчування ст.376	Суп гречаний	250	2,95	4,58	18,64	128,57	250	2,95	4,58	18,64	128,57
2	орг.харчування ст.485	Печеня по-домашньому (з яловичого м'яса)	150	15,12	16,12	18,02	209,04	180	18,04	20,94	23,90	340,68
3	Є.Клопотенко рецепт 14	Буряк тушкований або свіжі овочі	60	1,25	2,59	10,34	65,20	80	2,30	3,60	13,68	78,40
4	К/К	Хліб	40	2,64	0,48	16,44	80	40	2,64	0,48	16,44	80
5	орг.харчування ст.515	Компот із сухофруктів	200	1,27	36,00	85,64	327,48	200	1,27	36,00	85,64	327,48
<b>Всього</b>				<b>23,23</b>	<b>59,77</b>	<b>149,08</b>	<b>810,29</b>		<b>27,2</b>	<b>65,6</b>	<b>158,3</b>	<b>955,13</b>
<b>Полуденок</b>												
1	орг.харчування ст.514	Какао з молоком	200	7,90	7,14	24,16	169,87	250	96	6,93	21,58	170
2	Снігур ст.261	Мафіни	60	4,23	4,22	45,85	355,0	60	4,23	4,22	45,85	355,0
<b>Всього</b>				<b>11,5</b>	<b>13,94</b>	<b>70,01</b>	<b>524,84</b>		<b>100,23</b>	<b>11,15</b>	<b>67,43</b>	<b>525</b>
<b>Всього за день</b>				<b>54,27</b>	<b>85,83</b>	<b>254,13</b>	<b>1653,91</b>		<b>149,28</b>	<b>90,92</b>	<b>263,05</b>	<b>1814,91</b>

## 4 день четвер

		Назва страви	Вихід,гр. 6-10 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.	Вихід,гр. 10 і старше	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.
<b>Сніданок</b>												
1	орг.харчування ст.382	Каша молочна вівсяна	200\5	14,15	4,68	12,12	109,17	200\5	14,15	4,68	12,12	109,17
2	орг.харчування ст.507	Каша гречана	150\5	5,11	4,95	25,33	167,07	150\5	5,11	4,95	25,33	167,07
3	орг.харчування ст.355	Салат овочевий або овочі солені	80	1,3	4,1	7	73,00	100	1,73	5,12	8,7	91,25
4	орг.харчування ст.628	Б-т з маслом вершковим та твердим сиром	40\5\10	5,72	6,56	20,18	164	60\5\10	7,72	8,56	22,20	186,0
5	орг.харчування ст.513	Чай з лимоном	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04
<b>Всього</b>				<b>26,33</b>	<b>20,3</b>	<b>82,77</b>	<b>583,5</b>		<b>28,76</b>	<b>23,32</b>	<b>86,49</b>	<b>624,11</b>
<b>Обід</b>												
1	орг.харчування ст.381	Суп рибний	250/60	9,86	11,32	13,36	161,02	250/60	9,86	11,32	13,36	161,02
2	орг.харчування ст.428	Каша пшенична в'язка	150/5	5,15	4,61	32,61	190,75	180/5	8,30	7,93	66,94	220,08
3	орг.харчування ст.401	Биток січений з курячого м'яса	80	7,67	7,95	5,9	123,33	100	9,30	10,45	7,04	146,66
4	Є.Клопотенко рецепт 17	Салат овочевий або овочі солені	80	1,3	4,1	7	73,00	100	1,73	5,12	8,7	91,25
5	К/К	Хліб	40	2,64	0,48	16,44	80	40	2,64	0,48	16,44	80
6	орг.харчування 515	Компот зі свіжих фруктів	200	0,99	1,38	10,65	115,82	250	1,14	1,43	16,11	121,00
<b>Всього</b>				<b>27,61</b>	<b>29,84</b>	<b>108,6</b>	<b>743,94</b>		<b>39,97</b>	<b>36,73</b>	<b>128,59</b>	<b>820,19</b>
<b>Полуденок</b>												
1	орг.харчування ст.519	Яблуко печене з цукром	100	0,49	0,49	18,78	78,09	200	0,98	0,98	37,56	156,18
2	орг.харчування ст.515	Напій з цикорія	200	7,4	4,68	19,48	154	250	9,6	6,03	21,58	170
3	орг.харчування ст.627	Булочка здобна	60	8,8	2,76	10,10	300	60	8,8	2,76	10,10	300
<b>Всього</b>				<b>21,09</b>	<b>7,93</b>	<b>48,36</b>	<b>532,09</b>					<b>626,18</b>
<b>Всього за день</b>				<b>75,03</b>	<b>58,07</b>	<b>239,73</b>	<b>1859,53</b>		<b>88,11</b>	<b>69,82</b>	<b>284,32</b>	<b>2070,48</b>

## 5 день п'ятниця

		Назва страви	Вихід,гр. 6-10 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.	Вихід,гр. 10 і старше	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.
<b>Сніданок</b>												
1	орг.харчування ст.496	Омлет	100	10,39	11,02	5,74	162,43	100	10,39	11,02	5,74	162,43
	орг.харчування ст.355	Салат овочевий або овочі солені	80	1,3	4,1	7	73,00	100	1,73	5,12	8,7	91,25
2	Снігур ст.606	Батон з маслом	40/5	2,82	4,2	19,98	132,7	40/5	2,82	4,2	19,98	132,7
3	орг.харчування ст.513	Чай з лимоном	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04
		<b>Всього</b>		<b>14,56</b>	<b>19,33</b>	<b>50,86</b>	<b>438,39</b>		<b>14,99</b>	<b>20,35</b>	<b>52,56</b>	<b>456,64</b>
<b>Обід</b>												
1	орг.харчування ст.376	Суп квасоляний	250	4,52	2,69	17,42	113,54	250	4,52	2,69	17,42	113,54
2	орг.харчування ст.499	Картопляне пюре	150	3,53	5,01	21,91	154,47	180	7,06	8,02	32,18	184,82
3	орг.харчування ст.409	Котлета рибна	85	9,92	5,64	8,09	165,08	95	15,07	9,44	11,18	186,16
4	Є.Клопотенко рецепт 18	Салат овочевий або овочі солені	80	1,3	4,1	7	73,00	100	1,73	5,12	8,7	91,25
5	К/К	Хліб	40	2,64	0,48	16,44	80	40	2,64	0,48	16,44	80
6	орг.харчування ст.515	Компот із сухофруктів	200	1,27	36,00	85,64	327,48	200	1,27	36,00	85,64	327,48
		<b>Всього</b>		<b>24,31</b>	<b>56,02</b>	<b>160,95</b>	<b>949,00</b>		<b>32,99</b>	<b>70,83</b>	<b>174,31</b>	<b>1000,43</b>
<b>Полуденок</b>												
1	Є.Клопотенко рецепт 3	Бургер	60	21,26	78,3	66,43	526,92	60	21,26	78,3	66,43	526,92
2	К/К	Сік	200	0,6	0,00	33	138	200	0,6	0,00	33	138
		<b>Всього</b>		<b>21,86</b>	<b>78,3</b>	<b>99,43</b>	<b>664,92</b>		<b>21,83</b>	<b>78,3</b>	<b>99,43</b>	<b>664,92</b>
		<b>Всього за день</b>		<b>60,73</b>	<b>153,65</b>	<b>311,24</b>	<b>2052,31</b>		<b>69,81</b>	<b>169,48</b>	<b>326,3</b>	<b>2121,99</b>

Другий тиждень

1 день понеділок

		Назва страви	Вихід,гр. 6-10 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.	Вихід,гр. 10 і старше	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.
<b>Сніданок</b>												
1	орг.харчування ст.430	Запіканка рисова з сиром та сметаним соусом	150/5	25,34/ 0,43	20,51/ 2,99	18,84/ 1,06	359,10/ 32,12	200/5	25,34/ 0,95	20,51/ 5,94	18,84/ 2,85	359,10/ 68,14
2	орг.харчування ст.513	Чай з лимоном	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04
3												
		<b>Всього</b>		<b>25,82</b>	<b>23,51</b>	<b>38,04</b>	<b>461,48</b>		<b>26,34</b>	<b>26,46</b>	<b>39,83</b>	<b>497,5</b>
<b>Обід</b>												
1	орг.харчування ст.370	Суп картопляни з галушками	250	9,69	9,77	17,93	199,22	250	9,69	9,77	17,93	199,22
2	орг.харчування ст. 415	Картопля відварна	150	4,69	4,34	26,92	138,70	180	6,34	5,42	29,31	156,18
3	орг.харчування ст.389	Тюфтеля м'ясна в сметанно-томатному соусі	100	21,22	19,42	16,58	291,29	100	21,22	19,42	16,58	318,09
4	Є.Клопотенко рецепт 19	Салат овочевий або овочі солені	80	1,3	4,1	7	73,00	100	1,73	5,12	8,7	91,25
5	К/К	Хліб	40	2,64	0,48	16,44	80	40	2,64	0,48	16,44	80
6	орг.харчування ст.515	Компот зі свіжих фруктів	200	0,99	1,38	10,65	115,82	250	1,14	1,43	16,11	121,00
		<b>Всього</b>		<b>40,53</b>	<b>39,49</b>	<b>95,52</b>	<b>898,03</b>		<b>42,76</b>	<b>41,642</b>	<b>105,07</b>	<b>964,74</b>
<b>Полуденок</b>												
1	орг.харчування ст. 438	Ряжанка	200	4	8	6	112	200	4	8	6	112
2	Снігур ст.261	Кекс	100	4,8	14,5	49,0	350,6	100	4,8	14,5	49,0	350,6
		<b>Всього</b>		<b>8,8</b>	<b>22,5</b>	<b>55</b>	<b>417,6</b>		<b>8,8</b>	<b>22,5</b>	<b>55</b>	<b>417,6</b>
		<b>Всього за день</b>		<b>75,15</b>	<b>85,5</b>	<b>188,56</b>	<b>1777,11</b>		<b>77,9</b>	<b>90,06</b>	<b>199,9</b>	<b>1879,84</b>

2 день вівторок

		Назва страви	Вихід,гр. 6-10 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.	Вихід,гр. 10 і старше	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.
<b>Сніданок</b>												
1	орг.харчування ст.504	Суп вермішелевий молочний	200\5	5,6	8,7	19,3	187,9	200\5	5,6	8,7	19,3	187,9
2	орг.харчування ст.507	Каша гречана	150\5	5,11	4,95	25,33	167,07	150\5	5,11	4,95	25,33	167,07
3	орг.харчування ст.355	Салат з свіжих овочів або овочі солені	80	1,3	4,1	7	73,00	100	1,73	5,12	8,7	91,25
4	орг.харчування ст.628	Б-т з маслом вершковим та твердим сиром	40\5\10	5,72	6,56	20,18	164	60\5\10	7,72	8,56	22,20	186,0
5	орг.харчування ст.513	Чай з лимоном	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04
<b>Всього</b>				<b>17,78</b>	<b>24,32</b>	<b>89,95</b>	<b>662,23</b>		<b>20,21</b>	<b>27,34</b>	<b>93,63</b>	<b>702,48</b>
<b>Обід</b>												
1	орг.харчування ст.375	Суп гороховий	250	5,52	2,80	21,23	129,06	250	5,52	2,80	21,23	129,06
2	орг.харчування ст.403	Плов з курячим м'ясом	160	19,68	22,79	24,80	383,39	180	22,30	24,35	28,40	398,16
3	орг.харчування ст. 356	Салат з свіжих овочів або овочі солені	50	0,80	2,5	4,02	40,61	60	0,9	3,50	5,04	48,3
4	К/К	Хліб	40	2,64	0,48	16,44	80	40	2,64	0,48	16,44	80
5	орг.харчування ст.515	Компот із сухофруктів	200	1,27	36,00	85,64	327,48	200	1,27	36,00	85,64	327,48
<b>Всього</b>				<b>29,91</b>	<b>64,57</b>	<b>152,13</b>	<b>960,54</b>		<b>32,64</b>	<b>67,13</b>	<b>156,75</b>	<b>983,0</b>
<b>Полуденок</b>												
1	орг.харчування ст. 440	Апельсини	100	0,9	0,20	8,1	43,00	100	0,9	0,20	8,1	43,00
2	Снігур ст.273	Ватрушка з сиром	60	9,7	1,7	52,9	274,0	60	9,7	1,7	52,9	274,0
3	орг.харчування ст.517	Кисіль фруктовий	200	7,4	4,68	19,48	154	200	7,4	4,68	19,48	154
<b>Всього</b>				<b>18</b>	<b>6,53</b>	<b>80,48</b>	<b>471</b>		<b>18</b>	<b>6,53</b>	<b>80,48</b>	<b>471</b>
<b>Всього за день</b>				<b>65,69</b>	<b>95,42</b>	<b>322,56</b>	<b>2093,77</b>		<b>70,85</b>	<b>101</b>	<b>330,86</b>	<b>2156,48</b>



## 3 день середа

		Назва страви	Вихід,гр. 6-10 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.	Вихід,гр. 10 і старше	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.
<b>Сніданок</b>												
1	орг.харчування ст.493	Сирники з сметанним соусом	120/5	22,57/ 0,43	14,84/ 2,99	33,19/ 1,06	349,65/ 32,12	120/5	22,57/ 0,95	14,84/ 5,94	33,19/ 2,85	349,65/ 68,14
2	орг.харчування ст.507	Каша гречана	150/5	5,11	4,95	25,33	167,07	150/5	5,11	4,95	25,33	167,07
3	орг.харчування ст.355	Салат з свіжих овочів або овочі солені	80	1,3	4,1	7	73,00	100	1,73	5,12	8,7	91,25
4	орг.харчування ст.513	Чай з лимоном	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04
		<b>Всього</b>		<b>29,46</b>	<b>26,08</b>	<b>84,72</b>	<b>692,1</b>		<b>30,41</b>	<b>30,86</b>	<b>88,21</b>	<b>746,37</b>
<b>Обід</b>												
1	орг.харчування ст.368	Юшка рибна	250	5,47	9,58	12,94	151,06	250	5,47	9,58	12,94	151,06
2	орг.харчування ст.396	Рагу овочеве з м'ясом говядини	180	16,28	19,11	9,97	271	180	16,28	19,11	9,97	271
3	Є.Клопотенко рецепт 23	Салат з свіжих овочів або овочі солені	80	1,3	4,1	7	73,00	100	1,73	5,12	8,7	91,25
4	К/К	Хліб	40	2,64	0,48	16,44	80	40	2,64	0,48	16,44	80
5	орг.харчування 515	Компот зі свіжих фруктів	200	0,99	1,38	10,65	115,82	250	1,14	1,43	16,11	121,00
		<b>Всього</b>		<b>26,68</b>	<b>34,65</b>	<b>57</b>	<b>690,88</b>		<b>27,26</b>	<b>35,72</b>	<b>64,16</b>	<b>714,31</b>
<b>Полуденок</b>												
1	орг.харчування ст.514	Какао з молоком	200	7,90	7,14	24,16	169,87	250	9,6	6,93	21,58	170
2	орг.харчування ст.509	Булочка з корицею	60	7,4	10,4	23,7	214,3	60	7,4	10,4	23,7	214,3
		<b>Всього</b>		<b>15,3</b>	<b>17,54</b>	<b>47,86</b>	<b>384,17</b>		<b>103,4</b>	<b>17,33</b>	<b>45,28</b>	<b>384,3</b>
		<b>Всього за день</b>		<b>71,44</b>	<b>78,27</b>	<b>189,56</b>	<b>1764,15</b>		<b>161,07</b>	<b>83,91</b>	<b>197,65</b>	<b>1844,99</b>

## 4 день четвер

		Назва страви	Вихід,гр. 6-10 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.	Вихід,гр. 10 і старше	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.
<b>Сніданок</b>												
1	орг.харчування ст.384	Каша манна молочна	200/5	9,09	9,63	35,83	264,99	200/5	9,09	9,63	35,83	264,99
2	орг.харчування ст.507	Каша гречана	150/5	5,11	4,95	25,33	167,07	150/5	5,11	4,95	25,33	167,07
3	орг.харчування ст.355	Салат з свіжих овочів або овочі солені	80	1,3	4,1	7	73,00	100	1,73	5,12	8,7	91,25
4	орг.харчування ст.628	Б-т з маслом вершковим та твердим сиром	40/5/10	5,72	6,56	20,18	164	60/5/10	7,72	8,56	22,20	186,0
5	орг.харчування ст.513	Чай з лимоном	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04
<b>Всього</b>				<b>21,27</b>	<b>46,52</b>	<b>106,48</b>	<b>739,32</b>		<b>23,7</b>	<b>28,27</b>	<b>110,2</b>	<b>779,57</b>
<b>Обід</b>												
1	орг.харчування ст.363	Борщ український	250	2,9	12,94	16,21	188,85	250	2,9	12,94	16,21	188,85
2	орг.харчування ст.505	Макарони відварні з маслом	150/5	30,5	6,9	12,7	205	150/5	30,5	6,9	12,7	205
3	орг.харчування ст.386	Котлета куряча	80	21,07	22,12	9,88	286,53	80	21,07	22,12	9,88	286,53
4	орг.харчування ст.424	Буряк тушкований або овочі солені	60	1,25	2,59	10,34	65,20	80	2,30	3,60	13,68	78,40
5	К/К	Хліб	40	2,64	0,48	16,44	80	40	2,64	0,48	16,44	80
6	орг.харчування ст.515	Компот із сухофруктів	200	1,27	36,00	85,64	327,48	200	1,27	36,00	85,64	327,48
<b>Всього</b>				<b>56,99</b>	<b>95,65</b>	<b>134,77</b>	<b>1073,06</b>		<b>58,04</b>	<b>81,56</b>	<b>138,11</b>	<b>1086,26</b>
<b>Полуденок</b>												
1	К/К	Бутерброд гарячий	60/5/10	7,7	2,64	8,8	295,5	60/5/10	7,7	2,64	8,8	295,5
2	орг.харчування ст.517	Фруктовий кисіль	200	7,4	4,68	19,48	154	200	7,4	4,68	19,48	154
<b>Всього</b>				<b>15,1</b>	<b>7,32</b>	<b>28,28</b>	<b>449,5</b>		<b>15,1</b>	<b>7,32</b>	<b>28,28</b>	<b>449,5</b>
<b>Всього за день</b>				<b>93,36</b>	<b>149,49</b>	<b>269,53</b>	<b>2261,88</b>		<b>96,84</b>	<b>117,15</b>	<b>276,59</b>	<b>2315,33</b>

## 5 день п'ятниця

		Назва страви	Вихід,гр. 6-10 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.	Вихід,гр. 10 і старше	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккал.
<b>Сніданок</b>												
1	Є.Клопотенко рецепт 47	Мак енд чіз з сметанним соусом	200/5	14,82/0,43	19,22/2,99	32,15/1,06	360,81/32,12	250/5	18,52/0,95	24,02/5,94	40,19/2,85	451,02/68,14
2	орг.харчування ст.513	Чай з лимоном	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04	200/7	0/0,05	0/0,01	17,96/0,18	68,22/2,04
<b>Всього</b>				<b>15,03</b>	<b>22,22</b>	<b>51,35</b>	<b>463,19</b>		<b>19,52</b>	<b>29,97</b>	<b>61,18</b>	<b>589,42</b>
<b>Обід</b>												
1	орг.харчування ст.373	Суп картопляний з фрикаделькою	250	9,69	9,77	17,93	199,22	250	9,69	9,77	17,93	199,22
2	орг.харчування ст.499	Картопляне пюре	150/5	3,53	5,01	21,91	150,47	150/5	3,53	5,01	21,91	150,47
3	Снігур, ст.239	Биток рибний	95	13,27	9,87	4,44	158,54	95	13,27	9,87	4,44	158,54
4	Є.Клопотенко рецепт 27	Салат з свіжих овочів або овочі солені	80	1,3	4,1	7	73,00	100	1,73	5,12	8,7	91,25
5	К/К	Хліб	40	2,64	0,48	16,44	80	40	2,64	0,48	16,44	80
6	орг.харчування 515	Компот зі свіжих фруктів	200	0,99	1,38	10,65	115,82	250	1,14	1,43	16,11	121,00
<b>Всього</b>				<b>28,62</b>	<b>26,72</b>	<b>97,23</b>	<b>793,4</b>		<b>29,2</b>	<b>27,79</b>	<b>104,39</b>	<b>816,83</b>
<b>Полуденок</b>												
1	орг.харчування ст.441	Яблуко свіже	100	0,4	0,4	10,40	45,00	100	0,4	0,4	10,40	45,00
2	К/К	Печиво	60	4,6	25,2	66,1	495	60	4,6	25,2	66,1	495
3	Снігур ст.296	Напій шипшиновий	200	2,8	2,5	17,8	74	200	2,8	2,5	17,8	74
<b>Всього</b>				<b>7,8</b>	<b>28,1</b>	<b>94,3</b>	<b>614</b>		<b>7,8</b>	<b>28,1</b>	<b>94,3</b>	<b>614</b>
<b>Всього за день</b>				<b>51,45</b>	<b>77,04</b>	<b>242,88</b>	<b>1870,59</b>		<b>56,52</b>	<b>85,86</b>	<b>259,87</b>	<b>2020,25</b>