

ПОГОДЖЕНО

Начальник відділу державного нагляду  
за дотриманням санітарного законодавства  
Управління безпечності харчових продуктів  
та ветеринарної медицини, державного нагляду  
за дотриманням санітарного законодавства  
Вишгородського району ГУ ДПСС в Київській області



Оксана ЗИМУХА

ЗАТВЕРДЖЕНО

Директорка Славутицької гімназії  
«КрОКус» Славутицької міської ради  
Вишгородського району  
Київської області



Алла ІГНАТОВА

20 р.

# ПРИМІРНЕ ЧОТИРЬОХТИЖНЕВЕ СЕЗОННЕ МЕНЮ на зимовий період

харчування учнів Славутицької гімназії "КрОКус" Славутицької міської ради  
Вишгородського району Київської області у 2024-2025 навчальному році

(розроблено згідно додатку 9 до норм споживання основних груп харчових продуктів для організації одноразового харчування в закладах загальної середньої освіти та інших закладах освіти, що провадять освітню діяльність на певному рівні (рівнях) повної загальної середньої освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку у разі п'ятиденного перебування, постанови Кабінету Міністрів України від 24.03.2021 № 305 «Про затвердження норм та Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку»)

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
			Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
<b>Понеділок</b>																
Тк № 1.20	Салат з моркви з каррі та соусом "Венігрет"(ГЦ)	100	65.00	1.01	3.63	7.45	100	65.00	1.01	3.63	7.45	100	65.00	1.01	3.63	7.45
Тк № 10.6	Гречана каша з чебрецем(МП,Л, ЗП)	120	184.00	6.20	3.78	30.90	150	230.00	7.75	4.72	38.63	150	230.00	7.75	4.72	38.63
Тк № 5.4	Пухкий омлет з орегано(МП,Л,Я, Г, ЗП)	50	84.00	5.86	5.19	3.28	50	84.00	5.86	5.19	3.28	50	84.00	5.86	5.19	3.28
Пр-ве вироб	Хліб цільнозерновий з сиром(Г,МП,Л)	30/15	94.60	5.50	5.14	12.16	50/15	123.00	6.90	5.70	19.80	50/20	140.30	8.00	7.15	20.30
Тк № 13.1	Какао з молоком(МП,Л)	200	112.00	6.18	5.34	10.12	200	112.00	6.18	5.34	10.12	200	112.00	6.18	5.34	10.12
Тк № 12.01	Яблука свіжі	100	45.00	0.40	0.40	10.40	100	45.00	0.40	0.40	10.40	100	45.00	0.40	0.40	21.80
<b>Всього</b>		<b>570</b>	<b>584.60</b>	<b>25.15</b>	<b>23.48</b>	<b>74.31</b>	<b>600</b>	<b>659.00</b>	<b>28.10</b>	<b>24.98</b>	<b>89.68</b>	<b>600</b>	<b>676.30</b>	<b>29.20</b>	<b>26.43</b>	<b>101.58</b>
Додаткове харчування ВПП ООН. Філе індиче відварене		<b>100</b>	<b>300.00</b>	<b>22.00</b>	<b>21.20</b>	<b>6.80</b>										
<b>Вівторок</b>																
Тк № 1.2	Асорті овочева (К)	100	85.00	2.19	5.99	6.44	100	86.44	1.98	6.25	5.33	100	86.44	1.98	6.25	5.33
Пром. вироб	Сир м'який (МП,Л)	15	33.30	2.10	1.76	0.68	15	33.30	2.10	1.76	0.68	15	33.30	2.10	1.76	0.68
Тк №10.22	Картопляне пюре з орегано(МП,Л)	120	112.00	2.60	3.05	18.68	150	140.00	3.26	3.81	23.36	150	140.00	3.26	3.81	23.36
Тк № 9.3	Курачий шніцель(Г,ЗП,Я,Л,МП)	70	147.00	18.90	3.35	10.05	100	210.00	27.01	4.78	14.36	120	252.00	32.41	5.44	17.23
Пром-ве вироб	Сік яблучно-виноградний	200	82.00	0.40	0.00	20.20	200	82.00	0.40	0.00	20.20	200	82.00	0.40	0.00	20.20
Тк № 12.01	Банани свіжі	100	89.00	1.50	0.10	21.80	100	89.00	1.50	0.10	21.80	100	89.00	1.50	0.10	21.80
<b>Всього</b>		<b>605</b>	<b>548.30</b>	<b>27.69</b>	<b>14.25</b>	<b>77.85</b>	<b>665</b>	<b>640.74</b>	<b>36.25</b>	<b>16.70</b>	<b>85.73</b>	<b>685</b>	<b>682.74</b>	<b>41.65</b>	<b>17.36</b>	<b>88.60</b>
<b>Середа</b>																
Тк № 1.40	Салат з буряком, чорносливом зі сметаною(Л,МП)	120	87.6	2.00	1.94	16.56	120	87.6	2.00	1.94	16.56	120	87.6	2.00	1.94	16.56
Тк № 10.12	Рис розсипчастий з орегано(МП,Л, ЗП)	120	160.00	2.98	2.64	30.23	150	200.00	3.73	3.30	37.78	150	200.00	3.73	3.30	37.78
Тк №7.6	Фрикадельки рибні(Р,Я)	60	61.00	10.44	1.59	1.20	90	91.00	15.65	2.39	1.81	120	121.00	20.87	3.19	2.41
Пром-ве вироб	Сир твердий(МП,Л)	15	69.30	4.53	5.75	0.93	20	69.30	4.53	5.75	0.93	20	69.30	4.53	5.75	0.93
Пром-ве вироб	Хліб житній (Г)	30	68.00	1.20	0.21	15.00	50	113.00	2.00	0.40	25.00	50	113.00	2.00	0.40	25.00
Тк № 13.11	Узвар з суміші сухофруктів	200	62.00	0.64	0.00	15.34	200	62.00	0.64	0.00	15.34	200	62.00	0.64	0.00	15.34
Тк № 12.01	Апельсини свіжі	100	40.00	0.90	0.20	9.50	100	40.00	0.90	0.20	9.50	100	40.00	0.90	0.20	9.50
<b>Всього</b>		<b>645</b>	<b>547.90</b>	<b>22.69</b>	<b>12.33</b>	<b>88.76</b>	<b>730</b>	<b>662.90</b>	<b>29.45</b>	<b>13.98</b>	<b>106.92</b>	<b>760</b>	<b>692.90</b>	<b>34.67</b>	<b>14.78</b>	<b>107.52</b>
Додаткове харчування ВПП ООН. Паста сиркова		<b>90</b>	<b>335.00</b>	<b>7.00</b>	<b>4.00</b>	<b>3.50</b>										
<b>Четвер</b>																
Пром. вироб	Огірок квашений	100	46.12	1.70	0.00	11.05	100	46.12	1.70	0.00	11.05	100	46.12	1.70	0.00	11.05
Тк № 10.56	Вермишель (МП,Л Г, ЗП)	120	164.00	5.20	3.76	27.04	150	205.00	6.50	4.70	33.80	150	205.00	6.50	4.70	33.80
Тк № 9.1	Котлета по-міланськи з сиром(Г,Л,Я,МП)	88	223.00	22.35	6.57	17.67	125	320.00	32.12	9.45	25.39	150	384.00	38.54	11.34	30.47
Тк № 13.13	Кисіль ягідний	200	84.00	0.40	0.20	20.28	200	84.00	0.40	0.20	20.28	200	84.00	0.40	0.20	20.28
Тк № 12.01	Мандарин	100	40.00	0.80	0.30	8.70	100	40.00	0.80	0.30	8.70	100	40.00	0.80	0.30	8.70
<b>Всього</b>		<b>605</b>	<b>557.12</b>	<b>30.45</b>	<b>10.83</b>	<b>84.74</b>	<b>675</b>	<b>695.12</b>	<b>41.52</b>	<b>14.65</b>	<b>99.22</b>	<b>700</b>	<b>759.12</b>	<b>47.94</b>	<b>16.54</b>	<b>104.30</b>

**П'ятниця**

Тк № 1.27	Салат з капусти та моркви	100	56.00	1.59	3.11	6.56	100	56.00	1.59	3.11	6.56	100	56.00	1.59	3.11	6.56
Тк № 10.54	Булгур розсипчастий(Г,Л,МП,ЗП)	120	202.00	5.20	3.80	36.48	150	252.00	6.51	3.85	45.60	150	252.00	6.51	3.85	45.60
Пром-ве вироб.	Хліб житній(Г)	30	68.00	1.20	0.20	15.00	50	113.00	2.00	0.40	25.00	50	113.00	2.00	0.40	25.00
Тк № 6.3	Запіканка сирна з ягідним кюлі(МП,Я,Л,Г)	130/25	261.30	18.72	11.69	19.37	130/25	261.30	18.72	11.69	19.37	150/25	393.00	21.50	13.44	20.39
Тк № 13.34	Чай з лимоном	200	3.00	0.02	0.00	0.30	200	3.00	0.02	0.00	0.30	200	3.00	0.02	0.00	0.30
Тк № 12.01	Груша свіжа	100	42.00	0.40	0.30	10.10	100	42.00	0.40	0.30	10.10	100	42.00	0.40	0.30	10.10
	<b>Всього</b>	<b>630</b>	<b>632.30</b>	<b>27.13</b>	<b>19.10</b>	<b>87.81</b>	<b>650</b>	<b>727.30</b>	<b>29.24</b>	<b>19.35</b>	<b>106.93</b>	<b>700</b>	<b>859.00</b>	<b>32.02</b>	<b>21.10</b>	<b>107.95</b>
	Додаткове харчування ВПП ООН. Коктейль молочний	200	760.00	7.40	5.00	26.40										
	<b>Всього за 5 днів</b>		<b>2870.22</b>					<b>3385.06</b>					<b>3670.06</b>			
			<b>2625-3150</b>					<b>3000-3600</b>					<b>3375-4050</b>			

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
	2-й тиждень		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
<b>Понеділок</b>																
Тк № 1.84	Салат з огірків квашених	100	64	2.50	5	1.9	100	64	2.50	5	1.9	100	64	2.50	5	1.9
Тк № 10.16	Кус-кус розсипчастий(МП,Л,Г, ЗП)	120	235.00	7.55	2.03	42.60	150	294.00	9.44	2.54	53.30	150	294.00	9.44	2.54	53.30
Т.к № 5.13	Фрітатта з сиром(МП,Л,Я,ЗП,Г)	70	104.00	6.33	7.24	3.41	70	104.00	6.33	7.24	3.41	70	104.00	6.33	7.24	3.41
Пр-ве вироб	Хліб цільнозерновий з сиром(Г,МП,Л)	30/15	94.60	5.50	5.14	12.16	50/15	123.00	6.90	5.70	19.80	50/20	140.30	8.00	7.15	20.30
Тк № 13.8	Компот з фруктів або ягід	200	44.00	0.58	0.20	10.60	200	44.00	0.58	0.20	10.60	200	44.00	0.58	0.20	10.60
Тк № 12.01	Яблука свіжі	100	45.00	0.40	0.40	10.40	100	45.00	0.40	0.40	10.40	100	45.00	0.40	0.40	10.40
<b>Всього</b>		<b>590</b>	<b>586.60</b>	<b>22.86</b>	<b>20.01</b>	<b>81.07</b>	<b>620</b>	<b>674.00</b>	<b>26.15</b>	<b>21.08</b>	<b>99.41</b>	<b>620</b>	<b>691.30</b>	<b>27.25</b>	<b>22.53</b>	<b>99.91</b>
Додаткове харчування ВПП ООН. Філе індиче тушковане		<b>100</b>	<b>300.00</b>	<b>22.00</b>	<b>21.20</b>	<b>6.80</b>										
<b>Вівторок</b>																
Тк № 1.20	Салат з моркви з каррі та соусом "Венігрет"(ГЦ)	100	65.00	1.01	3.63	7.45	100	65.00	1.01	3.63	7.45	100	65.00	1.01	3.63	7.45
Тк № 10.6	Гречана каша з чебрецем(МП,Л, ЗП)	120	184.00	6.20	3.78	30.90	150	230.00	7.75	4.72	38.63	150	230.00	7.75	4.72	38.63
Тк № 9.6	Курачі нагетси(Г,ЗП, Л,Я,МП)	88	190.00	20.44	4.70	15.87	125	270.00	29.04	6.68	22.55	150	324.00	34.85	8.02	27.06
Пром-ве вироб	Сік яблучно-виноградний	200	82.00	0.40	0.00	20.20	200	82.00	0.40	0.00	20.20	200	82.00	0.40	0.00	20.20
Тк № 12.01	Апельсини свіжі	100	40.00	0.90	0.20	9.50	100	40.00	0.90	0.20	9.50	100	40.00	0.90	0.20	9.50
<b>Всього</b>		<b>608</b>	<b>561.00</b>	<b>28.95</b>	<b>12.31</b>	<b>83.92</b>	<b>675</b>	<b>687.00</b>	<b>39.10</b>	<b>15.23</b>	<b>98.33</b>	<b>700</b>	<b>741.00</b>	<b>44.91</b>	<b>16.57</b>	<b>102.84</b>
<b>Середа</b>																
Тк № 1.85	Салат з квашеної капусти та олії	80	61.60	0.64	4.00	5.28	80	61.60	0.64	4.00	5.28	80	61.60	0.64	4.00	5.28
Тк №10.22	Картопляне пюре з орегано(МП,Л)	120	112.00	2.60	3.05	18.68	150	140.00	3.26	3.81	23.36	150	140.00	3.26	3.81	23.36
Тк № 7.16	Риба запечена з овочами(Р)	80	74.00	12.31	1.31	1.86	120	111.00	18.47	1.97	2.79	160	148.00	24.62	2.62	3.72
Пром-ве вироб	Сир твердий(МП,Л)	15	69.30	4.53	5.75	0.93	20	69.30	4.53	5.75	0.93	20	69.30	4.53	5.75	0.93
Пром-ве вироб	Хліб житній(Г)	30	68.00	1.00	0.21	15.00	50	113.00	1.00	0.35	25.00	50	113.00	1.00	0.35	25.00
Тк № 13.11	Узвар з суміші сухофруктів	200	62.00	0.64	0.00	15.34	200	62.00	0.64	0.00	15.34	200	62.00	0.64	0.00	15.34
Тк № 12.01	Банани свіжі	100	89.00	1.50	0.10	21.80	100	89.00	1.50	0.10	21.80	100	89.00	1.50	0.10	21.80
<b>Всього</b>		<b>625</b>	<b>535.90</b>	<b>23.22</b>	<b>14.42</b>	<b>78.89</b>	<b>720.00</b>	<b>645.90</b>	<b>30.04</b>	<b>15.98</b>	<b>94.50</b>	<b>760.00</b>	<b>682.90</b>	<b>36.19</b>	<b>16.63</b>	<b>95.43</b>
Додаткове харчування ВПП ООН. Паста сиркова		<b>90</b>	<b>335.00</b>	<b>7.00</b>	<b>4.00</b>	<b>3.50</b>										
<b>Четвер</b>																
Тк № 1.40	Салат з буряком, чорносливом зі сметаною(Л,МП)	100	73.00	1.67	1.62	13.80	100	73.00	1.67	1.62	13.80	100	73.00	1.67	1.62	13.80
Тк № 9.20	Плов з курячим м'ясом(ЗП)	175	240.00	19.75	5.27	28.46	250	343.00	28.22	7.53	40.65	300	411.00	33.86	9.04	48.79
Пром-ве вироб	Хліб житній(Г)	30	68.00	1.00	0.21	15.00	50	113.00	1.00	0.35	25.00	50	113.00	1.00	0.35	25.00
Тк № 13.1	Какао з молоком(МП,Л)	200	112.00	6.18	5.34	10.12	200	112.00	6.18	5.34	10.12	200	112.00	6.18	5.34	10.12
Тк № 12.01	Груша свіжа	100	42.00	0.40	0.30	10.10	100	42.00	0.40	0.30	10.10	100	42.00	0.40	0.30	10.10
<b>Всього</b>		<b>590</b>	<b>535.00</b>	<b>29.00</b>	<b>12.74</b>	<b>77.48</b>	<b>680</b>	<b>683.00</b>	<b>37.47</b>	<b>15.14</b>	<b>99.67</b>	<b>730</b>	<b>751.00</b>	<b>43.11</b>	<b>16.65</b>	<b>107.81</b>

**П'ятниця**

Тк № 1.27	Салат з капусти та моркви	100	56.00	1.59	3.11	6.56	100	56.00	1.59	3.11	6.56	100	56.00	1.59	3.11	6.56
Тк № 4.8	Горхове пюре жовте	120	188.00	13.80	0.96	31.14	150	236.00	17.25	1.20	38.99	150	236.00	17.25	1.20	38.99
Тк № 6.3	Запіканка сирна з ягідним кюлі(МП,Я,Л,Г)	130/25	261.30	18.72	11.69	19.37	130/25	261.30	18.72	11.69	19.37	150/25	393.00	21.50	13.44	20.39
Тк № 13.34	Чай з лимоном	200	3.00	0.02	0.00	0.30	200	3.00	0.02	0.00	0.30	200	3.00	0.02	0.00	0.30
Тк № 12.01	Яблука свіжі	100	45.00	0.40	0.40	10.40	100	45.00	0.40	0.40	10.40	100	45.00	0.40	0.40	10.40
	<b>Всього</b>	<b>520</b>	<b>553.30</b>	<b>34.53</b>	<b>16.16</b>	<b>67.77</b>	<b>550</b>	<b>601.30</b>	<b>37.98</b>	<b>16.40</b>	<b>75.62</b>	<b>550</b>	<b>733.00</b>	<b>40.76</b>	<b>18.15</b>	<b>76.64</b>
Додаткове харчування ВПП ООН. Коктейль молочний		200	760.00	7.40	5.00	26.40										

**Всього за 5 днів****2771.80****2625-3150****3291.20****3000-3600****3599.20****3375-4050**

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112	
			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглевод и, г	
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	
	<b>3-й тиждень</b>																
	<b>Понеділок</b>																
Тк № 1.12	Салат з квашених огірків, свіжої капусти, моркви і горіхів (ГХ)	100	71.00	1.65	4.99	5.36	100	71.00	1.65	4.99	5.36	100	71.00	1.65	4.99	5.36	
Тк № 10.6	Гречана каша з чебрецем(МП,Л, ЗП)	120	184.00	6.20	3.78	30.90	150	230.00	7.75	4.72	38.63	150	230.00	7.75	4.72	38.63	
Тк № 5.4	Пухкий омлет з орегано(МП,Л,Я, Г, ЗП)	50	84.00	5.86	5.19	3.28	50	84.00	5.86	5.19	3.28	50	84.00	5.86	5.19	3.28	
Пр-ве вироб	Хліб цільнозерновий з сиром(Г,МП,Л)	30/15	94.6	5.5	5.1	12.2	50/15	123.0	6.9	5.7	19.8	50/20	140.3	8.0	7.2	20.3	
Тк № 13.1	Какао з молоком(МП,Л)	200	112.00	6.18	5.34	10.12	200	112.00	6.18	5.34	10.12	200	112.00	6.18	5.34	10.12	
Тк № 12.01	Яблука свіжі	100	45.00	0.40	0.40	10.40	100	45.00	0.40	0.40	10.40	100	45.00	0.40	0.40	10.40	
	<b>Всього</b>	<b>570</b>	<b>590.60</b>	<b>25.79</b>	<b>24.84</b>	<b>72.22</b>	<b>600</b>	<b>665.00</b>	<b>28.74</b>	<b>26.34</b>	<b>87.59</b>	<b>600</b>	<b>682.30</b>	<b>29.84</b>	<b>27.79</b>	<b>88.09</b>	
	<b>Додаткове харчування ВПП ООН. Філе індиче відварене</b>	<b>100</b>	<b>300.00</b>	<b>22.00</b>	<b>21.20</b>	<b>6.80</b>											
	<b>Вівторок</b>																
Тк № 1.18	Салат з моркви з родзинками та сметаною (МП, Л)	130	113.10	2.04	3.03	21.49	130	113.10	2.04	3.03	21.49	130	113.10	2.04	3.03	21.49	
Тк № 10.56	Вермишель (МП,Л,Г, ЗП)	120	164.00	5.20	3.76	27.04	150	205.00	6.50	4.70	33.80	150	205.00	6.50	4.70	33.80	
Тк № 9.9	Чахохбілі з куркою(Г,ЗП)	100	136.00	17.71	4.37	6.71	143	195.00	25.32	6.24	9.59	172	234.00	30.46	7.52	11.54	
Пром-ве вироб	Сік яблучно-виноградний	200	82.00	0.40	0.00	20.20	200	82.00	0.40	0.00	20.20	200	82.00	0.40	0.00	20.20	
Тк № 12.01	Апельсини свіжі	100	40.00	0.90	0.20	9.50	100	40.00	0.90	0.20	9.50	100	40.00	0.90	0.20	9.50	
	<b>Всього</b>	<b>650</b>	<b>535.10</b>	<b>26.25</b>	<b>11.36</b>	<b>84.94</b>	<b>723</b>	<b>635.10</b>	<b>35.16</b>	<b>14.17</b>	<b>94.58</b>	<b>752</b>	<b>674.10</b>	<b>40.30</b>	<b>15.45</b>	<b>96.53</b>	
	<b>Середа</b>																
Тк № 1.39	Салат з буряка з ароматною олією	100	69.25	1.5	3.19	9.23	100	69.25	1.50	3.19	9.23	100	69.25	1.50	3.19	9.23	
Пром. вироб	Сир м"який(МП,Л)	30	66.60	4.20	3.51	1.35	30	66.60	4.20	3.51	1.35	30	66.60	4.20	3.51	1.35	
Тк №10.22	Картопляне пюре з орегано(МП,Л)	120	112.00	2.60	3.05	18.68	150	140.00	3.26	3.81	23.36	150	140.00	3.26	3.81	23.36	
Тк № 7.9	Січеники рибні (Р,Я)	70	71.17	11.62	1.27	3.19	90	91.00	14.94	1.63	4.09	120	121.00	19.92	2.17	5.45	
Пром-ве вироб	Хліб житній (Г)	30	68.00	1.20	0.20	15.00	50	113.00	2.00	0.40	25.00	50	113.00	2.00	0.40	25.00	
Тк № 13.8	Компот з фруктів або ягід	200	44.00	0.58	0.20	10.60	200	44.00	0.58	0.20	10.60	200	44.00	0.58	0.20	10.60	
Тк № 12.01	Банани свіжі	100	89.00	1.50	0.10	21.80	100	89.00	1.50	0.10	21.80	100	89.00	1.50	0.10	21.80	
	<b>Всього</b>	<b>620</b>	<b>520.02</b>	<b>23.20</b>	<b>11.52</b>	<b>79.85</b>	<b>720</b>	<b>612.85</b>	<b>27.98</b>	<b>12.84</b>	<b>95.43</b>	<b>750.00</b>	<b>642.85</b>	<b>32.96</b>	<b>13.38</b>	<b>96.79</b>	
	<b>Додаткове харчування ВПП ООН. Паста сиркова</b>	<b>90</b>	<b>335.00</b>	<b>7.00</b>	<b>4.00</b>	<b>3.50</b>											
	<b>Четвер</b>																
Тк № 1.31	Салат з капусти з ароматною олією	100	54.00	1.76	3.09	5.59	100	54.00	1.76	3.09	5.59	100	54.00	1.76	3.09	5.59	
Тк № 10.1	Каша Пшенична (МП,Л,Г,ЗП)	120	174.00	5.22	2.30	32.46	150	218.00	6.53	2.88	40.58	150	218.00	6.53	2.88	40.58	
Тк № 9.54	Січеники з мяса птиці (ЗП,Г,Я,Л)	81	132.00	11.33	7.14	5.69	116	189.00	16.22	10.22	8.15	139	227.00	19.44	12.25	9.76	
Пром-ве вироб	Хліб житній (Г)	30	68.00	1.20	0.20	15.00	50	113.00	2.00	0.40	25.00	50	113.00	2.00	0.40	25.00	
Пром-ве вироб	Йогурт(МП,Л)	125	86.00	2.00	6.30	5.30	125	86.00	2.00	6.30	5.30	125	86.00	2.00	6.30	5.30	
Тк № 12.01	Груша свіжа	100	42.00	0.40	0.30	10.10	100	42.00	0.40	0.30	10.10	100	42.00	0.40	0.30	10.10	
	<b>Всього</b>	<b>526.00</b>	<b>556.00</b>	<b>21.91</b>	<b>19.33</b>	<b>74.14</b>	<b>641</b>	<b>702.00</b>	<b>28.91</b>	<b>23.19</b>	<b>94.72</b>	<b>664</b>	<b>740.00</b>	<b>32.13</b>	<b>25.22</b>	<b>96.33</b>	

		<b>П'ятниця</b>														
Пром. вироб	Огірок квашений	70	30.10	1.12	0.00	7.28	100	46.12	1.70	0.00	11.05	100	46.12	1.70	0.00	11.05
Тк №10.15	Овочева пасля з куркумою (ЗП)	143	188.00	3.79	3.38	35.11	178	233.00	4.72	4.21	43.70	178	233.00	4.72	4.21	43.70
Тк № 6.3	Запіканка сирна з ягідним кюлі(МП,Я,Л,Г)	130/25	261.30	18.72	11.69	19.37	130/25	261.30	18.72	11.69	19.37	150/25	393.00	21.50	13.44	20.39
Тк № 13.11	Узвар з суміші сухофруктів	200	62.00	0.64	0.00	15.34	200	62.00	0.64	0.00	15.34	200	62.00	0.64	0.00	15.34
Тк № 12.01	Мандарин	100	40.00	0.80	0.30	8.70	100	40.00	0.80	0.30	8.70	100	40.00	0.80	0.30	8.70
<b>Всього</b>			<b>581.40</b>					<b>642.42</b>					<b>774.12</b>			
<b>Додаткове харчування ВПП ООН. Коктейль молочний</b>		<b>200</b>	<b>760.00</b>	<b>7.40</b>	<b>5.00</b>	<b>26.40</b>										
<b>Всього за 5 днів</b>			<b>2783.12</b>					<b>3257.37</b>					<b>3513.37</b>			
			<b>2625-3150</b>					<b>3000-3600</b>					<b>3375-4050</b>			

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
	4-й тиждень		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
	<b>Понеділок</b>															
Тк № 1.20	Салат з моркви з каррі та соусом "Венігрет" (ГЦ)	100	65.00	1.01	3.63	7.45	100	65.00	1.01	3.63	7.45	100	65.00	1.01	3.63	7.45
Тк № 10.54	Булгур розсипчастий(Г,Л,МП,ЗП)	120	202.00	5.20	3.80	36.48	150	252.00	6.51	3.85	45.60	150	252.00	6.51	3.85	45.60
Тк № 5.9	Омлет з куркумою(МП,Л,Я.)	45	71.00	5.33	5.27	0.69	45	71.00	5.33	5.27	0.69	45	71.00	5.33	5.27	0.69
Пром-ве вироб	Хліб цільнозерновий з маслом та сиром(МП,Л,Г)	30/3/15	144.00	5.20	9.10	10.80	50/4/15	199.00	6.40	11.50	17.40	50/4/15	199.00	6.40	11.50	17.40
Тк № 13.8	Компот з фруктів або ягід	200	44.00	0.58	0.20	10.60	200	44.00	0.58	0.20	10.60	200	44.00	0.58	0.20	10.60
Тк № 12.01	Банани свіжі	100	89.00	1.50	0.10	21.80	100	89.00	1.50	0.10	21.80	100	89.00	1.50	0.10	21.80
	<b>Всього</b>	<b>565</b>	<b>615.00</b>	<b>18.82</b>	<b>22.10</b>	<b>87.82</b>	<b>595</b>	<b>720.00</b>	<b>21.33</b>	<b>24.55</b>	<b>103.54</b>	<b>595</b>	<b>720.00</b>	<b>21.33</b>	<b>24.55</b>	<b>103.54</b>
	<b>Додаткове харчування ВПП ООН. Філе індиче тушковане</b>	<b>100</b>	<b>300.00</b>	<b>22.00</b>	<b>21.20</b>	<b>6.80</b>										
	<b>Вівторок</b>															
Тк № 1.2	Асорті овочево (К)	100	85.00	2.19	5.99	6.44	100	86.44	1.98	6.25	5.33	100	86.44	1.98	6.25	5.33
Пром. вироб	Сир м"який (МП,Л)	30	66.60	4.20	3.51	1.35	30	66.60	4.20	3.51	1.35	30	66.60	4.20	3.51	1.35
Тк № 10.12	Рис розсипчастий з орегано(МП,Л, ЗП)	120	160.00	2.98	2.64	30.23	150	200.00	3.73	3.30	37.78	150	200.00	3.73	3.30	37.78
Тк № 7.7	Рибні палички (Г, ЗП,Р, Я)	70	128.00	12.11	2.59	13.45	105	192.00	18.17	3.89	20.18	140	256.00	24.22	5.19	26.90
Пром-ве вироб	Хліб житній(Г)	30	68.00	1.00	0.20	15.00	50	113.00	1.00	0.35	25.00	50	113.00	1.00	0.35	25.00
Тк № 13.11	Узвар з суміші сухофруктів	200	62.00	0.64	0.00	15.34	200	62.00	0.64	0.00	15.34	200	62.00	0.64	0.00	15.34
Тк № 12.01	Апельсини свіжі	100	40.00	0.90	0.20	9.50	100	40.00	0.90	0.20	9.50	100	40.00	0.90	0.20	9.50
	<b>Всього</b>	<b>650</b>	<b>609.60</b>	<b>24.02</b>	<b>15.13</b>	<b>91.31</b>	<b>735</b>	<b>760.04</b>	<b>30.62</b>	<b>17.50</b>	<b>114.48</b>	<b>770</b>	<b>824.04</b>	<b>36.67</b>	<b>18.80</b>	<b>121.20</b>
	<b>Середа</b>															
Тк № 1.47	Салат з квашеної капусти та олії	100	63.00	1.60	4.00	4.50	100	63.00	1.60	4.00	4.50	100	63.00	1.60	4.00	4.50
Тк № 9.17	Печеня по-домашньому з куркою(МП,Л)	175	212.00	19.50	5.24	22.48	250	303.00	27.86	7.49	32.12	300	364.00	33.43	8.98	38.54
Тк № 14.53	Оладки з ягідним кюлі (Г)	60/25	192.20	4.60	6.38	28.66	60/25	192.20	4.60	6.38	28.66	60/25	192.20	4.60	6.38	28.66
Тк № 13.1	Какао з молоком(МП,Л)	200	112.00	6.18	5.34	10.12	200	112.00	6.18	5.34	10.12	200	112.00	6.18	5.34	10.12
Тк № 12.01	Груша свіжа	100	42.00	0.40	0.30	10.10	100	42.00	0.40	0.30	10.10	100	42.00	0.40	0.30	10.10
	<b>Всього</b>	<b>575</b>	<b>621.20</b>	<b>32.28</b>	<b>21.26</b>	<b>75.86</b>	<b>650</b>	<b>712.20</b>	<b>40.64</b>	<b>23.51</b>	<b>85.50</b>	<b>700</b>	<b>773.20</b>	<b>46.21</b>	<b>25.00</b>	<b>91.92</b>
	<b>Додаткове харчування ВПП ООН. Паста сиркова</b>	<b>90</b>	<b>335.00</b>	<b>7.00</b>	<b>4.00</b>	<b>3.50</b>										
	<b>Четвер</b>															
Тк № 1.39	Салат з буряка з ароматною олією	100	69.25	1.50	3.19	9.23	100	69.25	1.50	3.19	9.23	100	69.25	1.50	3.19	9.23
Тк № 10.6	Гречана каша з чебрецем(МП,Л, ЗП)	120	184.00	6.20	3.78	30.90	150	230.00	7.75	4.72	38.63	150	230.00	7.75	4.72	38.63
Тк № 6.3	Запіванка сирна з ягідним кюлі(МП,Я,Л,Г)	130/25	261.30	18.72	11.69	19.37	130/25	261.30	18.72	11.69	19.37	130/25	261.30	18.72	11.69	19.37
Пром-ве вироб	Хліб житній(Г)	30	68.00	1.00	0.20	15.00	50	113.00	1.00	0.35	25.00	50	113.00	1.00	0.35	25.00
Тк № 13.34	Чай з лимоном	200	3.00	0.02	0.00	0.30	200	3.00	0.02	0.00	0.30	200	3.00	0.02	0.00	0.30
Тк № 12.01	Мандарин	100	40.00	0.80	0.30	8.70	100	40.00	0.80	0.30	8.70	100	40.00	0.80	0.30	8.70
	<b>Всього</b>	<b>550</b>	<b>625.55</b>	<b>28.24</b>	<b>19.16</b>	<b>83.50</b>	<b>600</b>	<b>716.55</b>	<b>29.79</b>	<b>20.25</b>	<b>101.23</b>	<b>600</b>	<b>716.55</b>	<b>29.79</b>	<b>20.25</b>	<b>101.23</b>



	<u>П'ятниця</u>															
Тк № 1.21	Салат з моркви, сиром та сметаною (Л,МП)	120	105.60	4.93	6.43	8.20	120	105.60	4.93	6.43	8.20	120	105.60	4.93	6.43	8.20
Тк № 10.56	Вермишель (МП,Л Г, ЗП)	120	164.00	5.20	3.76	27.04	150	205.00	6.50	4.70	33.80	150	205.00	6.50	4.70	33.80
Тк № 9.6	Курячі нагетси(МП,Л,Я,Г,ЗП)	88	190.00	20.44	4.70	15.87	125	270.00	29.04	6.68	22.55	150	324.00	34.85	8.02	27.06
Пром-ве вироб	Сік яблучно-виноградний	200	82.00	0.40	0.00	20.20	200	82.00	0.40	0.00	20.20	200	82.00	0.40	0.00	20.20
Тк № 12.01	Яблука свіжі	100	45.00	0.40	0.40	10.40	100	45.00	0.40	0.40	10.40	100	45.00	0.40	0.40	10.40
	<b>Всього</b>	<b>628</b>	<b>586.60</b>	<b>31.37</b>	<b>15.29</b>	<b>81.71</b>	<b>695</b>	<b>707.60</b>	<b>41.27</b>	<b>18.21</b>	<b>95.15</b>	<b>720</b>	<b>761.60</b>	<b>47.08</b>	<b>19.55</b>	<b>99.66</b>
Додаткове харчування ВПП ООН. Коктейль молочний		<b>200</b>	<b>760.00</b>	<b>7.40</b>	<b>5.00</b>	<b>26.40</b>										

<b>Всього за 5 днів</b>	<b>3057.95</b>	<b>3616.39</b>	<b>3795.39</b>
<b>Норма за 5 днів</b>	<b>2625-3150</b>	<b>3000-3600</b>	<b>3375-4050</b>
<b>Всього за місяць</b>	<b>11287.43</b>	<b>13159.89</b>	<b>13965.33</b>
<b>Норми за місяць</b>	<b>10500-12600</b>	<b>12000-14400</b>	<b>13500-16200</b>