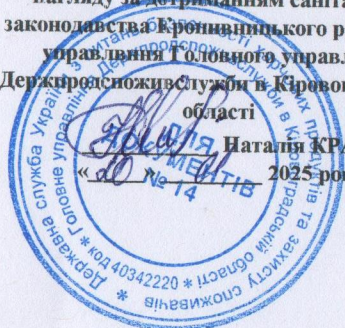


Погоджено

Заступник начальника відділу державного нагляду за дотриманням санітарного законодавства Кропивницького районного управління Головного управління Держпродспоживслужби в Кіровоградській області

Наталія КРАСНЮК

2025 року



Затверджую

Директор Ліцею Кам'янецької селищної ради Кропивницького району Кіровоградської області

Дмитро МЕДНІКОВ

2025 року



ПРИМІРНЕ

Чотиритижневе меню (сніданків)

Ліцею Кам'янецької селищної ради Кропивницького району Кіровоградської області на зимовий період 2025-2026 навчального року

№ техн. картки	Найменування страв	Індекс алергену	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	98-110
				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-й тиждень																	
2			3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
Понеділок																	
52(1.23)	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку		100	67,98	1,98	3,65	6,21	120	81,5	2,37	4,38	7,45	120	81,57	2,37	4,38	7,45
5(4,5)	Сочевия зі спеціями	(МП,Л)	120	215,00	13,90	2,36	29,80	150	269,00	17,39	2,96	37,26	150	269,00	17,39	2,96	37,26
4	Яйце варене	(Я)	1штг	62,80	5,08	4,60	0,20	1штг	62,80	5,08	4,60	0,20	1штг	62,80	5,08	4,60	0,20
	Сік		200	98,70	1,30	0,00	22,50	200	98,70	0,60	0,00	22,50	200	98,70	0,60	0,00	22,50
	Сир твердий	(МП)	15	54,0	3,5	4,4	0,0	15	54,0	3,5	4,4	0,0	15	54,0	3,5	4,4	0,0
5(12.1)	Мандарини свіжі		100	40,0	0,8	0,3	8,7										
5(12.1)	Яблуко свіже							100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
			535	538,48	26,51	15,26	67,41	585	611,00	29,29	16,69	77,81	585	611,07	29,29	16,69	77,81
Вівторок																	
5(1.39)	Салат з буряка з ароматною олією		60	41,4	0,88	1,86	5,91	60	41,4	0,88	1,86	5,91	50	41,4	0,89	1,86	5,91
5(10.1)	Каша пшенична	(ЗЛГ,МП)	120	174	5,22	2,3	32,46	150	218,00	6,53	2,88	40,58	150	218,00	6,53	2,88	40,58
5(9.9)	Чахохбілі з куркою	(ЗЛГ)	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	11,88
3(330)	Компот із суміші сухофруктів		200	110,00	0,60	0,00	26,50	200	110,00	0,60	0,00	26,50	200	110,00	0,60	0,00	26,50
	Сир твердий	(Л,МП)	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00
	Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
5(12.1)	Яблуко свіже		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
			625	631,40	30,26	15,28	91,98	718	781,40	40,18	19,73	109,68	737	820,40	45,33	21,01	119,68
Середа																	
5(1.21)	Салат з морквою з сиром та сметаною		75	66	3,08	4,02	5,12	100	88	4,11	5,36	6,83	100	88	4,11	5,36	6,83
5(10.15)	Овочева паштет з куркумою		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
2(РЦ84)	Хек смажений	(Р,Г)	50	91,85	10,46	3,87	3,80	75	137,8	15,7	5,8	5,7	100	183,7	20,9	7,7	10,4

	Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,0	3,0	4,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	
5(13.14)	Чорний чай з куркумою		200	1,00	0,12	0,03	0,12	200	1,00	0,12	0,03	0,12	200	1,00	0,12	0,03	
5(12.1)	Апельсини свіжі		100	40,00	0,90	0,20	0,50										
5(12.1)	Яблука свіжі							100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	
			598	457,85	20,35	13,50	54,65	703	622,77	28,04	19,80	76,75	728	668,70	33,27	21,74	
Четвер																	
5(1.31)	Салат з капусти з ароматною олією		100	54,00	1,76	3,09	5,59	120	64,80	2,11	3,71	6,71	120	64,80	2,11	3,71	
5(10.22)	Картоплине пюре з орегано	(МП,Л)	120	112,00	2,60	3,05	18,68	150	140,00	3,26	3,10	23,36	150	140,00	3,26	3,10	
4	Запіканка із сиру кисломолочного	(МП,Л,Я,Г)	140	312,26	22,10	13,85	25,64	140	312,26	22,10	13,85	25,64	140	312,26	16,73	10,44	
5(13.11)	Узвар із суміші сухофруктів		150	47,00	0,48	0,00	11,51	150	47,00	0,48	0,00	11,51	150	47,00	0,48	0,00	
5(12.1)	Банан свіжий		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	
			610	614,26	28,44	20,09	83,22	660	653,06	29,45	20,76	89,02	660	653,06	24,08	17,35	
П'ятниця																	
5(1.53)	Салат з квашеної капусти та яблук		100	88,00	1,84	4,31	8,21	100	88,00	1,84	4,31	8,21	100	88,00	1,84	4,31	
5(9.21)	Куліш з курячим м'ясом	(Л,МП,ЗП)	175	270,00	21,55	7,36	29,54	250	385,00	30,79	10,53	42,20	300	462,00	36,95	12,63	
	Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	
5(13.1)	Какао з молоком		200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	
5(12.1)	Банан свіжий		56	49,84	0,84	0,06	12,20										
5(12.1)	Яблука свіжі							56	25,20	0,22	0,22	6,05	56	25,20	0,22	0,22	
			561	577,54	27,43	13,73	82,45	600	689,70	36,83	18,84	89,61	650	766,70	42,99	20,94	
	Разом		2304	2819,53	132,99	77,86	379,71	3266	3357,93	163,79	95,82	442,87	3360	3519,93	174,96	97,73	

№техн. картки	Найменування страв	Індекс алергену	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	Вуглевод и, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи,
	2		3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
	Понеділок																
3(176)	Капуста тушкована		100	82,00	2,50	3,60	9,50	120	98,40	3,00	4,32	11,40	120	98,40	3,00	4,32	11,40
5(10.1)	Каша пшенична	(Л, МП,ЗП,Г)	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
	4 Яйце варене	(Я)	1шт	62,80	5,00	4,60	0,20	1,шт	62,80	5,00	4,60	0,20	1шт	62,80	5,00	4,60	0,20
	Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
5(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
5(12.1)	Мандарини свіжі		100	40,00	0,80	0,30	8,70										
5(12.1)	Яблука свіжі							100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
			550	541,80	21,70	18,14	70,98	620	654,20	24,11	21,54	89,40	620	654,20	24,11	21,54	89,40
	Вівторок																
5(1.38)	Салат з буряка зі сметаною	(Л,МП)	100	62,00	1,76	2,49	9,05	120	74,40	2,11	2,98	10,86	120	74,40	2,11	2,98	10,86
5(10.6)	Гречана каша з чебрецем	(Л;МП,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	36,70
5(9.40)	Курка тушкована в томатному соусі		73	98,00	16,55	2,50	2,50	105	141,00	23,80	3,60	3,60	125	168,00	28,34	4,29	4,29
	Сир твердий	(Л,МП)	7	25,20	1,61	2,03	0,00	7	25,20	1,61	2,03	0,00	7	25,20	1,61	2,03	0,00
	Хліб цільнозерновий		30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00	16,70
5(13.11)	Узвар із суміші сухофруктів		150	47,00	0,48	0,00	11,51	150	47,00	0,48	0,00	11,51	150	47,00	0,48	0,00	11,51
5(12.1)	Яблуко свіже		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
			580	532,20	29,00	13,20	74,36	682	680,60	39,15	17,73	91,70	702	707,60	43,69	18,42	90,46
	Середа																
5(1.27)	Салат з капусти та моркви		100	56	1,59	3,11	6,56	100	56,00	1,59	3,11	6,56	100,00	56,00	1,59	3,11	6,56
5(10.42)	Альо-Ольо	(Г;Л;МП)	120	375,00	11,94	1,22	77,87	150	469,00	14,92	1,53	97,34	150	469,00	14,92	1,53	97,34
5(7.5)	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	(Р)	60	76,00	10,29	3,15	2,01	90	114,00	15,44	4,73	3,01	120	152,00	20,58	6,30	4,01
	Сир твердий	(Л,МП)	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00
	Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	33,10
	Сік		200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50
5(12.1)	Апельсини свіжі		100	40,0	0,9	0,2	9,5										
5(12.1)	Яблука свіжі							100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		625	770,70	31,37	14,03	128,44	705	954,70	40,00	18,12	156,51	735	992,70	45,14	19,69	173,91
	Четвер																
1(1.44)	Вінегрет	(ГЦ)	100	86,67	1,84	3,49	12,08	120	104	2,21	4,18	14,5	120	104	2,21	4,18	14,5
5(10.15)	Овочева паелья 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
	4 Запiканка з сиру кисломолочного	(Г;Л;Я; МП)	140	312,26	22,10	13,85	25,64	140	312,26	22,10	13,85	25,64	140	312,26	22,10	13,85	25,64
5(13.17)	Чорний чай з чебрецем		150	16,00	0,18	0,02	4,17	150	16,00	0,18	0,02	4,17	150	16,00	0,18	0,02	4,17
5(12.1)	Банан свіжий		100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	52,4	1,5	0,2	21,8	100	52,4	1,5	0,2	21,80
	Всього		633,00	697,93	29,41	20,94	98,80	688,00	717,66	30,71	22,46	109,81	688,00	717,66	30,71	22,46	109,81
	П'ятниця																
5(1.21)	Салат з моркви з сиром та сметаною	(МП,Л)	75	66,00	3,08	4,02	5,12	75	66,00	3,08	4,02	5,12	75	66,00	3,08	4,02	5,12
6	Картопля тушкована		120	147,60	2,40	6,50	20,00	150	184,00	3,00	8,10	25,00	150	184,00	3,00	8,10	25,00
5(9.50)	Запечене філе курки з орегано		50	93,00	16,53	2,83	0,29	72	134,00	23,80	4,08	0,42	85	158,00	28,10	4,81	0,49
3(330)	Компот із суміші сухофруктів		200	110,00	0,60	0,00	26,50	200	110,00	0,60	0,00	26,50	200	110,00	0,60	0,00	26,50
5(12.1)	Банан свіжий		100	95,00	1,50	0,20	21,80										
5(12.1)	Яблука свіжі							100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	10,40
	Всього		545	511,60	24,11	13,55	73,71	597	539,00	30,88	16,60	67,44	610	563,00	35,18	17,33	67,51
	Разом		2933,00	3054,23	135,59	79,86	446,29	2587,00	3546,16	164,85	96,45	514,86	3355,00	3635,16	133,69	104,57	531,0

№ техн.картки	Найменування страв	Індекс алергену	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	
	3-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	В
	2		3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	
	<u>Понеділок</u>																
5(1.27)	Салат з капусти та моркви		100	56,00	1,59	3,11	6,56	120	67,20	1,91	3,73	7,87	120	67,20	1,91	3,73	
5(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	
4	Яйце варене	(Я)	1шт	62,80	5,00	4,60	0,20	1шт	62,80	5,00	4,60	0,20	1шт	62,80	5,00	4,60	
	Сир твердий	(МП,Л)	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	
	Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	
	Сік		200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	
5(12.1)	Мандарини свіжі		100	40,00	0,80	0,30	8,70										
5(12.1)	Яблука свіжі							100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	
			565	566,50	20,24	18,14	78,86	635	675,70	22,71	21,80	96,30	635	675,70	22,71	21,80	
	<u>Вівторок</u>																
5(1.23)	Салат з капусти моркви та зеленого горошку	(ГЦ)	50	34,50	1,20	1,73	4,04	50	34,50	1,20	1,73	4,04	50	34,50	1,20	1,73	
5(9.20)	Плов з курячим м'ясом	(ЗП)	175	270,00	19,75	5,27	28,46	250	343,00	28,22	7,53	40,65	300	411,00	33,86	9,04	
	Сир твердий	(Л,МП)	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	
	Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	11,80	50	118,00	3,00	4,00	
5(13.11)	Узвар із 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	
5(12.1)	Яблуко свіже		100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	
			570	586,50	28,54	13,55	79,64	665	706,50	38,01	17,81	93,63	715	774,50	43,65	19,32	
	<u>Середа</u>																
5(1.39)	Салат з буряка з ароматною олією		100	69	1,48	3,1	9,85	120	82,8	1,77	3,72	11,82	120	82,8	1,77	3,72	
5(10.1)	Каша пшенична	(МП,Л,Г)	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	
2(РЦ84)	Хек смажений	(Р,Г)	50	91,85	10,46	3,87	3,80	75	137,77	15,69	5,80	5,70	100	183,70	20,92	7,74	
	Сир твердий		15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	
	Хліб цільнозерновий		30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,80	50	118,00	3,00	4,00	
5(13.29)	Чорний чай з куркумою		200	1,00	0,12	0,03	0,12	200	1,00	0,12	0,03	0,12	200	1,00	0,12	0,03	
5(12.1)	Апельсини свіжі		100	40,00	0,90	0,20	9,50										
5(12.1)	Яблука свіжі							100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	
			615	500,85	23,63	15,85	65,73	710	656,57	30,96	21,18	85,42	735	702,50	36,19	23,12	
	<u>Четвер</u>																
5(1.20)	Салат з моркви з карі та соусом вінегрет	(ГЦ)	100	65,00	1,29	3,47	8,44	120	78,00	1,55	4,16	10,12	120	78,00	1,55	4,16	
5(10.20)	Відварена картопля з вершковим маслом	(МП,Л)	120	118,00	2,49	2,66	21,07	150	147,00	3,12	3,33	26,34	150	147,00	3,12	3,33	
4	Зап'янка із сиру кисломолочного	(МП,Л,Я,ЗЛ)	140	312,26	22,10	13,85	25,64	140	312,26	22,10	13,85	25,64	140	312,26	22,10	13,85	
3(330)	Компот із суміші сухофруктів		150	87,50	0,40	0,00	21,10	150	87,50	0,40	0,00	21,10	150	87,50	0,40	0,00	
5(12.1)	Банан свіжий		100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	
	Всього		610	677,76	27,78	20,18	98,05	660	719,76	28,67	21,54	105,00	660	719,76	28,67	21,54	
	<u>П'ятниця</u>																
3(34)	Салат із квашеної капусти		100	77,00	0,80	5,00	6,60	120	92,40	0,96	6,00	7,92	120	92,40	0,96	6,00	
5(4.5)	Сочевия зі спеціями		120	215,00	13,90	2,36	29,80	150	269,00	17,39	2,96	37,26	150	269,00	17,39	2,96	

5(9.28)	Курячі палички	(Г,Я,ЗП)	64	112,00	17,56	2,42	5,20	96	168,00	26,35	3,63	7,80	110	193,00	30,18	4,16	
5(13.1)	Какао з молоком	(Л,МП)	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	
5(12.1)	Банан свіжий		100	95,00	1,50	0,20	21,80										
5(12.1)	Яблука свіжі							100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40	
		Всього	584	611,00	39,94	15,32	73,52	666	686,40	51,28	18,33	73,50	680	711,40	55,11	18,86	
		Разом	2944	2942,61	140,13	83,04	395,80										
								2975	3319,52	142,96	100,66	453,85	2765	2089,50	186,33	104,64	

№техн. картки	Найменування страв	Індекс алергену	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.			
			Вихід, г	6-11 р.				Вихід, г	11-14 р.				Вихід, г	14-18 р.		
				525-630	18-21	17-21	73-88		600-720	21-25	21-25	81-98		675-810	23-27	23-27
	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
	2		3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6
	Понеділок															
2(РЦ5)	Салат з буряком та сухариками	(Г)	100	150,11	3,75	5,36	21,73	120	180,13	4,50	6,43	26,07	120	180,13	4,50	6,43
5(10.42)	Альо-Ольо	(Г,Л,МП,ЗП)	120	375,00	11,94	1,22	77,87	150	469,00	14,92	1,53	97,34	150	469,00	14,92	1,53
	Хліб цільнозерновий	(Г)	10	23,70	0,67	0,67	3,33	26	61,53	1,73	1,73	8,66	26	61,53	1,73	1,73
4	Яйце варене	(Я.)	1шт	62,80	5,00	4,60	0,20	1шт	62,80	5,00	4,60	0,20	1шт	62,80	5,00	4,60
	Сир твердий	(МП)	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15,00	54,00	3,45	4,35
3(330)	Компот із суміші сухофруктів		150	87,50	0,40	0,00	26,50	150	87,50	0,40	0,00	26,50	200	87,50	0,40	0,00
5(12.1)	Мандарини свіжі		100	40,00	0,90	0,20	9,50									
5(12.1)	Яблука свіжі							100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40
			495	793,11	26,11	16,40	139,13	561	959,96	30,40	19,04	169,17	611	959,96	30,40	19,04
	Вівторок															
5(1.31)	Салат з капусти з ароматною олією		100	54	1,76	3,09	5,59	100	64,8	2,11	3,71	6,71	120	64,8	2,11	3,71
5(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
5(9.11)	Курка тушкована в соусі гуляш з кмином		70	103,00	17,10	2,44	3,23	100	147,00	24,44	3,48	4,61	120	176,00	29,33	4,18
	Сир твердий	(МП,Л)	15	54,0	3,5	4,4	0,0	15	54,0	3,5	4,4	0,0	15	54,0	3,5	4,4
5(13.29)	Чорний чай з куркумою		150	1,00	0,09	0,02	0,09	150	1,00	0,09	0,02	0,09	150	1,00	0,09	0,02
	Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00
5(12.1)	Яблуко свіже		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
			585,00	488,00	27,78	14,94	59,54	665,00	629,80	37,22	19,26	76,29	705,00	658,80	42,11	19,96
	Середа															
5(1.20)	Салат з моркви з карі та соусом вінегрет	(ПЦ)	100	65,00	1,29	3,47	8,44	100	65,00	1,29	3,47	8,44	100	65,00	1,29	3,47
5(10.6)	Гречана каша з чебрецем	(Л,МП,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
5(7.5)	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	(Р)	60	76,00	10,29	3,15	2,01	90	114,00	15,44	4,73	3,01	120	152,00	20,58	6,30
	Сир твердий	(МП,Л)	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35
	Хліб цільнозерновий	(Г)	30	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,00	4,00
	Сік		200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00
5(12.1)	Апельсини свіжі		100	40,00	0,90	0,20	9,50									
5(12.1)	Яблуко свіже							100	45,00	0,40	0,40	10,40	100	45,00	0,40	0,40
	Всього		625,00	588,70	25,33	16,95	83,35	705,00	724,70	32,53	21,67	99,68	735,00	762,70	37,67	23,24
	Четвер															
3(34)	Салат із квашеної капусти		80	61,6	0,64	4	5,28	80	61,6	0,64	4	5,28	120	92,4	0,96	6
6(178)	Картопля тушкована		120	147,6	2,4	6,5	20	150	184	3	8,1	25	150	184	3	8,1
4	Запіданка із сиру кисломолочного	(МП,Л,Я,ЗП)	140	312,26	22,1	13,85	25,64	140	312,26	22,1	13,85	25,64	140	312,26	22,1	13,85
5(13.11)	Узвар із суміші сухофруктів		200	62	0,64	0	15,34	200	62	0,64	0	15,34	200	62	0,64	0
5(12.1)	Банан свіжий		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
	Всього		640,00	672,46	27,28	24,45	88,06	670,00	708,86	27,88	26,05	93,06	710,00	739,66	28,20	28,05
	П'ятниця															
5(1.27)	Салат з капусти та моркви		100	56	1,59	3,11	6,56	120	67,2	1,91	3,73	7,87	120	67,2	1,91	3,73
5(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
5(9.6)	Курячі нагетси	(Г,Л,МП,Я,З)	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

5(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
5(12.1)	Банан свіжий		100	89,00	1,50	0,10	21,80									
5(12.1)	Яблуко свіже							100	45,0	0,4	0,4	10,4	100	45,0	0,4	0,4
	Всього		608	621,00	34,93	15,55	86,81	695	712,20	44,06	19,03	91,52	720	766,20	49,87	20,37
	Всього разом		2953,00	3163,27	141,43	88,29	456,89	3296,00	3735,52	172,09	105,05	529,72	2746,00	2927,36	188,25	110,66

1. Впроваджено _____ страв по збірнику Євгена Клопотенка.
В закладі використовується система маркування алергенів, яка зазначена в картках-розкладах страв та у примірному чотириденному меню у вигляді умовних позначок:

Г	глютен або його сліди
Л	лактоза
ЗП	злакові продукти
Я	яйця
Р	риба
МП	молочні продукти
С	селера
ГЦ	гірчиця

[Позицію виключено на підставі Постанови КМ № 871 від 18.08.2021](#)

Примітки: 1. Інформація про наявність у складі готової страви/виробу алергену або непереносимої речовини обов'язково зазначається в меню відповідним індексом в дужках після назви готової страви/виробу (наприклад, сирники із сметаною (Л, МП), що вказує на наявність у страві лактози та молочних продуктів).
2. Інформація з розшифровкою індексів алергенів або непереносимих речовин розміщується біля меню.

КОДУВАННЯ

- 1 Технологічні картки затверджені МОЗ 2021 рік
- 2 Рецептūra страв по Євгену Клопотенку Львів 2019 рік
- 3 Збірник рецептур страв для харчування школярів К.Техніка 1987
- 4 Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах К.ТОВ МЦФЕР-Україна,2014
- 5 Збірник рецептур страв для харчування дітей в закладах освіти,дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та закладах соціального захисту Київ.2024рік
- 6 О.В.Шалімов Збірник рецептур національних страв і кулінарних виробів К.Арій 2011 рік

меню склав Кабаченко Н.І. комірник
Парфемчук І.В. Шеф-кухар