

ПОГОДЖЕНО

Долинський відділ
Калуського районного управління
Головного управління
Держзодоспоживслужби
в Івано-Франківській області



Т. Р. Воланч

2023 року



ЗАТВЕРДЖЕНО

Петренко Т. О.
Директор

Петренко Т. О.

Лицей № 6

«Європейський»

« 01 » грудня 2023 року

**ЧОТИРИТИЖНЕВЕ ПЕРСПЕКТИВНЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧНІВ ПІЛЬГОВИХ КАТЕГОРІЙ,
ЯКІ ОТРИМУЮТЬ ГАРЯЧЕ ХАРЧУВАННЯ
НА ЗИМОВИЙ ПЕРІОД**



Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
		Вихід, г	360-735	21-25	21-24	88-103	Вихід з	720-840	25-29	25-29	98-114	Вихід з	810-945	27-32	27-32	112-131	
			Енергоцінність	білки, г	жири, г	вуглеводи, г		Енергоцінність	білки, г	жири, г	вуглеводи, г		Енергоцінність	білки, г	жири, г	вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	
	Понеділок																
	Салат з квашеної капусти, огірків та кропу	50,00	27,90	0,70	1,60	2,10	50,00	27,90	0,70	1,60	2,10	50,00	27,90	0,70	1,60	2,10	
	Борщ з картоплею	250,00	161,40	2,90	5,60	25,80	250,00	161,40	2,90	5,60	25,80	250,00	161,40	2,90	5,60	25,80	
	Сметана	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	
	Запечене філе курки з орегано	50,00	89,90	14,60	3,10	0,00	75,00	134,80	21,90	4,10	0,00	90,00	161,80	26,30	5,60	0,10	
	Рис(розсипчастий)з орегано	120,00	163,60	3,70	2,90	30,20	150,00	204,50	4,60	3,60	37,70	150,00	204,50	4,60	3,60	37,70	
	Хліб житній	30,00	68,00	1,00	0,21	15,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	
	Банани свіжі	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	
	Всього	625,00	657,30	25,15	18,61	95,65	700,00	788,10	34,35	20,45	113,15	715,00	815,10	38,75	21,95	113,25	
	Вівторок																
	Сочевиний суп-пюре	250,00	306,70	7,60	11,20	41,00	250,00	306,70	7,60	11,20	41,00	250,00	306,70	7,60	11,20	41,00	
	Рибні нагетси	70,00	113,80	11,30	2,20	14,50	105,00	170,70	17,00	3,20	21,80	140,00	227,60	22,60	4,30	29,00	
	Соус "Кетчуп"	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	
	Овочеve cote	120,00	101,72	2,00	6,60	8,10	120,00	101,72	2,00	6,60	8,10	150,00	127,10	2,50	8,30	10,10	
	Чай з мелісою	150,00	0,90	0,00	0,00	0,40	150,00	0,90	0,00	0,00	0,40	150,00	0,90	0,00	0,00	0,40	
	Хліб цільнозерновий	30,00	71,00	2,00	2,00	10,00	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	
	Яблука або груші свіжі	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	
	Всього	720,00	646,62	23,50	22,30	85,90	775,00	750,52	30,20	25,30	99,90	840,00	832,80	36,30	28,10	109,10	
	Середа																
	Салат з ягід, свіжих та куркуми	75,00	124,70	7,80	4,50	1,00	75,00	124,70	7,80	4,50	1,00	75,00	124,70	7,80	4,50	1,00	
	Полтавський борщ з сливовим варивням	240,00	151,20	2,80	5,60	24,30	250,00	151,20	2,80	5,60	24,30	250,00	151,20	2,80	5,60	24,30	
	Сметана	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	
	Китайський печиво зі свининою	150,00	211,40	6,80	11,70	19,50	200,00	284,60	9,00	15,70	26,00	250,00	355,70	11,30	19,60	32,50	
	Хліб житній	30,00	68,00	1,00	0,20	15,00	50,00	113,00	2,00	0,40	25,00	50,00	113,00	2,00	0,40	25,00	
	Апельсин або яблука свіжі	75,00	37,50	0,70	0,20	8,30	75,00	37,50	0,70	0,20	8,30	75,00	37,50	0,70	0,20	8,30	
	Всього	605	647,8	19,35	32,2	70,85	675	764	22,55	36,4	87,35	725	835,1	24,85	40,3	93,85	
	Четвер																
	Салат з квашеної капусти, яблуком та селерою	50,00	33,00	0,50	1,60	3,90	50,00	33,00	0,50	1,60	3,90	50,00	33,00	0,50	1,60	3,90	
	Суп гороховий	250,00	134,50	5,50	2,50	19,20	250,00	134,50	5,50	2,50	19,20	250,00	134,50	5,50	2,50	19,20	
	Болоньезе з яловичини	120,00	202,71	9,47	10,18	13,68	170,00	287,17	13,42	14,43	19,39	200,00	337,80	15,80	17,00	22,80	
	Гречана каша(розсипчаста)з чебрецем	120,00	132,70	4,10	3,10	24,10	150,00	165,80	5,20	3,90	30,10	150,00	165,80	5,20	3,90	30,10	
	Хліб цільнозерновий	30,00	71,00	2,00	2,00	10,00	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	
	Банани свіжі	75,00	71,30	1,10	0,20	16,40	75,00	71,30	1,10	0,20	16,40	75,00	71,30	1,10	0,20	16,40	
	Всього	645,00	645,21	22,67	19,58	87,28	745,00	809,77	28,72	26,63	105,69	775,00	860,40	31,10	29,20	109,10	
	П'ятниця																
	Салат зі свіжих томатів	50,00	28,20	0,50	1,60	3,10	50,00	28,20	0,50	1,60	3,10	50,00	28,20	0,50	1,60	3,10	
	Капусняк з гарбузом	250,00	188,70	3,30	11,40	17,10	250,00	188,70	3,30	11,40	17,10	250,00	188,70	3,30	11,40	17,10	
	Плов з булгура та свининою	150,00	231,67	8,02	13,96	19,68	200,00	308,90	10,70	18,60	26,20	250,00	386,10	13,40	23,30	32,80	
	Сік	200,00	98,70	1,20	0,00	22,50	200,00	98,70	1,20	0,00	22,50	200,00	98,70	1,20	0,00	22,50	
	Хліб житній	30,00	68,00	1,00	0,20	15,00	50,00	113,00	2,00	0,40	25,00	50,00	113,00	2,00	0,40	25,00	
	Яблука свіжі	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	
	Всього	755,00	654,57	14,32	27,46	86,28	825,00	776,80	18,00	32,30	102,80	875,00	854,00	20,70	37,00	109,40	

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
		Вихід, г	360-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114	Вихід, г	810-945	27-32	27-32	112-131	
		Енергоцінність	білки, г	жири, г	вуглеводи, г	Енергоцінність	білки, г	жири, г	вуглеводи, г	Енергоцінність	білки, г	жири, г	вуглеводи, г				
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	
	Понеділок																
	Салат з м'якого сиру та томатів	75,00	104,00	6,30	7,70	2,60	75,00	104,00	6,30	7,70	2,60	75,00	104,00	6,30	7,70	2,60	75,00
	Суп Авголемоно	250,00	145,10	3,10	6,20	20,20	250,00	145,10	3,10	6,20	20,20	250,00	145,10	3,10	6,20	20,20	250,00
	Лінійні глибокі з яловичиною	180,00	266,90	10,70	16,40	17,90	250,00	370,60	14,90	22,80	24,90	300,00	444,80	17,80	27,40	29,90	29,90
	Компот із заморожених ягід, м'ятою, родзинками	150,00	33,30	0,40	0,00	7,50	150,00	33,30	0,40	0,00	7,50	150,00	33,30	0,40	0,00	7,50	150,00
	Хліб житній	30,00	68,00	1,00	0,21	15,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00
	Яблука або груші свіжі	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00
	Всього	760,00	656,60	21,80	30,81	72,10	850,00	805,30	27,00	37,35	89,10	900,00	879,50	29,90	41,95	94,10	94,10
	Вівторок																
	Салат із буряка та сметаною	75,00	53,70	1,40	2,50	6,50	75,00	53,70	1,40	2,50	6,50	75,00	53,70	1,40	2,50	6,50	75,00
	Суп білий з галушками	250,00	157,90	4,30	3,30	28,90	250,00	157,90	4,30	3,30	28,90	250,00	157,90	4,30	3,30	28,90	250,00
	Верещака з яловичини	70,00	151,33	8,57	7,81	11,93	100,00	216,18	12,24	11,16	17,04	120,00	259,42	14,69	13,39	20,45	120,00
	Гречана каша(розсипчаста)з чебрецем	120,00	132,70	4,10	3,10	21,10	150,00	165,80	5,20	3,90	30,10	150,00	165,80	5,20	3,90	30,10	150,00
	Чай з мелісою	150,00	0,92	0,00	0,00	0,36	150,00	0,92	0,00	0,00	0,36	150,00	0,92	0,00	0,00	0,36	150,00
	Хліб цільнозерновий	30,00	71,00	2,00	2,00	10,00	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	50,00
	Банани свіжі	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00
	Всього	795,00	662,55	21,87	18,91	100,59	875,00	807,50	27,64	25,06	121,40	895,00	850,74	30,09	27,29	124,81	124,81
	Середа																
	Салат з овочів та яєць	75,00	65,09	2,54	4,48	3,26	75,00	65,09	2,54	4,48	3,26	75,00	65,09	2,54	4,48	3,26	75,00
	Капусняк з гарбузом	250,00	188,70	3,30	11,40	17,10	250,00	188,70	3,30	11,40	17,10	250,00	188,70	3,30	11,40	17,10	250,00
	Рибні стейки	70,00	112,20	10,80	1,90	15,20	105,00	168,20	16,10	2,80	22,70	140,00	235,50	22,60	3,90	31,80	140,00
	Соус "Кетчуп"	25,00	13,20	0,10	0,00	3,00	25,00	13,20	0,10	0,00	3,00	25,00	13,20	0,10	0,00	3,00	25,00
	Рис розсипчастий з орегано	120,00	161,62	3,70	7,90	10,20	150,00	204,50	4,60	3,60	37,70	150,00	204,50	4,60	3,60	37,70	150,00
	Хліб житній	30,00	68,00	1,00	0,21	15,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00
	Апельсин або яблука свіжі	100,00	50,00	0,90	0,20	11,00	100,00	50,00	0,90	0,20	11,00	100,00	50,00	0,90	0,20	11,00	100,00
	Всього	670	660,79	22,54	21,09	94,76	755	802,69	29,74	22,83	119,76	790	869,99	36,24	23,93	128,86	128,86
	Четвер																
	Салат з моркви, яблука та соусом "Винегрет"	75,00	55,70	0,60	2,70	7,30	75,00	55,70	0,60	2,70	7,30	75,00	55,70	0,60	2,70	7,30	75,00
	Борщ з картоплею	250,00	161,40	2,90	5,60	25,80	250,00	161,40	2,90	5,60	25,80	250,00	161,40	2,90	5,60	25,80	250,00
	Сметана	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	25,00
	Курка запечена в соусі "Імбирному"	60,00	132,00	13,60	6,70	3,60	85,00	186,90	19,30	9,40	5,10	100,00	219,94	22,67	11,10	6,05	100,00
	Картопляне пюре з орегано	120,00	162,62	2,84	7,42	21,11	150,00	203,30	3,50	9,30	26,40	150,00	203,30	3,50	9,30	26,40	150,00
	Хліб житній	30,00	68,00	1,00	0,21	15,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00
	Яблука свіжі	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00
	Всього	635,00	670,52	21,99	27,93	82,46	710,00	811,10	29,35	32,65	99,25	725,00	844,14	32,72	34,35	100,20	100,20
	П'ятниця																
	Мінестроне	250,00	97,20	2,50	0,70	21,20	250,00	97,20	2,50	0,70	21,20	250,00	97,20	2,50	0,70	21,20	250,00
	Чилі кон карне (квасоля з яловичим м'ясом)	180,00	308,73	14,77	18,19	20,83	250,00	428,79	20,52	25,27	28,93	300,00	514,55	24,62	30,32	34,71	300,00
	Сік	150,00	74,00	0,90	0,00	16,90	150,00	74,00	0,90	0,00	16,90	150,00	74,00	0,90	0,00	16,90	150,00
	Хліб цільнозерновий	30,00	71,00	2,00	2,00	10,00	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	50,00
	Банани свіжі	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00
	Всього	710,00	645,93	21,67	21,09	90,73	800,00	812,99	28,42	30,17	105,53	850,00	898,75	32,52	35,22	111,31	111,31

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
		Вихід, г	360-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114	Вихід, г	810-945	27-32	27-32	112-131	
			Енергоцін- ність	білки, г	жири, г	вуглеводи, г		Енергоцін- ність	білки, г	жири, г	вуглеводи, г		Енергоцін- ність	білки, г	жири, г	вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	
	3-й тиждень																
	Понеділок																
	Салат з квашених огірків та квашеної капусти	50,00	34,90	0,70	2,50	2,30	50,00	34,90	0,70	2,50	2,30	50,00	34,90	0,70	2,50	2,30	
	Суп квасолевий	250,00	144,00	4,70	5,40	19,50	250,00	144,00	4,70	5,40	19,50	250,00	144,00	4,70	5,40	19,50	
	Курячі нагетси	85,00	186,30	15,10	7,70	17,70	125,00	274,00	22,10	11,30	26,00	150,00	328,90	26,60	13,40	31,20	
	Соус "Кетчуп"	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	
	Гречана каша(розсипчаста)з чебрецем	120,00	132,70	4,10	3,10	21,10	150,00	165,80	5,20	3,90	30,10	150,00	165,80	5,20	3,90	30,10	
	Хліб житній	30,00	68,00	1,00	0,21	15,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	
	Яблука або груші свіжі	100,00	52,40	0,40	0,40	11,80	100,00	52,40	0,40	0,40	11,80	100,00	52,40	0,40	0,40	11,80	
	Всього	660,00	631,50	26,30	19,31	90,40	750,00	797,30	35,40	23,85	117,70	775,00	852,20	39,90	25,95	122,90	
	Вівторок																
	Салат з квашених огірків, петрушки та часником	50,00	26,20	0,80	1,60	2,00	50,00	26,20	0,80	1,60	2,00	50,00	26,20	0,80	1,60	2,00	
	Сочевичний суп-пюре	250,00	306,70	7,60	11,20	41,00	250,00	306,70	7,60	11,20	41,00	250,00	306,70	7,60	11,20	41,00	
	Кебаб з сиром	60,00	99,66	11,13	6,10	0,61	80,00	132,88	14,84	8,13	0,81	100,00	166,10	18,55	10,17	1,01	
	Соус "Кетчуп"	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	
	Кускус (розсипчастий)	120,00	156,10	4,70	2,60	26,40	150,00	195,10	5,80	3,30	33,00	150,00	195,10	5,80	3,30	33,00	
	Хліб цільнозерновий	30,00	71,00	2,00	2,00	10,00	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	
	Яблука або груші свіжі	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	75,00	39,30	0,30	0,30	8,90	
	Всього	610,00	712,16	26,83	29,80	91,91	680,00	831,38	32,64	28,53	105,41	700,00	864,60	36,35	30,57	105,61	
	Середа																
	Салат з м'якого сиру та томата	100,00	118,81	8,42	10,22	3,40	100,00	118,81	8,42	10,22	3,40	100,00	138,83	8,42	10,22	3,40	
	Суп з курячої пательокі та томатом	250,00	152,80	4,70	4,10	25,20	250,00	152,80	4,70	4,10	25,20	250,00	152,80	4,70	4,10	25,20	
	Паштет по-домашньому з яловичиною	150,00	216,10	12,20	10,20	19,00	200,00	288,10	16,20	13,60	25,40	250,00	360,20	20,30	17,00	31,70	
	Хліб житній	30,00	68,00	1,00	0,21	15,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	
	Банани свіжі	75,00	71,30	1,10	0,20	16,40	75,00	71,30	1,10	0,20	16,40	75,00	71,30	1,10	0,20	16,40	
	Всього	605	647,03	25,72	25,13	79	675	764,03	30,72	28,67	95,4	725	836,13	34,82	32,07	101,7	
	Четвер																
	Вінегрет	75,00	65,00	1,38	2,62	9,06	75,00	65,00	1,38	2,62	9,06	75,00	65,00	1,38	2,62	9,06	
	Суп овочевий	250,00	133,00	3,40	2,30	22,70	250,00	133,00	3,40	2,30	22,70	250,00	133,00	3,40	2,30	22,70	
	Плов з булгура та свининою	150,00	231,67	8,02	13,96	19,68	200,00	308,90	10,70	18,60	26,20	250,00	386,10	13,40	23,30	32,80	
	Сік	200,00	98,70	1,20	0,00	22,50	200,00	98,70	1,20	0,00	22,50	200,00	98,70	1,20	0,00	22,50	
	Хліб цільнозерновий	30,00	71,00	2,00	2,00	10,00	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	
	Апельсин або яблука свіжі	75,00	37,50	0,70	0,20	8,30	75,00	37,50	0,70	0,20	8,30	75,00	37,50	0,70	0,20	8,30	
	Всього	780,00	636,87	16,70	21,08	92,24	850,00	761,10	20,38	27,72	105,46	900,00	838,30	23,08	32,42	112,06	
	П'ятниця																
	Салат з моркви, яблука та соусом "Вінегрет"	75,00	55,70	0,60	2,70	7,30	75,00	55,70	0,60	2,70	7,30	75,00	55,70	0,60	2,70	7,30	
	Борщ з картоплею	250,00	161,40	2,90	5,60	25,80	250,00	161,40	2,90	5,60	25,80	250,00	161,40	2,90	5,60	25,80	
	Сметана	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	
	Риба запечена з морквою та цибулею під соусом "Бешамель"	60,00	70,10	8,60	3,20	3,50	90,00	105,10	12,90	4,70	5,20	120,00	140,10	17,20	6,30	7,00	
	Рис розсипчастий з кмином	120,00	164,10	3,70	3,00	30,20	150,00	205,20	4,70	3,80	37,70	150,00	205,20	4,70	3,80	37,70	
	Хліб житній	30,00	68,00	1,00	0,21	15,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	
	Банани свіжі	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	
	Всього	660,00	665,80	19,05	19,91	104,35	740,00	786,90	25,35	22,35	123,55	770,00	821,90	29,65	23,95	125,35	

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
		Вихід, г	360-735	21-25	21-24	88-103	Вихід з	720-840	25-29	25-29	98-114	Вихід з	810-945	27-32	27-32	112-131	
			Енергоцінність	білки, г	жири, г	вугеводи, г		Енергоцінність	білки, г	жири, г	вугеводи, г		Енергоцінність	білки, г	жири, г	вугеводи, г	
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	
	4-й тиждень																
	Понеділок																
	Салат з моркви та імбирю	50,00	31,60	0,50	1,60	3,80	50,00	31,60	0,50	1,60	3,80	50,00	31,60	0,50	1,60	3,80	
	Полтавський борщ з сливовим варенням	250,00	153,20	2,80	5,60	24,30	250,00	153,20	2,80	5,60	24,30	250,00	153,20	2,80	5,60	24,30	
	Сметана	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	25,00	51,50	0,75	5,00	0,75	
	Гуляш з вареної яловичини	70,00	91,50	6,54	5,71	3,68	100,00	130,72	9,34	8,16	5,24	120,00	156,86	11,21	9,79	6,29	
	Каша пшенична (розсипчаста)	120,00	151,92	4,84	3,32	25,24	150,00	189,90	6,00	4,20	31,50	150,00	189,90	6,00	4,20	31,50	
	Сік	200,00	98,70	1,20	0,00	22,50	200,00	98,70	1,20	0,00	22,50	200,00	98,70	1,20	0,00	22,50	
	Хліб житній	30,00	68,00	1,00	0,21	15,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	
	Груші свіжі	75,00	31,50	0,30	0,20	8,30	75,00	31,50	0,30	0,20	8,30	75,00	31,50	0,30	0,20	8,30	
	Всього	820,00	677,92	17,93	21,64	103,57	900,00	800,12	22,89	25,11	121,39	920,00	826,26	24,76	26,74	122,44	
	Вівторок																
	Салат з буряка з сметаною	75,00	53,70	1,40	2,50	6,50	75,00	53,70	1,40	2,50	6,50	75,00	53,70	1,40	2,50	6,50	
	Суп білий з галушками	250,00	157,90	4,30	3,30	28,90	250,00	157,90	4,30	3,30	28,90	250,00	157,90	4,30	3,30	28,90	
	Куліш з курячим м'ясом	180,00	277,50	15,80	12,60	27,50	250,00	385,50	22,00	17,40	38,20	300,00	462,60	26,40	20,90	45,80	
	Компот із заморожених ягід, м'ятою, родзинками	150,00	33,30	0,40	0,00	7,50	150,00	33,30	0,40	0,00	7,50	150,00	33,30	0,40	0,00	7,50	
	Хліб цільнозерновий	30,00	71,00	2,00	2,00	10,00	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	
	Яблука свіжі	100,00	52,40	0,40	0,40	11,80	100,00	52,40	0,40	0,40	11,80	100,00	52,40	0,40	0,40	11,80	
	Всього	785,00	645,80	14,10	20,80	97,20	875,00	800,80	11,50	27,60	109,60	925,00	877,90	35,90	31,10	117,20	
	Середа																
	Салат з моркви, сиру та сметани	75,00	84,10	1,40	5,40	5,90	75,00	84,10	1,40	5,40	5,90	75,00	84,10	1,40	5,40	5,90	
	Суп з рибки рисовою та томатом	250,00	152,80	3,00	4,30	25,20	250,00	152,80	3,00	4,30	25,20	250,00	152,80	3,00	4,30	25,20	
	Гіф з трюанів з вареної яловичини	70,00	110,70	6,80	8,20	2,40	100,00	158,10	9,70	11,70	3,50	120,00	189,70	11,60	14,80	4,10	
	Картопляне пюре з орегано	120,00	162,60	2,80	7,40	21,10	150,00	203,30	3,50	9,30	26,40	150,00	203,30	3,50	9,30	26,40	
	Хліб цільнозерновий	30,00	71,00	2,00	2,00	10,00	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	
	Банани свіжі	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	
	Всього	645	676,2	19,5	27,5	86,4	725	811,3	24,1	34,9	99,5	745	842,9	26	38	100,1	
	Четвер																
	Салат з запеченої капусти та родзинками	75,00	112,25	1,90	7,45	9,43	75,00	112,25	1,90	7,45	9,43	75,00	112,25	1,90	7,45	9,43	
	Суп Авголемоно	250,00	145,10	3,10	6,20	20,20	250,00	145,10	3,10	6,20	20,20	250,00	145,10	3,10	6,20	20,20	
	Котлети рибні	60,00	53,21	9,06	1,48	2,10	90,00	79,82	13,58	2,22	3,15	120,00	106,42	18,11	2,90	4,70	
	Соус "Кетчуп"	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	25,00	13,20	0,30	0,00	3,00	
	Сочевія зі спеціями	120,00	184,90	14,00	2,40	29,80	150,00	231,20	17,50	3,10	37,30	150,00	231,20	17,50	3,10	37,30	
	Хліб цільнозерновий	30,00	71,00	2,00	2,00	10,00	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	50,00	118,00	3,00	4,00	16,70	
	Банани свіжі	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	100,00	95,00	1,50	0,20	21,80	
	Всього	660,0	674,7	31,9	19,7	96,3	740,0	794,6	40,9	23,2	111,6	770,0	821,2	45,4	23,9	113,1	
	П'ятниця																
	Салат з яєць та зеленого горошку	50,00	64,00	4,00	3,70	3,80	50,00	64,00	4,00	3,70	3,80	50,00	64,00	4,00	3,70	3,80	
	Морквяний крем-суп	250,00	138,50	3,30	5,80	22,00	250,00	138,50	3,30	5,80	22,00	250,00	138,50	3,30	5,80	22,00	
	Болоньезе з яловичини	120,00	202,71	9,47	10,18	13,68	170,00	287,17	13,42	14,43	19,39	200,00	337,80	15,80	17,00	22,80	
	Гречана каша (розсипчаста) з чебрецем	120,00	132,70	4,10	3,10	24,10	150,00	165,80	5,20	3,90	30,10	150,00	165,80	5,20	3,90	30,10	
	Хліб житній	30,00	68,00	1,00	0,21	15,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	50,00	113,00	2,00	0,35	25,00	
	Апельсин або яблука свіжі	75,00	37,50	0,70	0,20	8,30	75,00	37,50	0,70	0,20	8,30	75,00	37,50	0,70	0,20	8,30	
	Всього	645,0	643,4	22,6	23,2	86,9	745,0	806,0	28,6	28,4	108,6	775,0	856,6	31,0	31,0	112,0	