

5-11 класи (Обіди)

І тиждень

Понеділок

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2,14	Г	Капусняк з гарбузом	200	151,0	2,7	9,1	13,7	250	188,7	3,3	11,4	17,1	250	188,7	3,3	11,4	17,1
ТК №1,23		Салат з капусти, зеленого горошку з насінням соняшнику	100	94,37	2,95	6,56	5,21	100	94,37	2,95	6,56	5,21	100	94,37	2,95	6,56	5,21
ТК №66 по Клопотенку		Фрикадельки м'ясні(свинина)	50	248,82	7,15	24,31	0,43	75	372,36	10,70	36,38	0,64	75	372,36	10,70	36,38	0,64

ТК №165 ЗР90р		Макарони відварні з сиром твердим	155	249	10,9	10	29,3	175	276	11,8	10,2	33,8	175	276	11,8	10,2	33,8
Пром-ве вироб.		Сік	200	99	1,2	0,0	22,5	200	99	1,2	0,0	22,5	200	99	1,2	0,0	22,5
Пром-ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7
		ВСЬОГО:	735	913,19	26,7	52,37	81,14	850	1148,43	32,95	6,54	95,95	78	1148,43	32,95	6,54	95,95

Вівторок

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2.01	Л, МП С	Борщ з картоплею	200	137,3	2,4	5,2	20,8	250	171,7	3,0	6,6	25,9	250	171,7	3,0	6,6	25,9
ТК №1,05	Л,Я МП	Салат з яєць, сиру з куркумою	100	149,86	8,64	10,0	4,06	100	149,86	8,64	10,0	4,06	100	149,86	8,64	10,0	4,06

			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2,13	Г,Я, ЛМ П	Суп білий з галушками	200	146,0	3,8	4,6	23,1	250	182,4	4,7	5,8	28,9	250	182,4	4,7	5,8	28,9
ТК №5.02	Л. МП	Печеня по домашньому зі свининою	200	311,9	9,1	18,5	26,0	250	389,9	11,4	23,2	32,5	250	389,9	11,4	23,2	32,5
ТК№7 по Клопотенку		Салат з капусти з ароматною олією	75	55,32	0,94	3,83	4,28	100	73,76	1,25	5,10	5,70	100	73,76	1,25	5,10	5,70
ТК №108 по Клопотенку		Чай каркаде	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18
ТК №12,01		Банан свіжий	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.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7
		ВСЬОГО:	785	751,22	17,14	29,53	103,18	930	931,06	21,85	38,3	123,6	930	931,06	21,85	38,3	123,6

II тиждень

Понеділок

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
Орг. Харч 2014 ст475		Суп гречаний	200	77	2,0	1,6	13,8	200	77	2,0	1,6	13,8	200	77	2,0	1,6	13,8
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 №291 ЗБС90 р		Каша в'язка ячна	100	96	2,3	3,2	14,4	150	144	3,4	4,8	21,6	150	144	3,4	4,8	21,6
ТК №4.01	Л, МП	Капуста тушкована з овочами та курячим м'ясом	200	249,20	22,52	14,19	11,97	200	249,20	22,52	14,19	11,97	200	249,20	22,52	14,19	11,97

ТК №11,04		Кисіль ягідний	200	84	0,3	0,0	19,9	200	84	0,3	0,0	19,9	200	84	0,3	0,0	19,9
ТК №12,01		Банан свіжий	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,М П,Л	Хліб житній з вершковим маслом	30\3	89	1,2	2,6	15,0	50\3,5	138	2,0	3,1	25,0	50\3,5	138	2,0	3,1	25,0
		ВСЬОГО:	848	742,2	33,22	26,09	97,57	918,5	839,2	35,12	28,19	114,77	918,5	839,2	35,12	28,19	114,77

Вівторок

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2,07	С	Суп овочевий	200	94,9	4,3	1,9	18,6	250	118,7	2,7	2,3	21,9	250	118,7	2,7	2,3	21,9
ТК №1.07	Я	Салат з яєць та зеленим горошком	50	64,0	4,0	3,7	3,8	75	96,0	6,0	5,5	5,6	75	96,0	6,0	5,5	5,6

ТК №4,04		Плов з курячим м'ясом	130\50	280	14,9	12,0	30,3	180\70	389	20,7	16,7	42,1	216\84	466	24,9	20,0	50,5
ТК №11,03		Узвар	200	108	0,3	0,9	24,9	180	97	0,3	0,8	22,4	180	97	0,3	0,8	22,4
ТК №12,01		Апельсин	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0
Пром-ве вироб.	Г	Хліб житній	30	68	1,2	0,2	15,0	50	113	2,0	0,4	25,0	50	113	2,0	0,4	25,0
		ВСЬОГО:	760	664,9	25,6	18,9	103,6	905	863,7	32,6	25,9	128	955	940,7	36,8	29,2	136,4

Середа

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2,10		Суп з перловою крупою та томатом	200	93,0	2,0	1,8	16,9	250	116,3	2,6	2,2	21,2	250	116,3	2,6	2,2	21,2
ТК №1,31		Салат з капусти, яблуками та	100	66	1,1	3,1	7,8	100	66	1,1	3,1	7,8	100	66	1,1	3,1	7,8

				ість ккал					ість ккал					ість ккал			
ТК №2,11		Суп гороховий	200	129,4	4,4	4,4	15,4	250	161,8	5,5	5,5	19,2	250	161,8	5,5	5,5	19,2
ТК №1.17	ГЦ	Салат з моркви каррі та соусом «Вінегрет»	100	74,25	0,74	3,6 1	9,71	150	111,4	1,1	5,4	14,6	150	111,4	1,1	5,4	14,6
ТК №6,07	Р,Я	Котлети рибні	100	88,69	15,0 9	2,4 7	3,50	120	106,4	18,1	3,0	4,2	120	106,4	18,1	3,0	4,2
ТК №8,16	МП , Л,Г	Овочева паелья з куркумою (морква, цибуля)	120	161	3,5	4,3	26,5	150	201	4,4	5,4	33,2	150	201	4,4	5,4	33,2
ТК №348 ЗБ87 р		Чай	170	-	-	-	-	170	-	-	-	-	170	-	-	-	-
ТК №12,0 1		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.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7
		ВСЬОГО:	820	576,3 4	25,9 3	17, 58	76,9 1	990	750,6	32,5	23,7	99,7	990	750,6	32,5	23,7	99,7

П'ятниця

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2,10		Суп з рисовою крупою та томатом	200	93,4	2,0	1,8	17,2	250	116,8	2,6	2,2	21,5	250	116,8	2,6	2,2	21,5
ТК №1.07	Я	Салат з яєць та зеленим горошком	100	127,98	7,95	7,35	7,51	100	127,98	7,95	7,35	7,51	100	127,98	7,95	7,35	7,51
ТК №4.12	ГЦ	Куряче стегно в гірчичному соусі	90	197,4	23,9	9,1	4,1	100	219,28	26,56	10,06	4,55	100	219,28	26,56	10,06	4,55
ТК №8,15	МП Л,Г	Кускус (розсипчастий)	120	156	4,7	2,6	26,4	150	195	5,8	3,3	33,0	150	195	5,8	3,3	33,0
ТК №11,02		Компот з фруктів або ягід (свіжих або заморожених)	150	33,0	0,4	0,0	7,4	150	33,0	0,4	0,0	7,4	150	33,0	0,4	0,0	7,4
ТК №12,0		Апельсин	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0

1																	
Пром- ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7
		ВСЬОГО:	790	121	41,6 5	23, 45	83,61	900	860,0 6	47,2 1	27,1 1	101,6 6	900	860, 06	47,2 1	27,11	101, 66

III тиждень

Понеділок

Збірн ик рецеп тур № ТК	На явн але рге ни	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енер гети чна цінн ість ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енер гети чна цінн ість ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енер гети чна цінн ість ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2,07	С	Суп овочевий	200	94,9	4,3	1,9	18,6	250	118,7	2,7	2,3	21,9	250	118,7	2,7	2,3	21,9
ТК №1,36		Салат зі буряка з ароматною олією	100	69,25	1,55	3,1 9	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23
ТК №8,26	МП Л,Г	Каша пшенична	120	143	4,8	2,4	25,2	150	179	6,0	3,0	31,5	150	179	6,0	3,0	31,5

ТК №61		Курка по-італійські	150	185,52	11,91	0,92	32,39	200	247,36	15,88	1,23	43,19	200	247,36	15,88	1,23	43,19
ТК №11,05	МП,Л	Какао з молоком	200	112	6,1	5,5	9,9	200	112	6,1	5,5	9,9	200	112	6,1	5,5	9,9
ТК №12,01		Апельсин	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0
Пром-ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7
		ВСЬОГО:	900	725,67	31,36	16,51	116,32	1050	894,31	36,13	19,42	143,42	1050	894,31	36,13	19,42	143,42

Вівторок

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.				Діти 11-14р.				Діти 14-18р.						
			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2,02	Л, МП, С	Полтавський борщ	200	154,8	2,6	5,3	25,6	250	193,5	3,2	6,6	31,9	250	193,5	3,2	6,6	31,9

ТК №1.44	ГЦ	Вінегрет	75	65,00	1,38	2,62	9,06	100	86,67	1,84	3,49	12,08	100	86,67	1,84	3,49	12,08
ТК №66 по Клопотенку		Фрикадельки м'ясні(свинина)	50	248,82	7,15	24,31	0,43	75	372,36	10,70	36,38	0,64	75	372,36	10,70	36,38	0,64
ТК №8.02	МП	Гречка з томатною пастою	100	114,30	3,82	2,18	21,50	120	137,2	4,6	2,6	25,8	120	137,2	4,6	2,6	2,8
Пром-ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7
ТК №11,04		Кисіль ягідний	200	84	0,3	0,0	19,9	200	84	0,3	0,0	19,9	200	84	0,3	0,0	19,9
ТК №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:	755	832,92	18,55	37,01	108,29	895	893,17	25,14	53,27	128,82	895	893,17	25,14	53,27	128,82

Середа

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.	Діти 11-14р.	Діти 14-18р.
------------------------------	-------------------------	--------------------------------------	--------------------	---------------------	---------------------

			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
Орг. Харч 2014 ст475		Суп гречаний	200	77	2,0	1,6	13,8	200	77	2,0	1,6	13,8	200	77	2,0	1,6	13,8
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 №169 ЗБ90р		Яйце варене	1	63	5,1	4,6	0,3	1	63	5,1	4,6	0,3	1	63	5,1	4,6	0,3
ТК №1,28		Салат з капусти з ароматною олією	100	55,4	1,5	3,3	4,4	100	55,4	1,5	3,3	4,4	100	55,4	1,5	3,3	4,4
ТК№0 8,26	МП	Каша пшенична	100	119,40	4,02	1,98	21,02	120	143,3	4,8	2,4	25,2	120	143,3	4,8	2,4	25,2
Пром-ве вироб.		Сік	200	99	1,2	0,0	22,5	200	99	1,2	0,0	22,5	200	99	1,2	0,0	22,5
Пром-ве вироб	МП ВШ ІЛ Г	Хліб цільнозерновий з маслом	30\3	89	1,2	2,6	15,0	50\4	147	3,0	7,2	16,7	50\4,5	150	3,0	7,6	16,7

ТК №12,01		Апельсин	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0
		ВСЬОГО:	748,04	604,8	19,32	18,58	88,72	789,04	686,7	21,9	23,6	94,6	789,54	689,7	21,9	24	94,6

Четвер

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2,11		Суп гороховий	200	129,4	4,4	4,4	15,4	250	161,8	5,5	5,5	19,2	250	161,8	5,5	5,5	19,2
ТК №1,25		Салат з запеченої капусти з родзинками	75	94	1,5	4,8	11,1	75	94	1,5	4,8	11,1	75	94	1,5	4,8	11,1
ТК №6,01	Г,Я, Р	Рибні нагетси	70	114	11,3	2,2	14,5	105	171	17,0	3,2	21,7	140	228	22,6	4,3	29,0
ТК, №8,13	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 №11,10		Чай з липою	150	0,6	0,0	0,0	0,17	150	0,6	0,0	0,0	0,17	150	0,6	0,0	0,0	0,17
ТК №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,М П,Л	Хліб житній з вершковим маслом	30\3	89	1,2	2,6	15,0	50\4	142	2,0	3,5	25	50\5,5	153	2,1	4,7	25,1
		ВСЬОГО:	748	642	21,6	21,8	89,07	844	695	22,4	22,7	99,07	920,5	892,4	35,6	29	122,77

П'ятниця

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2,14	Г	Капусняк з гарбузом	200	151,0	2,7	9,1	13,7	250	188,7	3,3	11,4	17,1	250	188,7	3,3	11,4	17,1
ТК №1,09		Салат з квашених огірків, моркви	100	70	1,5	5,1	4,6	100	70	1,5	5,1	4,6	100	70	1,5	5,1	4,6

		з горіхами															
ЗБР 2014 ст.482		Ліниві голубці з курчачим м'ясом	180	266,9	10,7	16, 4	17,9	250	370,6	14,9	22,8	24,9	250	370,6	14,9	22,8	24,9
ТК №08.2 5	Г	Булгур	120	132,0	3,7	3,8	22,3	150	165,0	4,7	4,8	27,9	150	165,0	4,7	4,8	27,9
ТК №108 по Клопо тенку		Чай каркаде	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18
ТК №12,0 1		Банан свіжий	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 житній з вершковим маслом	30\4	93	1,2	3,0	15,0	50\4, 5	145	2,0	3,9	25,0	50\5, 5	153	2,1	4,7	25,1
		ВСЬОГО:	594	536	20	14, 6	67,8	669,5	652	26,9	17,5	98,8	685,5	679	30	18,9	99,1

IV тиждень

Понеділок

Збірн ик рецеп тур	На явн але рге	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.	Діти 11-14р.	Діти 14-18р.
---------------------------------------	-----------------------------------	--	--------------------	---------------------	---------------------

№ ТК	ни																
			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2,13	Г,Я ЛМ П	Суп білий з галушками	200	146,0	3,8	4,6	23,1	250	182,4	4,7	5,8	28,9	250	182,4	4,7	5,8	28,9
Пром. вир		Помідор або гірок солоний	50	9,0	0,9	-	0,8	50	9,0	0,9	-	0,8	50	9,0	0,9	-	0,8
ТК №4,08	Г,М П Л,Я	Курячий шніцель	70	149	13,1	6,9	11,3	100	212	18,7	9,9	16,9	120	255	22,4	11,8	19,4
ТК №165 ЗР90р		Макарони відварні з сиром твердим	155	249	10,9	10	29,3	175	276	11,8	10,2	33,8	175	276	11,8	10,2	33,8
ТК №11,3		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 №12,0 1		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	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7
		ВСЬОГО:	925	827	32,3	25	121,2	855	944,4	38,8	29,4	126,3	875	987,4	42,5	31,3	138,8

Вівторок

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2.10		Суп з перловою крупною та томатом	200	93,0	2,0	1,8	16,9	250	116,3	2,6	2,2	21,2	250	116,3	2,6	2,2	21,2
ТК №1,36		Салат зі буряка з ароматною олією	100	69,25	11,55	3,19	9,23	100	69,25	11,55	3,19	9,23	100	69,25	11,55	3,19	9,23
ТК №4.16	Л, МП	Печеня по – домашньому з куркою	100	131,0	9,7	4,4	12,2	180	235,7	17,5	7,9	22,0	180	25,7	17,5	7,9	22,0
ТК №12,0		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.		Сік	200	99	1,2	0,0	22,5	200	99	1,2	0,0	22,5	200	99	1,2	0,0	22,5
Пром-ве вироб.	Г	Хліб житній	30	68	1,2	0,2	15,0	50	113	2,0	0,4	25,0	50	113	2,0	0,4	25,0

		ВСЬОГО:	730	512,2	26,0	9,9	87,63	880	685,2	35,2	14,0	111,	880	685,2	35,25	14,0	111,
				5	2	9			5	5	9	73		5		9	73

Середа

Збірн ик рецеп тур № ТК	На явн але рге ни	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енер гети чна цінн ість ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енер гети чна цінн ість ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енер гети чна цінн ість ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №73 ЗРС 90р. ст73		Розсольник Домашній	250	124	2,7	5,5	15,8	300	149	3,3	6,5	19	300	149	3,3	6,5	19
ТК №1,05	Л,Я МП	Салат з яєць, сиру з куркумою	50	74,9	4,3	5,0	2,0	75	112,4	6,5	7,5	3,0	75	112,4	6,5	7,5	3,0
ТК №6,03	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 №8,03	МП Л	Рис з кмином	120	164	3,7	3,0	30,2	150	205	4,7	3,8	37,7	150	205	4,7	3,8	37,7
ТК		Чай каркаде	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18

№108 по Клопо тенку																	
ТК №12,0 1		Банани свіжі	100	95	1,5	2,6	15,0	100	95	1,5	2,6	15,0	100	95	1,5	2,6	15,0
Пром- ве вироб.	Г,М П Л	Хліб житній з вершковим маслом	30\3	89	1,2	2,6	15,0	50\4	142	2,0	3,5	25,0	50\6	156	2,0	5,1	25,1
		ВСЬОГО:	793	679,9	21,9	21, 5	97,7	949	866,4	30,7	28,1	120, 2	981	911,4	34,9	31	121, 1

Четвер

Збірн ик рецеп тур № ТК	На явн але рге ни	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.					Діти 11-14р.					Діти 14-18р.				
			Вих. гр	Енер гети чна цінн ість ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енер гети чна цінн ість ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енер гети чна цінн ість ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2.01	Л, МП С	Борщ з картоплею	200	137,3	2,4	5,2	20,8	250	171,7	3,0	6,6	25,9	250	171,7	3,0	6,6	25,9

ТК №1,23		Салат з капусти, зеленого горошку з насінням соняшнику	100	94,37	2,95	6,56	5,21	100	94,37	2,95	6,56	5,21	100	94,37	2,95	6,56	5,21
ТК №4,06	Г,Л, М П	Котлета по міланські з сиром	125	316,9	23,0	13,9	29,5	150	380,3	27,6	16,6	35,5	150	380,3	27,6	16,6	35,5
ТК №8,01	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 №11,04		Кисіль ягідний	150	63	0,2	0,0	14,9	150	63	0,2	0,0	14,9	150	63	0,2	0,0	14,9
ТК №12,01		Апельсини свіжі	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0	100	50	0,9	0,2	11,0
Пром-ве вироб.	Г	Хліб житній	30	68	1,2	0,2	15,0	50	113	2,0	0,4	25,0	50	113	2,0	0,4	25,0
		ВСЬОГО:	825	862,57	32,75	29,16	120,51	950	1038,37	41,85	34,26	147,61	950	1038,37	41,85	34,26	147,61

П'ятниця

Збірник рецептур № ТК	На явні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.	Діти 11-14р.	Діти 14-18р.
------------------------------	-------------------------	--------------------------------------	--------------------	---------------------	---------------------

			Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вих. гр	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г
ТК №2,10		Суп з рисовою крупою та томатом	200	93,4	2,0	1,8	17,2	250	116,8	2,6	2,2	21,5	250	116,8	2,6	2,2	21,5
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
Пром. вир		Помідор або гірок солоний	50	9,0	0,9	-	0,8	50	9,0	0,9	-	0,8	50	9,0	0,9	-	0,8
ТК №4.12	ГЦ	Куряче стегно в гірчичному соусі	75	164,5	19,9	7,5	3,4	90	197,4	23,9	9,1	4,1	90	197,4	23,9	9,1	4,1
ТК №8,15	МП Л,Г	Кускус (розсипчастий)	120	156	4,7	2,6	26,4	150	195	5,8	3,3	33,0	150	195	5,8	3,3	33,0
ТК №11.03		Узвар	150	81	0,2	0,7	18,7	150	81	0,2	0,7	18,7	150	81	0,2	0,7	18,7
ТК №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	М, Л Г	Хліб цільнозерновий з маслом	30\3	92	1,8	4,8	10,1	50\4	147	3,0	7,2	16,7	50\4,5	150	3,0	7,6	16,7

		ВСЬОГО:	743	699,9	33,3	22, 1	89,1	859	850,2	40,2	27,2	107, 3	850,2 5	853,2	40.2	27,6	107, 3
--	--	----------------	------------	--------------	-------------	------------------	-------------	------------	--------------	-------------	-------------	-------------------	--------------------	--------------	-------------	-------------	-------------------