

5-11 класи (Обіди)

І 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 №2,14	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	50	47,2	1,5	3,3	2,6	75	70,8	2,2	4,9	3,9	75	70,8	2,2	4,9	3,9
ТК №66 по Клопо тенку		Фрикадельки м'ясні(свинина)	50	248,8 2	7,15	24,3 1	0,43	75	372,3 6	10,7 0	36,3 8	0,64	75	372,3 6	10,7 0	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	170	84	1,0	0,0	19,1	170	84	1,0	0,0	19,1	170	84	1,0	0,0	19,1
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:	655	851,02	25,05	49,11	75,13	795	1109,86	32	66,88	91,24	795	1109,86	32	66,88	91,24

Вівторок

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 №1,13	ПЦ	Салат з моркви, яблук з соусом «Вінегрет»	100	74	0,7	3,6	9,7	75	56	0,6	2,7	7,3	75	56	0,6	2,7	7,3
ТК №4,09	Г,Л, Я МП	Курячі нагетси	85	186	15,1	7,7	17,7	125	274	22,2	11,3	26,0	150	329	26,6	13,6	31,2
ТК №8,13		Картопляне пюре з орегано	120	167,62	2,84	7,42	21,11	150	203,27	3,54	9,27	26,39	150	203,27	3,54	9,27	26,39
ТК №11,09		Чай з мелісою	150	1	0,0	0,0	0,4	150	1	0,0	0,0	0,4	150	1	0,0	0,0	0,4

ТК №12,0 1		Яблука свіжі	75	39	0,3	0,3	8,9	75	39	0,3	0,3	8,9	75	39	0,3	0,3	8,9
ТК №12,0 1		або апельсини свіжі	75	38	0,7	0,2	8,3	75	38	0,7	0,2	8,3	75	38	0,7	0,2	8,3
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 з яблуками свіжими:	763	693,9 2	22,5 4	26,8 2	93,61	878,5	882,9 7	31,6 4	33,2 7	119,8 9	903,5	937,9 7	36,0 4	35,57	125,9
		ВСЬОГО з апельсинами свіжими:	763	692,9 2	22,9 4	26,7 2	93,01	878,5	880,9 7	32,0 4	33,1 7	119,2 9	903,5	935,9 7	36,4 4	35,47	124,4 9

Середа

ТК №2,12		Суп квасолевий	200	136,8	3,8	6,7	15,5	250	171,0	4,7	8,4	19,4	250	171,0	4,7	8,4	19,4
ТК №1,18	МП ,Л	Салат з моркви з сиром та сметаною	100	112	4,6	7,2	7,9	75	84	3,4	5,4	5,9	75	84	3,4	5,4	5,9
ТК №4,03	МП ,Л	Куліш з курячим м'ясом	130\50	270	15,6	12,2	26,7	180\70	375	21,7	16,9	37,0	216\84	450	26,1	20,3	44,5
ТК №11,0 4		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

Пром- ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	710	673,8	26,1	28,5	80	805	785	31,9	33,1	92,2	855	860	36,3	36,5	99,7

Четвер

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 №125		Салат з запеченої капусти та родзинками	100	125	2,0	6,4	14,8	75	94	1,5	4,8	11,1	75	94	1,5	4,8	11,1
ТК №6,02	Р,Г, МП ,Л	Риба запечена з морквою та цибулею під соусом «Бешамель»	60	71	9,6	2,7	4,0	90	107	14,4	4,1	6,0	120	143	19,2	5,4	8,0
ТК №08,0 4	МП ,Л	Рис розсипчастий з орегано	120	164	3,7	2,9	30,2	150	204	4,7	3,6	37,8	150	204	4,7	3,6	37,8
ТК №11,0 5	МП ,Л	Какао з молоком	150	84	4,6	4,1	7,4	150	84	4,6	4,1	7,4	150	84	4,6	4,1	7,4
ТК №12,0 1		Яблука свіжі	75	39	0,3	0,3	8,9	75	39	0,3	0,3	8,9	75	39	0,3	0,3	8,9
Пром- ве вироб.	Г,М П,Л	Хліб житній з вершковим маслом	30\3	89	1,2	2,6	15,0	30\3	89	1,2	2,6	15,0	30\3	30\3	89	1,2	2,6

		ВСЬОГО :	738	666,9	25,7	20,9	98,9	823	735,7	29,4	21,8	108,1	853	715,7	122	21,7	97,7
--	--	-----------------	------------	--------------	-------------	-------------	-------------	------------	--------------	-------------	-------------	--------------	------------	--------------	------------	-------------	-------------

П'ятниця

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 №07,1 2	МП Л,Г	Запіканка сирна з бананом та сметаною	120\15	250,56	13,70	11,33	23,10	150\15	305,47	17,01	13,41	28,76	150\15	305,47	17,01	13,41	28,76
ТК №108 по Клопотенку		Чай каркаде	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18
Пром-ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	745	851,46	28,4	36,83	100,2	875	1020,77	34,91	44,81	118,16	875	1020,77	34,91	44,81	118,16

II тиждень

Понеділок

ТК №34 по Клопотенку		Юшка рибна	200	130,50	12,05	4,30	14,40	250	163,13	15,06	5,38	18,00	250	163,13	15,06	5,38	18,00
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
		ВСЬОГО:	815	706,7	42,07	26,19	83,17	915	787,33	46,18	28,87	93,97	915	787,33	46,18	28,87	93,97

Вівторок

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 №27 По Клопо тенку		Салат з морквою та сиром	50	57,45	2,08	42,5	2,70	75	86,17	3,13	6,38	4,06	75	86,17	3,13	6,38	4,06
ТК №4,04		Плов з курячим м'ясом	130\5 0	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 №11,0 3		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 №12,0 1		Яблука свіжі	75	39	0,3	0,3	8,9	75	39	0,3	0,3	8,9	75	39	0,3	0,3	8,9
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:	735	647,3 5	23,0 8	57,8	100,4	880	842,8 7	29,1 3	26,8 8	124,3 6	930	919	33,3 3	30,18	132,7 6

Середа

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 селерою	100	66	1,1	3,1	7,8	100	66	1,1	3,1	7,8	100	66	1,1	3,1	7,8

ТК №4.17	Г	Чахохбілі з куркою	100	126.29	15.20	4.48	5.30	150	189.4	22.8	6.7	7.9	150	189.4	22.8	6.7	7.9
ТК №8,01	МП,Л	Гречана каша з чебрецем	150	166	5,2	3,9	30,1	150	166	5,2	3,9	30,1	150	166	5,2	3,9	30,1
Пром-ве вироб.	МП,Л	Йогурт	125	86	2,0	6,3	5,3	125	86	2,0	6,3	5,3	125	86	2,0	6,3	5,3
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:	775	632,29	27	19,78	87,2	875	718,7	35,2	22,4	94,1	875	718,7	35,2	22,4	94,1

Четвер

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»	75	50	0,8	2,7	5,6	75	50	0,8	2,7	5,6	75	50	0,8	2,7	5,6
ТК №6,06	Р,Я,Г	Стіки рибні	70	112	10,8	1,9	15,2	105	168	16,2	2,8	22,7	140	224	21.5	3,7	30,3
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 №11,05	МП,Л	Какао з молоком	150	84	4,6	4,1	7,4	150	84	4,6	4,1	7,4	150	84	4,6	4,1	7,4
ТК		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

№12,0 1																	
Пром- ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	745	659,4	26,3	20,2	91,9	860	787,8	33,7	23,3	109,9	895	843,8	39	24,2	29,2

П'ятниця

ТК №2,10		Суп з рисовою крупною 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	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
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 №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
Пром- ве вироб.		Сік	170	84	1,0	0,0	19,1	170	84	1,0	0,0	19,1	170	84	1,0	0,0	19,1
ТК №12,0 1		Апельсин свіжий	75	38	0,7	0,2	8,3	75	38	0,7	0,2	8,3	75	38	0,7	0,2	8,3

Пром- ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	735	722,9	37,5	22,5	88,9	855	850	850,2	27	102,3	855	850	850,2	27	102,3

III тиждень

Понеділок

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	50	34,6	0,8	1,6	4,6	75	51,9	1,2	2,4	6,9	75	51,9	1,2	2,4	6,9
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	185,5 2	11,9 1	0,92	32,39	200	247,3 6	15,8 8	1,23	43,1 9	200	247,3 6	15,8 8	1,23	43,19
ТК №11,0 5	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
Пром- ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	750	642,0 1	29,7 1	14,7 2	100,6 9	905	779,9 6	33,6 8	16,8 3	123, 39	905	779,9 6	33,6 8	16,8 3	123,3 9

Вівторок

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-вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,44	10,0
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	50	48	0,8	0,1	10,9	50	48	0,8	0,1	10,9	50	48	0,8	0,1	10,9
		ВСЬОГО:	705	785,92	17,85	36,91	97,39	825	992,73	23,24	51,57	111,22	825	992,73	23,24	51,57	111,22

Середа

ТК №34 по Клопотенку		Юшка рибна	200	130,50	12,05	4,30	14,40	250	163,13	15,06	5,38	18,00	250	163,13	15,06	5,38	18,00
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	75	41,5	1,1	2,5	3,3	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	180	89	1,1	0,0	20,3	180	89	1,1	0,0	20,3	180	89	1,1	0,0	20,3
Пром-ве вироб	МП ВШ ІЛ Г	Хліб цільнозерновий з маслом	50\4	147	3,0	7,2	16,7	50\4	147	3,0	7,2	16,7	50\4,5	150	3,0	7,6	16,7
ТК №12,0 1		Апельсина свіжа	75	38	0,7	0,2	8,3	75	38	0,7	0,2	8,3	75	38	0,7	0,2	8,3

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:	729,04	751,4	32,2 7	27,4 8	95,02	844,04	868,8 3	37,6 6	31,3 8	110,6	844,5 4	871,8 3	37,6 6	31,9 8	110,6

Четвер

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 №11,1 0		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 №12,0 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.	Г,М П,Л	Хліб житній з вершковим маслом	50\4	142	2,0	3,5	25	50\4	142	2,0	3,5	25	50\5, 5	153	2,1	4,7	25,1
		ВСЬОГО:	844	695	22,4	22,7	99,07	844	695	22,4	22,7	99,07	920,5	892,4	35,6	29	122,77

П'ятниця

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 з горіхами	100	70	1,5	5,1	4,6	100	70	1,5	5,1	4,6	100	70	1,5	5,1	4,6
ТК №4,07		Курка по-італійськи	60	74	12,1	2,5	1,1	85	105	17,2	3,5	1,5	100	124	20,2	4,1	1,8
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 Клопотенку		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

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 №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 №11,0 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	30	71	1,8	2,4	10,0	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	755	818	31,4	25	120,4	855	944,4	38,8	29,4	126,3	875	987,4	42,5	31,3	138,8

Вівторок

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 №1,36		Салат зі буряка з ароматною олією	50	34,6	0,8	1,6	4,6	75	51,9	1,2	2,4	6,9	75	51,9	1,2	2,4	6,9
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 №7,14	МП ,Л Я	Запіканка рисова з ягідним кюлі	150\20	258,67	8,25	8,69	36,24	180\20	307,43	9,86	10,40	42,84	200\20	339,93	10,93	11,55	47,24
Пром-ве вироб.		Сік	180	89	1,1	0,0	20,3	180	89	1,1	0,0	20,3	180	89	1,1	0,0	20,3
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	674,27	23,05	16,69	105,24	935	913,33	34,26	23,3	138.24	955	735,83	35.33	24,45	142.64

Середа

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 №1,13	ГЦ	Салат з моркви, яблук з соусом «Вінегрет»	100	74	0,7	3,6	9,7	100	74	0,7	3,6	9,7	100	74	0,7	3,6	9,7
ТК №6,03	Р	Риба тушкована з овочами під	60	61	8,5	2,8	1,7	90	91	12,7	4,2	2,5	120	122	16,9	5,5	3,3

		томатним соусом															
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 №11,05	МП Л	Какао з молоком	180	101	5,5	5,0	8,9	180	101	5,5	5,0	8,9	180	101	5,5	5,0	8,9
ТК №12,01		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:	843	708	23.8	25.1	96,3	974	857	30,4	29,2	117.8	1006	902	34.6	32,1	118,7

Четвер

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 №1,20	ГЦ	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	50	34	1,0	1,8	3,1	50	34	1,0	1,8	3,1	50	34	1,0	1,8	3,1
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 №11,0 4		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 №12,0 1		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:	775	494,6	32,8	24,4	118,4	900	102,8	39,9	29,5	145,5	900	978	39,9	29,5	145,5

П'ятниця

ТК №2,10		Суп з рисовою крупкою 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
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 №11.0 3		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 №12,0 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	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:	693	690,9	32,4	22,1	88,3	809	841,2	39,3	27,2	106,5	809,5	844,2	39,3	27,6	106,5