

1-4 класів Група продовженого дня

I тиждень

Понеділок

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,14	Г	Капусняк з гарбузом	200	151,0	2,7	9,1	13,7
ТК6,03	Р	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	60	61	8,5	2,8	1,7
ТК №8,03	МП,Л	Рис з кмином	120	164	3,7	3,0	30,2
ТК №11,03		Узвар	150	81	0,2	0,7	18,7
Пром-ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	560	528	16,9	18	74,3

Вівторок

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2.01	Л,МП С	Борщ з картоплею	200	137,3	2,4	5,2	20,8
ТК №7.13	МП,Я, Л,Г	Львівський сирник з морквою та сметаною	180\15	387	22,77	20,11	28,29
ТК №11,04		Кисіль ягідний	150	63	0,2	0,0	14,9

Пром-ве вироб.	Г,МП Л	Хліб житній	30	68	1,2	0,2	15,0
		ВСОГО:	575	655,3	26,57	25,51	78,99

Середа

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,12		Суп квасолевий	200	136,8	3,8	6,7	15,5
ТК №3.03	Г,Л,М П,Я	Пухкий омлет з орегано	100	161,06	11,21	10,08	6,36
ТК №8,26	МП,Л, Г	Каша пшенична	120	143,3	4,8	2,4	25,2
ТК №11,03		Узвар	200	108	0,3	0,9	24,9
Пром-ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	650	620,16	21,91	22,48	81,96

Четвер

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,07	С	Суп овочевий	200	94,9	4,3	1,9	18,6
Пром.вир		Помідор або гірок солоний	50	9,0	0,9		0,8
ТК №4,11		Курка запечена в соусі «Імбирному»	52\8	129	13,6	5,8	3,6

ТК №291		Каша в'язка ячна	150	144	3,4	4,8	21,6
ТК №11,04		Кисіль ягідний	150	63	0,2	0,0	14,9
Пром-ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО :	560	510,9	24,2	14,9	69,5

П'ятниця

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,13	Г,Я,Л МП	Суп білий з галушками	200	146,0	3,8	4,6	23,1
ТК №4,08	Г,Я,М П,Л	Курячий шніцель	70	148	13,1	6,9	11,3
ТК №10,05		Соус «Кетчуп»	25	13	0,3	0,0	3,0
ТК №8,01	МП,Л	Гречана каша з чебрецем	120	133	4,1	3,1	24,1
Пром-ве вироб.	МП,Л	Йогурт	125	86	2,0	6,3	5,3
Пром-ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	570	597	25,1	23,3	76,8

II тиждень

Понеділок

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
Орг. Харч 2014 ст475		Суп гречаний	200	77	2,0	1,6	13,8
ТК №7.13	МП,Я, Л,Г	Львівський сирник з морквою та сметаною	180\15	387	22,77	20,11	28,29
ТК №11,05	МП, Л	Какао з молоком	150	84	4,6	4,1	7,4
Пром-ве вироб.	Г,МП, Л	Хліб житній з вершковим маслом	30\3	89	1,2	2,6	15,0
		ВСЬОГО:	578	637	30,57	28,41	64,49

Вівторок

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,07	С	Суп овочевий	200	94,9	4,3	1,9	18,6
ТК №4,08	Г,МП Л,Я	Курячий шніцель	70	149	13,1	6,9	11,3
ТК№8.13	МП,Л	Картопляне пюре з орегано	120	162,62	2,84	7,42	21,11
Пром-ве вироб.		Сік	180	89	1,1	0,0	20,3
Пром-ве вироб.	Г	Хліб житній	30	68	1.2	0,2	15,0
		ВСЬОГО:	600	563,52	22,54	16,42	86,31

Середа

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,10		Суп з перловою крупою та томатом	200	93,0	2,0	1,8	16,9
ТК №165 ЗР90р		Макарони відварні з сиром твердим	155	249	10,9	10	29,3
ТК №66 по Клопотенку		Фрикадельки м'ясні(свинина)	50	248,82	7,15	24,31	0,43
ТК №11.03		Узвар	150	81	0,2	0,7	18,7
Пром-ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	585	742,82	22,05	39,21	75,33

Четвер

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,11		Суп гороховий	200	129,4	4,4	4,4	15,4
ТК 07,20	МПЯ,Л	Вареники лінівні з соусом до лінівних вареників	100\25	238,07	14,58	12,28	17,02
Пром-ве вироб.	Г, МП Л	Хліб житній	30	68	1,2	0,2	15,0
ТК №11,05	МП, Л	Какао з молоком	150	84	4,6	4,1	7,4

		ВСЬОГО:	505	519,47	24,78	20,98	54,82
--	--	----------------	------------	---------------	--------------	--------------	--------------

П'ятниця

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,10		Суп з рисовою крупкою та томатом	200	93,4	2,0	1,8	17,2
ЗБР 2014 ст.482		Ліниві голубці з курячим м'ясом	180	266,9	10,7	16,4	17,9
ТК №3483Б87 р		Чай	170	-	-	-	-
Пром-ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	580	431,3	14,5	20,6	451

ІІІ тиждень

Понеділок

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,07	С	Суп овочевий	200	94,9	4,3	1,9	18,6
ТК №3,02	Г,Л,М П,Я	Скрамбл	50	79	5,5	5,0	3,0
ТК №165 ЗР90р		Макарони відварні з сиром	155	249	10,9	10	29,3

Пром-ве вироб.		Сік	170	84	1,0	0,0	19,1
Пром-ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	605	577,9	23,5	19,3	80

Вівторок

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,02	Л, МПС	Полтавський борщ	200	154,8	2,6	5,3	25,6
ТК №4,09	Г,Л,Я МП	Курячі нагетси	85	186	15,1	7,7	17,7
ТК №8,13		Картопляне пюре з орегано	120	167,62	2,84	7,42	21,11
ТК №11,09		Чай з мелісою	150	1	0,0	0,0	0,4
Пром-ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	585	580,42	22,34	22,82	74,81

Середа

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
Орг. Харч 2014 ст475		Суп гречаний	200	77	2,0	1,6	13,8

Пром-ве вироб.	МП,Л	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7
ТК №4,03	МПЛ	Куліш з курячим м'ясом	130\50	270	15,6	12,2	26,7
ТК №3483Б87 р		Чай	170	-	-	-	-
Пром-ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	595	470	22,8	20,5	51,2

Четвер

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,11		Суп гороховий	200	129,4	4,4	4,4	15,4
ТК №07,12	МПЛ Г	Запіканка сирна з бананом та сметаною і ягідним кюлі	150\20	289	16,8	10,5	31,6
ТК №11,02		Компот з фруктів або ягід (свіжих або заморожених)	150	33,0	0,4	0,0	7,4
Пром-ве вироб.	Г,МП Л	Хліб житній	30	68	1,2	0,2	15,0
		ВСЬОГО:	550	519,4	22,8	15,1	69,4

П'ятниця

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
-----------------------	---------------------	-------------------------------	-------	----------------------	-------	------	-----------

ТК №2,14	Г	Капусняк з гарбузом	200	151,0	2,7	9,1	13,7
ТК №4,08	Г,Я, МПЛ	Курячий шніцель	70	148	13,1	6,9	11,3
ТК №10,05		Соус «Кетчуп»	25	13	0,3	0,0	3,0
ТК №8,01	МПЛ	Гречана каша з чебрецем	120	133	4,1	3,1	24,1
Пром-ве вироб.	МП,Л	Йогурт	125	86	2,0	6,3	5,3
Пром-ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	570	516	24	27,8	39,4

IV тиждень

Понеділок

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2,13	Г,Я ЛМП	Суп білий з галушками	200	146,0	3,8	4,6	23,1
ТК №6,06	Р,Я,Г	Стіки рибні	70	112	10,8	1,9	15,2
ТК №8,16	МП Л,Г	Овочева паелья з куркумою (морква, цибуля)	120	161	3,5	4,3	26,5
ТК №11,02		Компот з фруктів або ягід (свіжих або заморожених)	150	33,0	0,4	0,0	7,4

Пром-ве вироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	570	573	20,3	13,2	82,2

Вівторок

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК № 2.10		Суп з перловою крупою та томатом	200	93,0	2,0	1,8	16,9
ТК №4.11		Курка запечена в соусі «Імбирному»	60	129,3	13,6	5,8	3,6
ТК №8,28	МПЛ	Банош	120	194	4,8	4,0	33,0
Пром-ве вироб.		Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
ТК №11,04		Кисіль ягідний	200	84	0,3	0,0	19,9
		ВСЬОГО:	670	571,3	22,5	14	83,4

Середа

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №73 ЗРС 90р. ст73		Розсольник Домашній	250	124	2,7	5,5	15,8

ТК №7.13	МП,Я,Л, Г	Львівський сирник з морквою та сметаною	180\15	387	22,77	20,11	28,29
ТК №11,09		Чай з мелісою	150	1	0,0	0,0	0,4
Пром-ве вироб.	Г,МП Л	Хліб житній	30	68	1,2	0,2	15,0
		ВСЬОГО:	625	580	26,67	25,81	59,49

Четвер

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
ТК №2.01	Л,МП С	Борщ з картоплею	200	137,3	2,4	5,2	20,8
ТК №8,26	МП,Л,Г	Каша пшенична	120	143	4,8	2,4	25,2
ТК №1693Б90 р		Яйце варене	1	63	5,1	4,6	0,3
ТК №11,10		Чай з липою	150	0,6	0,0	0,0	0,17
Пром-ве вироб.	Г	Хліб житній	30	68	1,2	0,2	15,0
		ВСЬОГО:	500,04	411,9	13,5	12,4	61,47

П'ятниця

№ Технологічної карти	Наявність алергенів	Найменування страв та виробів	Вихід	Енергетична цінність	Білки	Жири	Вуглеводи
-----------------------------	------------------------	----------------------------------	-------	-------------------------	-------	------	-----------

ТК №2,10		Суп з рисовою крупою та томатом	200	93,4	2,0	1,8	17,2
ТК 07,20	МПЯ,Л	Вареники лінівi з соусом до лінівих вареників	100\25	238,07	14,58	12,28	17,02
Пром-ве вироб.		Сiк	170	84	1,0	0,0	19,1
Пром-ве вироб.		Хлiб цiльнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0
		ВСЬОГО:	525	486,47	19,38	16,48	63,32