

## 5-11 класи (Обіди)

I 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 №2,06		Сочевичний суп	200	245,4	6,1	9,0	32,8	250	306,7	7,6	11,2	41,0	250	306,7	7,6	11,2	41,0
Пром. вир.		Томат свіжий або	100	20	1,1	0,2	8	100	20	1,1	0,2	8	100	20	1,1	0,2	8
Пром. вир.		Томат солений	100	16	0,7	0,1	3	100	16	0,7	0,1	3	100	16	0,7	0,1	3
ТК №66 по Клопо тенку		Фрикадельки м'ясні(свинина)	50	248,8 2	7,15	24, 31	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. вир.		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. вир.	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
		<b>ВСЬОГО: свіжий томат</b>	<b>655</b>	<b>985,2</b>	<b>28,6</b>	<b>46,31</b>	<b>114,93</b>	<b>900</b>	<b>1244,06</b>	<b>35,8</b>	<b>62,38</b>	<b>134,44</b>	<b>900</b>	<b>1244,06</b>	<b>35,8</b>	<b>62,38</b>	<b>134,44</b>
		<b>ВСЬОГО: солений томат</b>	<b>655</b>	<b>981,2</b>	<b>28,2</b>	<b>43,31</b>	<b>109,83</b>	<b>900</b>	<b>1240,06</b>	<b>35,4</b>	<b>62,28</b>	<b>129,44</b>	<b>900</b>	<b>1240,06</b>	<b>35,4</b>	<b>62,28</b>	<b>129,44</b>

### 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 №1,23		Салат з капусти, зеленого	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

		горошку з насінням соняшнику															
ТК №5,07	Г,Я	Січеники	100	177,40	10,02	10,00	11,25	120	212,88	12,02	12,00	13,50	120	212,88	12,02	12,00	13,50
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 №12,01		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. вир.	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.	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
		<b>ВСЬОГО</b>	<b>518</b>	<b>813,69</b>	<b>24,31</b>	<b>36,28</b>	<b>96,27</b>	<b>938,5</b>	<b>968,22</b>	<b>25,46</b>	<b>35,47</b>	<b>113,69</b>	<b>938,5</b>	<b>968,22</b>	<b>25,46</b>	<b>35,47</b>	<b>113,69</b>

## 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 №2,12		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 №1,36		Салат зі буряка з ароматною олією	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23
ТК №4,03	МП Л	Куліш з курячим м'ясом	180\70	375	21,7	16,9	37,0	216\84	450	26,1	20,3	44,5	216\84	450	26,1	20,3	44,5
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
Пром. вир.		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
		<b>ВСЬОГО:</b>	<b>880</b>	<b>788,05</b>	<b>29,55</b>	<b>29,59</b>	<b>103,43</b>	<b>1000</b>	<b>944,25</b>	<b>36,05</b>	<b>35,29</b>	<b>121,53</b>	<b>1000</b>	<b>944,25</b>	<b>36,05</b>	<b>35,29</b>	<b>121,53</b>

## 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 №2,07	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 №6,05	Р,Я	Фрикадельки рибні	100	75,11	14,36	2,02	1,75	120	93,9	17,9	2,5	2,2	120	93,9	17,9	2,5	2,2
ТК №08,04	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 №11,09		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		Виноград	100	72	1,0	0,0	17,0	100	72	1,0	0,0	17,0	100	72	1,0	0,0	17,0

1																	
Пром. вир.	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
		<b>ВСЬОГО :</b>	<b>800</b>	<b>632,01</b>	<b>26,96</b>	<b>13,42</b>	<b>104,75</b>	<b>920</b>	<b>759,6</b>	<b>30,7</b>	<b>15,9</b>	<b>126,1</b>	<b>920</b>	<b>759,6</b>	<b>30,7</b>	<b>15,9</b>	<b>126,1</b>

**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
ЗБ90р		Суп картопляний з макаронними виробами	250	104	2,1	2,4	18,3	300	125	2,4	2,9	22	300	125	2,4	2,9	22
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



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
ТК №1,20		Салат з капусти, моркви та зеленим горошком	100	67,98	1,98	3,6 5	6,21	100	67,98	1,98	3,65	6,21	100	67,98	1,98	3,65	6,21
ТК №10,0 5		Соус «Кетчуп»	25	13	0,3	0,0	3,0	25	13	0,3	0,0	3,0	25	13	0,3	0,0	3,0
ТК №4,06	Г,Л, Я, МП	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 №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. вир.		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. вир.	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
		<b>ВСЬОГО:</b>	<b>912</b>	<b>890,8</b>	<b>40,5</b>	<b>29,</b> <b>35</b>	<b>119,3</b>	<b>900</b>	<b>1026,</b> <b>28</b>	<b>46,8</b>	<b>32,4</b> <b>5</b>	<b>139,8</b>	<b>900</b>	<b>1026,</b> <b>28</b>	<b>46,8</b>	<b>32,45</b>	<b>139,</b> <b>81</b>



## Вівторок

Збірник рецептур № ТК	На явн але рге ни	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
ЗБ90р		Суп картопляний з макаронними виробами	250	104	2,1	2,4	18,3	300	125	2,4	2,9	22	300	125	2,4	2,9	22
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		Груша	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 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

		<b>ВСЬОГО:</b>	<b>815</b>	<b>718,9</b> <b>8</b>	<b>27,0</b> <b>5</b>	<b>25,2</b> <b>5</b>	<b>97,41</b>	<b>925</b>	<b>895,9</b> <b>8</b>	<b>34,3</b> <b>5</b>	<b>32,0</b> <b>5</b>	<b>119,6</b> <b>1</b>	<b>1005</b>	<b>972,9</b> <b>8</b>	<b>38,8</b> <b>5</b>	<b>35,35</b>	<b>128,01</b>
--	--	----------------	------------	--------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------	------------	--------------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------------	-------------	--------------------------	-------------------------	--------------	---------------

**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
Пром. вир.		Томат свіжий або	100	20	1,1	0,2	8	100	20	1,1	0,2	8	100	20	1,1	0,2	8
Пром. вир.		Томат солений	100	16	0,7	0,1	3	100	16	0,7	0,1	3	100	16	0,7	0,1	3
ТК №5.05	С	Болоньезе зі свининою	100	165,81	7,65	8,22	11,48	120	198,97	9,18	9,86	13,78	120	198,97	9,18	9,86	13,78
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

ТК №11,0 2		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 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.		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
		<b>ВСЬОГО: свіжий томат</b>	<b>580</b>	<b>643,8 1</b>	<b>19,6 5</b>	<b>16, 72</b>	<b>105,6 8</b>	<b>920</b>	<b>747,2 7</b>	<b>22,9 8</b>	<b>20,3 6</b>	<b>118, 98</b>	<b>920</b>	<b>747,2 7</b>	<b>22,9 8</b>	<b>20,36</b>	<b>118, 98</b>
		<b>ВСЬОГО: солоний томат</b>	<b>580</b>	<b>639,8 1</b>	<b>19,2 5</b>	<b>16, 62</b>	<b>105,6 8</b>	<b>920</b>	<b>743,2 7</b>	<b>22,5 8</b>	<b>20,2 6</b>	<b>113, 98</b>	<b>920</b>	<b>743,2 7</b>	<b>22,5 8</b>	<b>20,26</b>	<b>113, 98</b>

### Четвер

Збірні к рецепт ур № 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

Пром.в ир.		Огірок свіжий або	100	14	0,8	0,8 7	2,5	100	14	0,8	0,87	2,5	100	14	0,8	0,87	2,5
Пром.в ир.		Огірок солоний	100	11	1,0	0,1	1,7	100	11	1,0	0,1	1,7	100	11	1,0	0,1	1,7
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 №3483 Б87 р		Чай	170	-	-	-	-	170	-	-	-	-	170	-	-	-	-
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.в ир.	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.в ир.		Хліб цільнозерновий з вершковим 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
		<b>ВСЬОГО: свіжий томат</b>	<b>838</b>	<b>551,5 9</b>	<b>29,6 9</b>	<b>16, 84</b>	<b>78,6</b>	<b>959</b>	<b>691,1</b>	<b>32,8</b>	<b>23,4 7</b>	<b>91</b>	<b>959,5</b>	<b>694,1</b>	<b>32,8</b>	<b>23,87</b>	<b>91</b>
		<b>ВСЬОГО: солений томат</b>	<b>838</b>	<b>548,5 9</b>	<b>28,8 9</b>	<b>16, 07</b>	<b>77,8</b>	<b>959</b>	<b>688,1</b>	<b>33</b>	<b>22,7</b>	<b>90,2</b>	<b>959,5</b>	<b>691,1</b>	<b>33</b>	<b>23,1</b>	<b>90,2</b>

## 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 №1,35	Л, МП	Салат із буряка зі сметаною	100	71,63	1,82	3,37	8,63	100	71,63	1,82	3,37	8,63	100	71,63	1,82	3,37	8,63
Пром. вир.	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 №5,02	Л, МП	Печеня по домашньому зі свинини	200	341,9	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 №11.5	МП Л	Какао з молоком	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85
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

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
		<b>ВСЬОГО:</b>	<b>845</b>	<b>837,4</b>	<b>25,7</b>	<b>36,0</b>	<b>94,18</b>	<b>965</b>	<b>955,8</b>	<b>29,8</b>	<b>40,5</b>	<b>111,6</b>	<b>965</b>	<b>955,81</b>	<b>29,8</b>	<b>40,57</b>	<b>111,68</b>

### 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 №2,11		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 №1,28		Салат з капусти з ароматною олією	75	55,32	0,94	3,8 3	4,28	100	73,76	1,25	5,10	5,70	100	73,76	1,25	5,10	5,70
ТК№ 8,25	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 №4,07		Курка по- італійські	150	185,5 2	11,9 1	0,9 2	32,39	200	247,3 6	15,8 8	1,23	43,19	200	247,3 6	15,8 8	1,23	43,1 9

ТК №12.0 1		Виноград	100	72	39	0,3	8,9	100	72	39	0,3	8,9	100	72	39	0,3	8,9
Пром. вир.		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. вир.	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
		<b>ВСЬОГО:</b>	<b>900</b>	<b>762,68</b>	<b>63,26</b>	<b>16,92</b>	<b>117,19</b>	<b>1050</b>	<b>936,92</b>	<b>70,53</b>	<b>20,63</b>	<b>144,09</b>	<b>1050</b>	<b>936,92</b>	<b>70,53</b>	<b>20,63</b>	<b>144,09</b>

### 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 №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 №1.44	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





				<b>цінність ккал</b>					<b>цінність ккал</b>					<b>цінність ккал</b>			
ТК №2,02	Л, МП С	Полтавський борщ зі сметаною	200\5	154,8	2,6	5,3	25,6	250\5	193,5	3,2	6,6	31,9	250\5	193,5	3,2	6,6	31,9
Пром. вир.		Томат свіжий або	100	20	1,1	0,2	8	100	20	1,1	0,2	8	100	20	1,1	0,2	8
Пром. вир.		Томат солений	100	16	0,7	0,1	3	100	16	0,7	0,1	3	100	16	0,7	0,1	3
ТК №8,15	МП ,Л	Кускус розсипчастий	120	156,1	4,7	2,6	26,4	150	195,1	5,8	3,3	33,0	150	195,1	5,8	3,3	33,0
ТК №4,06	Г,Л, Я, МП	Котлета помілански з сиром	85	215,5	15,6	11,08	23,64	100	253,52	18,4	11,08	23,64	100	253,52	18,4	11,08	23,64
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
ТК №11,10		Чай липовий	180	0,74	-	-	0,21	180	0,74	-	-	0,21	180	0,74	-	-	0,21
Пром. вир.	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
		<b>ВСЬОГО: свіжий томат</b>	<b>823</b>	<b>688,14</b>	<b>25,6</b>	<b>20,78</b>	<b>110,65</b>	<b>938,5</b>	<b>852,86</b>	<b>30,9</b>	<b>24,68</b>	<b>133,55</b>	<b>938,5</b>	<b>852,86</b>	<b>30,9</b>	<b>24,68</b>	<b>133,55</b>

		<b>ВСЬОГО:</b> солоний томат	<b>823</b>	<b>684,1</b> <b>4</b>	<b>25,2</b>	<b>22,</b> <b>08</b>	<b>105,6</b> <b>5</b>	<b>938,</b> <b>5</b>	<b>848,8</b> <b>6</b>	<b>30,5</b>	<b>24,5</b> <b>8</b>	<b>128,5</b> <b>5</b>	<b>938,5</b>	<b>848,8</b> <b>6</b>	<b>30,5</b>	<b>24,58</b>	<b>128,</b> <b>55</b>
--	--	---------------------------------	------------	--------------------------	-------------	-------------------------	--------------------------	-------------------------	--------------------------	-------------	-------------------------	--------------------------	--------------	--------------------------	-------------	--------------	--------------------------

**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 №2,11		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	100	124,9 2	2,04	6,4 4	14,76	100	124,9 2	2,04	6,44	14,76	100	124,9 2	2,04	6,4 4	14,76
ТК №8,04	МП Л	Рис розсипчастий з орегано	120	163,6	3,7	2,9	30,2	150	204,5	4,6	3,6	37,7	150	204,5	4,6	3,6	37,7
ТК №6,03	Р	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	100	101,4 4	14,1 0	4,6 2	2,78	120	121,7	16,9	5,5	3,3	120	121,7	16,9	5,5	3,3

ТК №12.01		Виноград	100	72	39	0,3	8,9	100	72	39	0,3	8,9	100	72	39	0,3	8,9
ТК №108 по Клопотенку		Чай каркаде	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18
Пром вир.	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
		<b>ВСЬОГО:</b>	<b>830</b>	<b>731,36</b>	<b>64,44</b>	<b>18,86</b>	<b>105,04</b>	<b>950</b>	<b>869,9</b>	<b>70</b>	<b>21,7</b>	<b>126,86</b>	<b>950</b>	<b>869,9</b>	<b>70</b>	<b>21,7</b>	<b>126,86</b>

**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
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. вир.		Огірок свіжий або	100	14	0,8	0,87	2,5	100	14	0,8	0,87	2,5	100	14	0,8	0,87	2,5
Пром. вир.		Огірок солоний	100	11	1,0	0,1	1,7	100	11	1,0	0,1	1,7	100	11	1,0	0,1	1,7
ЗБР 2014 ст.482		Ліниві голубці з курячим 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
Пром. вир.	М	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 №12,0 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. вир.	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
		<b>ВСЬОГО: свіжий огірок</b>	<b>735</b>	<b>609,9</b>	<b>18,8</b>	<b>27,77</b>	<b>71,3</b>	<b>826</b>	<b>760,6</b>	<b>24,2</b>	<b>35,77</b>	<b>85</b>	<b>826</b>	<b>760,6</b>	<b>24,2</b>	<b>35,77</b>	<b>85</b>
		<b>ВСЬОГО: солоний огірок</b>	<b>735</b>	<b>606,9</b>	<b>19</b>	<b>27</b>	<b>70,5</b>	<b>826</b>	<b>757,6</b>	<b>24,4</b>	<b>35</b>	<b>84,2</b>	<b>826</b>	<b>757,6</b>	<b>24,4</b>	<b>35</b>	<b>84,2</b>

## IV тиждень

### Понеділок

Збірник рецептур № ТК	На явн але рге ни	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
Пром. вир.		Томат свіжий або	100	20	1,1	0,2	8	100	20	1,1	0,2	8	100	20	1,1	0,2	8
Пром. вир.		Томат солений	100	16	0,7	0,1	3	100	16	0,7	0,1	3	100	16	0,7	0,1	3
ТК №5,01	Г	Плов з булгура та свининою	200	301,1	10,3	18, 3	25,5	250	376,4	12,9	22,8	31,8	250	376,4	12,9	22,8	31,8
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		Виноград	100	72	39	0,3	8,9	100	72	39	0,3	8,9	100	72	39	0,3	8,9

Пром вир.	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
		<b>ВСЬОГО: свіжий томат</b>	<b>830</b>	<b>723,1</b>	<b>55,2</b>	<b>31, 2</b>	<b>91</b>	<b>950</b>	<b>883,1</b>	<b>59,6</b>	<b>39,6</b>	<b>107, 4</b>	<b>950</b>	<b>883,1</b>	<b>59,6</b>	<b>39,6</b>	<b>107, 4</b>
		<b>ВСЬОГО: солоний томат</b>	<b>830</b>	<b>719,1</b>	<b>54,8</b>	<b>31, 1</b>	<b>86</b>	<b>950</b>	<b>879,1</b>	<b>59,2</b>	<b>39,5</b>	<b>102, 4</b>	<b>950</b>	<b>879,1</b>	<b>59,2</b>	<b>39,5</b>	<b>102, 4</b>

### Вівторок

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 №2,02	Л, МП С	Полтавський борщ зі сметаною	200\5	154,8	2,6	5,3	25,6	250\ 5	193,5	3,2	6,6	31,9	250\ 5	193,5	3,2	6,6	31,9
ТК №1.44	ГЦ	Вінегрет	75	65,00	1,38	2,6 2	9,06	100	86,67	1,84	3,49	12,0 8	100	86,67	1,84	3,49	12,0 8
ТК №4,06	Г,Л, Я, МП	Котлета по- мілански з сиром	85	215,5	15,6	11, 08	23,64	100	253,5 2	18,4	11,0 8	23,6 4	100	253,5 2	18,4	11,0 8	23,6 4
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

ТК №10,05		Соус «Кетчуп»	25	13	0,3	0,0	3,0	25	13	0,3	0,0	3,0	25	13	0,3	0,0	3,0
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
ТК №108 по Клопотенку		Чай каркаде	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18
Пром. вир.	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
		<b>ВСЬОГО:</b>	<b>850</b>	<b>806,3</b>	<b>26,68</b>	<b>23,5</b>	<b>136,2</b>	<b>960</b>	<b>949,69</b>	<b>31,3</b>	<b>33,14</b>	<b>155,52</b>	<b>960</b>	<b>949,69</b>	<b>31,3</b>	<b>33,14</b>	<b>155,52</b>

**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 №73		Розсольник Домашній	250	124	2,7	5,5	15,8	300	149	3,3	6,5	19	300	149	3,3	6,5	19

ЗРС 90р. ст73																	
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	90	91	12,7	4,2	2,5	120	122	16,9	5,5	3,3	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 №348 ЗБ87 р		Чай чорний	170	-	-	-	-	170	-	-	-	-	170	-	-	-	-
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
		<b>ВСЬОГО:</b>	<b>813</b>	<b>637,9</b>	<b>28,8</b>	<b>22, 97</b>	<b>80,5</b>	<b>969</b>	<b>795,4</b>	<b>34,9</b>	<b>29,4</b>	<b>103</b>	<b>970</b>	<b>809,4</b>	<b>34,9</b>	<b>31</b>	<b>104</b>



## 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 №2,06		Сочевичний суп	200	245,4	6,1	9,0	32,8	250	306,7	7,6	11,2	41,0	250	306,7	7,6	11,2	41,0
ТК №1,28		Салат з капусти з ароматною олією	100	73,76	1,25	5,10	5,70	100	73,76	1,25	5,10	5,70	100	73,76	1,25	5,10	5,70
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 №165 ЗР90р		Макарони відварні (без сиру)	155	249	10,9	10	29,3	175	276	11,8	10,2	33,8	175	276	11,8	10,2	33,8
ТК №12,01		Груша	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. вир.		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. вир.	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
		<b>ВСЬОГО:</b>	<b>860</b>	<b>903,45</b>	<b>36,75</b>	<b>31,28</b>	<b>114,5</b>	<b>980</b>	<b>345,85</b>	<b>32,3</b>	<b>35,9</b>	<b>129,8</b>	<b>980</b>	<b>345,85</b>	<b>32,3</b>	<b>35,9</b>	<b>129,8</b>

**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. вир.	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 №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 №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		Компот з	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

№11,0 2		фруктів або ягід (свіжих або заморожених)															
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. вир.	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
		<b>ВСЬОГО:</b>	<b>795</b>	<b>741,2</b> <b>8</b>	<b>25,0</b> <b>5</b>	<b>4,6</b>	<b>80,61</b>	<b>895</b>	<b>842,6</b> <b>8</b>	<b>28,5</b> <b>5</b>	<b>39,8</b> <b>5</b>	<b>91,4</b> <b>1</b>	<b>895</b>	<b>842,6</b> <b>8</b>	<b>28,5</b> <b>5</b>	<b>39,85</b>	<b>91,4</b> <b>1</b>