

5-11 класи (Обіди)

I 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 №2,06		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 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 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. 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
		ВСЬОГО: солений томат	655	981,2	28,25	43,31	109,83	900	1240,06	35,4	62,28	129,44	900	1240,06	35,4	62,28	129,44

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
Пром. вир.		Кабачкова ікра	100	97	1	7	7	100	97	1	7	7	100	97	1	7	7
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		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

№11,09																	
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.	МПЛ	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,МПЛ	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	818	816,32	23,36	36,72	98,06	938,5	970,85	26,46	99,89	120,06	938,5	970,85	26,46	99,89	120,06

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		Салат зі буряка з	100	69,25	1,55	3,1	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23

№1,36		ароматною олією				9											
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
		ВСЬОГО:	880	788,05	29,55	29,59	103,43	1000	944,25	36,05	35,29	121,53	1000	944,25	36,05	35,29	121,53

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	100	125	2,0	6,4	14,8	75	94	1,5	4,8	11,1	75	94	1,5	4,8	11,1

				ккал					ккал					ккал			
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 або	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
Пром. вир.		Капуста квашена	100	25,9	1,1	0,3	3,7	100	25,9	1,1	0,3	3,7	100	25,9	1,1	0,3	3,7
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. 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: (з свіжої	835	709,2 2	15,4 4	27, 33	98,38	980	873,6 6	19,5 5	35,4	54,5	980	873,6 6	19,5 5	35,4	54,5

		капусти)															
		ВСЬОГО: (з квашеної)	835	679,8	15,6	23, 8	97,8	980	825,8	19,4	33,4	53,1	980	825,8	19,4	33,4	53,1

II 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
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 або	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
Пром. вир.		Капуста квашена	100	25,9	1,1	0,3	3,7	100	25,9	1,1	0,3	3,7	100	25,9	1,1	0,3	3,7

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 №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 №165ЗР90р		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 №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.		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
		ВСЬОГО: (з свіжої капусти)	935	985,88	42,08	29,55	141,11	1000	1121,28	48,38	32,65	161,61	1000	1121,28	48,38	32,65	161,61
		ВСЬОГО: (з квашеної капусти)	935	943,8	41,2	28,25	138,6	1000	1121,28	47,5	29,3	159,1	1000	1121,28	47,5	29,3	159,1

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
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		Апельсин	100	47	0,94	0,12	11,75	100	47	0,94	0,12	11,75	100	47	0,94	0,12	11,75
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
		ВСЬОГО:	810	674	24,0	21,5	99,05	955	872	33,3	30,0	120,5	1005	949	37,5	33,32	128,95

Середа

Збірник рецептур	На явні алегри	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 №2,10		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 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 №11,02		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 №12.01		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. 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
		ВСЬОГО: солоний томат	580	639,81	19,25	16,62	105,68	920	743,27	22,58	20,26	113,98	920	743,27	22,58	20,26	113,98

Четвер

Збірник 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. 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
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. 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.		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
		ВСЬОГО:	838	548,59	28,89	16,07	77,8	959	688,1	33	22,7	90,2	959,5	691,1	33	23,1	90,2

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 або перловою 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

				ккал					ккал					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 №1,28		Салат з капусти з ароматною олією або	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
Пром. вир.		Капуста квашена	100	25,9	1,1	0,3	3,7	100	25,9	1,1	0,3	3,7	100	25,9	1,1	0,3	3,7
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	185,52	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 №12,01		Апельсин	100	47	0,94	0,12	11,75	100	47	0,94	0,12	11,75	100	47	0,94	0,12	11,75
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
		ВСЬОГО: (салат з капустою)	755	719,24	15,47	11,64	118,62	1050	911,92	32,47	20,75	146,94	1050	911,92	32,47	20,75	146,94
		ВСЬОГО: (з квашеною капустою)	780	689,82	15,63	11,94	118,04	1050	864,06	32,32	15,95	144,94	1050	864,06	32,32	15,95	144,94

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
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. 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

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:	805	802,12	18,65	37,21	98,49	945	1042,23	25,24	53,17	115,92	945	1042,23	25,24	53,17	115,92

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 №2,02	Л, МПС	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 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
		ВСЬОГО: солоний томат	823	684,14	25,2	22,08	105,65	938,55	848,86	30,5	24,58	128,55	938,55	848,86	30,5	24,58	128,55

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	100	124,92	2,04	6,44	14,76	100	124,92	2,04	6,44	14,76	100	124,92	2,04	6,44	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	101,44	14,10	4,62	2,78	120	121,7	16,9	5,5	3,3	120	121,7	16,9	5,5	3,3
ТК №12,01		Мандарин	100	56,7	0,72	0,3	12	100	56,7	0,72	0,3	12	100	56,7	0,72	0,3	12
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
		ВСЬОГО:	830	716,06	26,16	18,86	108,14	950	854,62	31,76	21,74	129,96	950	854,62	31,76	21,74	129,96

П'ятниця

Збірник рецеп	На явн але	Найменування страв та виробів	Діти 6-11р.	Діти 11-14р.	Діти 14-18р.
---------------	------------	-------------------------------	-------------	--------------	--------------

тип № ТК	рґе ни																
			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
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 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 кур'ячим 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
		ВСЬОГО: солоний огірок	735	606,9	19	27	70,5	826	757,6	24,4	35	84,2	826	757,6	24,4	35	84,2

IV 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
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 №11,03		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 №12,01		Апельсин	100	47	0,94	0,12	11,75	100	47	0,94	0,12	11,75	100	47	0,94	0,12	11,75
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

		ВСЬОГО: солоний томат	830	719,1	54,8	31,1	86	950	879,1	59,2	39,5	102,4	950	879,1	59,2	39,5	102,4
--	--	--	------------	--------------	-------------	-------------	-----------	------------	--------------	-------------	-------------	--------------	------------	--------------	-------------	-------------	--------------

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 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	2,62	9,06	100	86,67	1,84	3,49	12,08	100	86,67	1,84	3,49	12,08
ТК №509	Л, МП Г	Гуляш з яловичини	100	130,72	9,34	8,16	5,24	100	130,72	9,34	8,16	5,24	100	130,72	9,34	8,16	5,24
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 №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		Чай каркаде	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18	180	72	-	-	18

по Клопо тенку																	
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
		ВСЬОГО:	840	708,5	20,1	20,	114,8	935	813,8	21,9	22,9	134,	935	813,8	21,98	22,9	134,
				2	2	58			9	8	5	12		9		5	12

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

				ість ккал					ість ккал					ість ккал			
ТК №2,06		Сочевичний суп	200	245,4	6,1	9,0	32,8	250	306,7	48,7 ,6	11,2	41,0	250	306,7	7,6	11,2	41,0
ТК №1,28		Салат з капусти з ароматною олією або	100	73,76	1,25	5,1 0	5,70	100	73,76	1,25	5,10	5,70	100	73,76	1,25	5,10	5,70
Пром. вир.		Кабачкова ікра	100	97	1	7	7	100	97	1	7	7	100	97	1	7	7
ТК №4,17	Г	Чахохбілі з куркою	100	126,2 9	15,2 0	4,4 8	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 №12,0 1		Апельсин	100	47	0,94	0,1 2	11,75	100	47	0,94	0,12	11,7 5	100	47	0,94	0,12	11,7 5
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
		ВСЬОГО: (з капустою)	885	911,4 5	26,4 9	31, 1	124,3 5	1125	1109, 86	48,5 9	37,3 2	139, 35	1125	1109, 86	48,5 9	37,32	139, 35
		ВСЬОГО: (з кабачковою ікрою)	885	934,6 9	26,2 4	33	125,6 5	1125	1133, 1	48,3 4	39,2 2	140, 65	1125	1133, 1	48,3 4	39,22	140, 65

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 №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		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. 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
		ВСЬОГО:	795	741,2 8	25,0 5	4,6	80,61	895	842,6 8	28,5 5	39,8 5	91,4 1	895	842,6 8	28,5 5	39,85	91,4 1