ПОГОДЖЕНО

 Заступник начальника управління- ЗАТВЕРДЖЕНО

завідувач відділу державного Директор Кучаківським

нагляду за дотриманням санітарного закладом дошкільної

законодавства Бориспільського освіти «Журавлик»

 районного управління

Держпродспоживслужби \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в Київській області Катерина ДЖЕНЖЕБІР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Лариса УЛЬКО

**ПЕРСПЕКТИВНЕ МЕНЮ**

на осінній період

2024 року

***1 ТИЖДЕНЬ***

***ПОНЕДІЛОК***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Макарони відварені з сиром твердим | 160/10 | 215/10 | 172,940 | 268,250 |
| Салат з капусти та яблука | 50 | 75 | 38,363 | 52,996 |
| Сік | 150 | 180 | 63,000 | 75,600 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **357,607** | **507,918** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп вівсяний | 180 | 200 | 75,317 | 112,442 |
| Каша гречана з маслом вершковим | 85 | 175 | 86,183 | 162,451 |
| Рулет м’ясний фарширований яйцем | 55 | 75 | 195,319 | 256,021 |
| Буряк припущений зі сметаною | 40 | 50 | 29,946 | 39,00 |
| Компот із суміші сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| **Всього:** |  |  | **499,59** | **697,899** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Картопляне пюре з молоком | 84 | 113 | 78,580 | 104,825 |
| Риба смажена | 55 | 80 | 125,780 | 190,350 |
| Салат з моркви  | 50 | 50 | 63,260 | 63,260 |
| Кисіль фруктовий | 150 | 180 | 65,338 | 65,464 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **485,562** | **604,271** |
| **Всього за день:** |  |  | **1342,759** | **1810,088** |

***1 ТИЖДЕНЬ***

***ВІВТОРОК***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років**  | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Львівський сирник зі сметаною | 90 | 115 | 179,603 | 216,701 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| Ряжанка | 180 | 200 | 113,000 | 126,000 |
| Ікра овочева | 50 | 65 | 44,156 | 56,067 |
| **Всього:** |  |  | **420,063** | **509,84** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Борщ український зі сметаною | 140 | 155 | 69,749 | 92,219 |
| Гуляш курячий тушкований з овочами | 65 | 90 | 208,293 | 282,407 |
| Каша перлова | 80 | 100 | 70,244 | 118,821 |
| Асорті овочеве | 45 | 70 | 39,514 | 55,220 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот фруктовий | 150 | 165 | 67,938 | 80,610 |
| **Всього:** |  |  | **525,038** | **698,577** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Каша рисова молочна | 180 | 200 | 143,918 | 172,804 |
| Салат морквяний зі сметаною | 59 | 78 | 63,260 | 86,212 |
| Какао з молоком | 180 | 200 | 112,000 | 123,000 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **471,782** | **562,388** |
| **Всього за день:** |  |  | **1416,883** | **1770,805** |

***1 ТИЖДЕНЬ***

***СЕРЕДА***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Каша вівсяна молочна | 170 | 190 | 156,575 | 185,279 |
| Хліб пшеничний з сиром твердим | 30/10 | 30/15 | 104,220 | 121,680 |
| Яйце варене | 40 | 40 | 65,563 | 65,563 |
| Ікра бурякова | 50 | 65 | 44,156 | 56,067 |
| Чай з лимоном | 180/5 | 180/5 | 70,200 | 70,200 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  |  **524,018** | **609,861** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Капусняк зі сметаною | 180 | 200 | 92,955 | 140,865 |
| Каша пшенична з маслом вершковим | 114 | 182 | 105,060 | 160,820 |
| М’ясо курки в сметані | 50 | 80 | 190,311 | 286,711 |
| Салат з зеленого горошку та цибулі | 60 | 85 | 67,980 | 90,678 |
| Пампушки | 20 | 30 | 98,392 | 131,792 |
| Компот із суміші сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| **Всього:** |  |  | **598,223** | **869,551** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Печеня по – домашньому з курячим філе | 80 | 135 | 160,638 | 241,628 |
| Салат з варених овочів | 33 | 43 | 32,166 | 41,647 |
| Молоко кип’ячене | 170 | 190 | 93,600 | 104,000 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **439,008** | **567,647** |
| **Всього за день:** |  |  | **1561,249** | **2047,059** |

***1 ТИЖДЕНЬ***

***ЧЕТВЕР***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Риба варена з овочами | 80 | 80 | 107,297 | 107,297 |
| Булгур розсипчастий | 100 | 120 | 164,382 | 191,864 |
| Салат з моркви зі сметаною | 60 | 80 | 63,260 | 86,212 |
| Кисіль фруктовий | 150 | 180 | 65,338 | 65,464 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **483,581** | **561,909** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп харчо зі сметаною | 180 | 200 | 110,286 | 184,390 |
| Макарони відварені з вершковим маслом | 120 | 160 | 107,710 | 144,715 |
| Пличка куряча (по Клопотенку) | 45 | 65 | 149,169 | 212,025 |
| Салат з капусти та зеленим горошком (по Клопотенку) | 45 | 60 | 41,937 | 55,419 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот фруктовий | 150 | 165 | 67,938 | 80,610 |
| **Всього:** |  |  | **546,34** | **746,459** |
| **Вечеря** |  |  |  |  |
| Каша пшоняна молочна | 170 | 190 | 192,922 | 236,198 |
| Чай з лимоном | 180/5 | 180/5 | 70,200 | 70,200 |
| Хліб пшеничний з сиром твердим | 30/10 | 30/15 | 104,220 | 121,680 |
| Салат з вареного буряка | 55 | 75 | 63,68 | 82,120 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **514,326** | **621,27** |
| **Всього за день:** |  |  | **1544,247** | **1929,638** |

***1 ТИЖДЕНЬ***

***П`ЯТНИЦЯ***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років**  | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Ліниві вареники зі сметаною | 80 | 150 | 231,262 | 305,438 |
| Салат з моркви та яблук | 30 | 45 | 23,544 | 39,024 |
| Какао з молоком | 180 | 200 | 112,000 | 123,000 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **451,11** | **581,534** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Розсольник зі сметаною | 180 | 200 | 65,740 | 107,039 |
| Січеники з м’яса свинини | 75 | 100 | 246,082 | 353,141 |
| Пюре горохове | 134 | 165 | 138,192 | 169,435 |
| Салат з капусти  | 50 | 60 | 48,018 | 62,998 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот із суміші сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| **Всього:** |  |  | **610,857** | **820,598** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Рис «Паелья» з курячим філе (по Клопотенку) | 105 | 140 | 234,083 | 301,151 |
| Буряк припущений зі сметаною | 40 | 50 | 29,946 | 39,000 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Сік | 150 | 180 | 63,000 | 75,600 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **479,633** | **596,123** |
| **Всього за день:** |  |  | **1541,60** | **1998,255** |

***2 ТИЖДЕНЬ***

***ПОНЕДІЛОК***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Каша гречана з маслом вершковим | 85 | 175 | 86,183 | 162,451 |
| Салат з яєць, сиру твердого та сметаною | 40 | 60 | 61,848 | 86,498 |
| Кисіль яблучний | 150 | 180 | 65,338 | 65,464 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **365,973** | **494,785** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп перловий  | 180 | 200 | 63,525 | 100,805 |
| Шніцель м’ясний | 35 | 45 | 209,810 | 284,200 |
| Макарони з маслом вершковим | 120 | 160 | 107,710 | 144,715 |
| Салат вітамінний | 45 | 55 | 33,961 | 37,135 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот із сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| **Всього:** |  |  | **527,831** | **694,84** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Рагу овочеве зі сметаною | 110 | 130 | 96,410 | 127,86 |
| Риба смажена | 55 | 80 | 125,780 | 190,350 |
| Сік | 150 | 180 | 63,000 | 75,600 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  |  **368,494** | **504,882** |
| **Всього за день:** |  |  | **1262,298** | **1794,507** |

***2 ТИЖДЕНЬ***

***ВІВТОРОК***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 ло 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Вермішель молочна | 180 | 200 | 178,980 | 226,385 |
| Хліб пшеничний  | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Чай з лимоном | 180/5 | 180/5 | 70,200 | 70,200 |
| Ікра бурякова | 50 | 65 | 44,156 | 56,067 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **445,94** | **533,024** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп український з галушками та сметаною | 145/15 | 195/20 | 95,725 | 117,863 |
| Каша пшенична з маслом вершковим | 114 | 182 | 105,060 | 160,820 |
| Битки січені з курячого філе | 40 | 60 | 171,283 | 266,254 |
| Салат з капусти пекінської | 45 | 55 | 34,804 | 45,378 |
| Компот фруктовий | 150 | 165 | 67,938 | 80,610 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| **Всього:** |  |  | **544,11** | **740,225** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Запіканка сирна з рисовою крупою та сметаною | 90/10 | 110/15 | 220,184 | 266,534 |
| Кефір/ ряжанка | 180 | 200 | 100,800 | 112,000 |
| Салат морквяний з родзинками | 50 | 75 | 43,190 | 63,918 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **447,478** | **553,524** |
| **Всього за день:** |  |  | **1437,528** | **1826,773** |

***2 ТИЖДЕНЬ***

***СЕРЕДА***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Булгур розсипчастий | 100 | 120 | 164,382 | 191,864 |
| Омлет з твердим сиром | 55 | 95 | 90,156 | 147,392 |
| Салат з буряком та сухариками | 55 | 80 | 64,315 | 96,923 |
| Молоко кип’ячене  | 170 | 190 | 93,600 | 104,000 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **495,757** | **651,251** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп овочевий зі сметаною | 180 | 200 | 77,869 | 132,676 |
| Плов з м’ясом свинини | 80 | 100 | 285,422 | 328,478 |
| Асорті овочеве | 45 | 70 | 39,514 | 55,220 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот із суміші сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| **Всього:** |  |  | **515,63** | **644,359** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Каша пшоняна молочна | 170 | 190 | 152,922 | 184,198 |
| Чай з лимоном | 180/5 | 180/5 | 70,200 | 70,200 |
| Хліб пшеничний з твердим сиром | 30/10 | 30/15 | 104,220 | 121,680 |
| Ікра овочева | 45 | 60 | 34,265 | 43,930 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  |  **444,911** | **531,08** |
| **Всього за день:** |  |  | **1456,298** | **1826,69** |

***2 ТИЖДЕНЬ***

***ЧЕТВЕР***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Каша манна молочна | 170 | 190 | 165,154 | 195,095 |
| Ікра морквяна | 30 | 40 | 35,480 | 43,800 |
| Какао з молоком | 135 | 165 | 97,000 | 122,600 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| Хліб пшеничний з твердим сиром | 30/10 | 30/15 | 104,220 | 121,680 |
| **Всього:** |  |  | **485,158** | **594,247** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп рисовий зі сметаною | 180 | 200 | 98,789 | 144,723 |
| Макарони відварені з маслом  | 120 | 160 | 107,710 | 144,715 |
| Нагетси курячі | 55 | 75 | 182,504 | 244,736 |
| Салат з капусти та зеленого горошку | 45 | 60 | 41,937 | 55,419 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот фруктовий | 150 | 165 | 67,938 | 80,610 |
| **Всього** |  |  | **568,178** | **739,503** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Картопляне пюре  | 84 | 113 | 78,580 | 104,825 |
| Риба запечена в сметанному соусі | 50 | 80 | 65,053 | 99,171 |
| Салат з капусти (від 1 до 4 років) | 50 |  | 48,018 |  |
| Салат з квашеного огірка та цибулі ( від 4 до 6 років) |  | 50 |  | 35,790 |
| Сік  | 150 | 180 | 63,000 | 75,600 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **337,955** | **426,458** |
| **Всього за день:** |  |  | **1391,291** | **1760,208** |

***2 ТИЖДЕНЬ***

***П`ЯТНИЦЯ***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Макарони з маслом вершковим | 120 | 160 | 107,710 | 144,715 |
| Бефстроганов тушкований з овочами та сметаною | 50 | 75 | 114,309 | 173,049 |
| Салат з вареного буряка | 70 | 95 | 65,528 | 84,598 |
| Кисіль яблучний | 150 | 180 | 65,338 | 65,464 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **505,489** | **648,198** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп гречаний зі сметаною | 180 | 200 | 115,414 | 192,056 |
| Ліниві голубці з курячого філе зі сметаною | 150 | 210 | 198,536 | 258,780 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот із суміші сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| **Всього:** |  |  | **426,775** | **578,821** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Суфле сирне зі сметаною | 110/10 | 135/10 | 258,921 | 314,122 |
| Салат морквяний з яблуком | 30 | 45 | 52,544 | 86,024 |
| Молоко кип’ячене | 170 | 190 | 93,600 | 104,000 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **487,769** | **599,818** |
| **Всього за день:** |  |  | **1420,033** | **1826,837** |

***3 ТИЖДЕНЬ***

***ПОНЕДІЛОК***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6(7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Картопляне пюре  | 84 | 113 | 78,580 | 104,825 |
| Риба смажена | 55 | 80 | 125,780 | 190,350 |
| Салат з морквою та твердим сиром ( по Клопотенку) | 55 | 55 | 71,730 | 71,730 |
| Кисіль фруктовий | 150 | 180 | 65,338 | 65,464 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **494,032** | **612,741** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп вівсяний | 180 | 200 | 57,317 | 90,442 |
| Оладки курячі | 50 | 80 | 181,290 | 281,406 |
| Каша ячна з маслом вершковим | 95 | 135 | 80,58 | 112,753 |
| Салат з капусти | 50 | 60 | 48,018 | 62,998 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот із суміші сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| **Всього:** |  |  | **480,03** | **675,584** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Каша гречана з маслом вершковим | 85 | 175 | 86,183 | 162,451 |
| Чахохбілі з куркою (по Клопотенку) | 65 | 85 | 137,856 | 183,073 |
| Салат з зеленого горошку та цибулі | 60 | 85 | 67,980 | 90,678 |
| Какао з молоком | 135 | 165 | 97,000 | 112,600 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **472,323** | **659,874** |
| **Всього за день:** |  |  | **1446,385** | **1948,199** |

***3 ТИЖДЕНЬ***

***ВІВТОРОК***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6(7) років** | **Від 1 до 4 років**  | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Каша манна молочна  | 170 | 190 | 165,154 | 195,095 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Ікра бурякова | 50 | 65 | 44,156 | 56,067 |
| Чай з лимоном | 180 | 180 | 70,200 | 70,200 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **432,114** | **501,734** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп рисовий зі сметаною | 180 | 200 | 68,789 | 104,723 |
| Пюре горохове | 134 | 165 | 138,192 | 169,435 |
| Котлета м’ясна | 60 | 80 | 207,776 | 272,756 |
| Салат вітамінний | 45 | 55 | 33,961 | 37,135 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот фруктовий | 150 | 165 | 67,938 | 80,610 |
| **Всього:** |  |  | **585,956** | **733,959** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Сирники зі сметаною | 115/10 | 145/15 | 309,314 | 383,830 |
| Салат морквяний з яблуком | 30 | 45 | 23,544 | 39,024 |
| Кефір  | 180 | 200 | 100,800 | 112,000 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **516,962** | **645,926** |
| **Всього за день:** |  |  | **1535,032** | **1881,619** |

***3 ТИЖДЕНЬ***

***СЕРЕДА***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Омлет | 50 | 85 | 80,706 | 135,342 |
| Салат з гречки та овочів (по Клопотенку) | 50 | 50 | 64,907 | 64,907 |
| Хліб пшеничний з сиром твердим | 30/10 | 30/15 | 104,220 | 121,680 |
| Молоко кип’ячене | 170 | 190 | 93,600 | 104,000 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього** |  |  | **426,737** | **537,001** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп овочевий зі сметаною | 180 | 200 | 77,869 | 132,676 |
| Плов з курячим філе | 80 | 100 | 262,277 | 334,572 |
| Буряк тушкований з цибулею | 45 | 75 | 38,317 | 64,226 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот із суміші сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| **Всього:** |  |  | **491,288** | **659,459** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Каша пшенична | 114 | 182 | 105,060 | 160,820 |
| Котлета рибна | 55 | 95 | 98,547 | 213,060 |
| Салат з моркви зі сметаною | 60 | 80 | 63,260 | 86,212 |
| Сік | 150 | 180 | 63,000 | 75,600 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **413,171** | **646,764** |
| **Всього за день:** |  |  | **1331,196** | **1843,224** |

 ***3 ТИЖДЕНЬ***

***ЧЕТВЕР***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Булгур розсипчастий | 100 | 120 | 164,382 | 191,864 |
| Філе варене порційне  | 40 | 55 | 114,615 | 156,024 |
| Ікра овочева |  |  |  |  |
| Какао з молоком | 135 | 165 | 97,000 | 122,600 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| **Всього:** |  |  | **552,901** | **687,36** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Капусняк зі сметаною | 180 | 200 | 92,955 | 140,865 |
| Пампушки  | 20 | 30 | 98,392 | 131,792 |
| Печеня по-домашньому зі свининою | 80 | 135 | 199,785 | 293,841 |
| Салат з моркви (від 1 до 4 років) | 50 |  | 63,26 | 0 |
| Огірок квашений (від 4 до 6 років) |  | 30 | 0 | 3,952 |
| Компот фруктовий | 150 | 165 | 67,938 | 80,610 |
| **Всього:** |  |  | **522,33** | **651,06** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Каша молочна гречана | 180 | 200 | 144,745 | 172,804 |
| Чай з лимоном | 180/5 | 180/5 | 70,200 | 70,200 |
| Хліб пшеничний з сиром твердим | 30/10 | 30/15 | 104,220 | 121,680 |
| Салат з вареного буряка | 70 | 95 | 65,528 | 84,598 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **467,997** | **560,354** |
| **Всього за день:** |  |  | **1543,228** | **1898,774** |

***3 ТИЖДЕНЬ***

***П`ЯТНИЦЯ***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років**  | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Вареники ліниві зі сметаною | 80 | 150 | 231,262 | 305,438 |
| Молоко кип’ячене | 180 | 200 | 113,400 | 126,000 |
| Салат морквяний з родзинками  | 50 | 75 | 43,190 | 63,918 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **471,156** | **606,428** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Розсольник зі сметаною | 180 | 200 | 65,740 | 107,039 |
| Битки січені з курячим філе | 40 | 60 | 171,283 | 266,254 |
| Асорті овочеве | 45 | 70 | 39,514 | 55,220 |
| Каша перлова з маслом вершковим | 80 | 100 | 70,244 | 87,821 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот із суміші сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| **Всього:** |  |  | **459,606** | **644,319** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Бігос з м’ясом курячим | 130 | 180 | 162,468 | 250,974 |
| Каша ячна з маслом вершковим | 95 | 135 | 80,580 | 112,753 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Сік фруктовий | 150 | 180 | 63,000 | 75,600 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **458,652** | **619,699** |
| **Всього за день:** |  |  | **1389,414** | **1870,446** |

***4 ТИЖДЕНЬ***

***ПОНЕДІЛОК***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Оладки зі сметаною | 100/10 | 100/15 | 303,967 | 311,907 |
| Салат з морквою та сиром твердим (по Клопотенку) | 55 | 55 | 71,730 | 71,730 |
| Кисіль фруктовий | 150 | 180 | 65,338 | 65,464 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  |  **524,399** | **573,853** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп гороховий | 180 | 200 | 100,045 | 136,783 |
| Тюфтельки з курячим філе та сметаною | 40/40 | 45/40 | 167,492 | 196,096 |
| Макарони відварені з маслом вершковим | 120 | 160 | 107,710 | 144,715 |
| Салат вітамінний | 45 | 55 | 33,961 | 37,135 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот із суміші сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| **Всього:** |  |  | **522,033** | **642,714** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Рагу із курятини тушковане з овочами | 110 | 144 | 186,705 | 247,542 |
| Салат з зеленого горошку з цибулею | 60 | 85 | 67,980 | 90,678 |
| Какао з молоком | 135 | 165 | 97,000 | 122,600 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **504,289** | **641,192** |
| **Всього за день:** |  |  | **1550,721** | **1857,759** |

***4 ТИЖДЕНЬ***

***ВІВТОРОК***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Каша вівсяна молочна | 170 | 190 | 156,575 | 185,279 |
| Салат з буряком та сухариками | 55 | 80 | 64,315 | 96,923 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Чай з лимоном | 180/5 | 180/5 | 70,200 | 70,200 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього**  |  |  | **443,694** | **532,774** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп польовий зі сметаною | 150 | 170 | 74,426 | 112,909 |
| Зрази картопляні з м’ясом свинини | 70 | 100 | 218,995 | 299,593 |
| Капуста тушкована | 60 | 70 | 48,67 | 58,045 |
| Компот фруктовий | 150 | 165 | 67,938 | 80,610 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| **Всього:** |  |  | **479,329** | **620,457** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Пудинг із кисломолочного сиру зі сметаною | 115/10 | 140/15 | 244,829 | 310,275 |
| Салат морквяний з родзинками | 50 | 75 | 43,190 | 63,918 |
| Кефір/ряжанка | 180 | 180 | 113,400 | 126,00 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **484,723** | **611,265** |
| **Всього за день:** |  |  | **1407,746** | **1764,496** |

***4 ТИЖДЕНЬ***

***СЕРЕДА***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Каша молочна з макаронними виробами | 180 | 200 | 178,980 | 226,385 |
| Хліб пшеничний з твердим сиром | 30/10 | 30/15 | 104,220 | 121,680 |
| Ікра овочева | 45 | 60 | 34,265 | 43,930 |
| Чай з лимоном | 180/5 | 180/5 | 70,200 | 70,200 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **470,969** | **573,267** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Борщ буряковий зі сметаною | 180 | 200 | 57,070 | 93,919 |
| Оладки курячі | 50 | 80 | 181,290 | 281,406 |
| Каша гречана з маслом вершковим | 85 | 175 | 86,183 | 162,451 |
| Салат з варених овочів | 33 | 43 | 32,166 | 41,647 |
| Компот із суміші сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| **Всього:** |  |  | **469,534** | **707,408** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Рибні нагетси | 70 | 100 | 144,866 | 214,796 |
| Картопляне пюре з молоком | 84 | 113 | 78,580 | 104,825 |
| Кисіль фруктовий | 150 | 180 | 65,338 | 65,464 |
| Салат з капусти | 50 | 60 | 40,821 | 62,998 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **412,909** | **559,155** |
| **Всього за день:** |  |  | **1353,412** | **1839,83** |

***4 ТИЖДЕНЬ***

***ЧЕТВЕР***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Макарони відварені з маслом вершковим | 120 | 160 | 107,710 | 144,715 |
| Філе куряче варене порційне  | 40 | 55 | 144,615 | 196,024 |
| Буряк варений | 70 | 95 | 65,528 | 84,598 |
| Молоко кип’ячене | 170 | 190 | 93,600 | 104,000 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **494,757** | **640,409** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп український з галушками | 145/15 | 195/20 | 95,725 | 117,863 |
| Ліниві голубці з курячим філе та сметаною | 150 | 210 | 198,536 | 278,780 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот фруктовий | 150 | 165 | 67,938 | 80,610 |
| **Всього:** |  |  | **502,019** | **617,073** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Каша гречана молочна | 180 | 200 | 144,745 | 158,450 |
| Хліб пшеничний з твердим сиром | 30/10 | 30/15 | 104,220 | 121,680 |
| Ікра морквяна | 45 | 60 | 34,265 | 43,930 |
| Чай з лимоном | 180/5 | 180/5 | 70,200 | 70,200 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **436,734** | **505,332** |
| **Всього за день:** |  |  | **1433,51** | **1762,814** |

***4 ТИЖДЕНЬ***

***П`ЯТНИЦЯ***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Найменування блюд** | **Вихід страви** | **Енергетична цінність** |
| **Від 1 до 4 років** | **Від 4 до 6 (7) років** | **Від 1 до 4 років**  | **Від 4 до 6 (7) років** |
| **Сніданок:** |  |  |  |  |
| Риба смажена | 55 | 80 | 125,780 | 190,350 |
| Булгур розсипчастий | 100 | 120 | 164,382 | 191,864 |
| Салат морквяний з сиром твердим (по Клопотенку) | 55 | 55 | 71,730 | 71,730 |
| Сік | 150 | 180 | 63,000 | 75,600 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| **Всього:** |  |  | **577,496** | **709,916** |
| **Обід:** |  |  |  |  |
| Суп гречаний зі сметаною | 180 | 200 | 100,294 | 124,147 |
| Плов зі свинини | 80 | 100 | 285,422 | 328,478 |
| Салат з капусти з зеленим горошком | 45 | 60 | 41,937 | 55,419 |
| Хліб пшеничний | 30 | 30 | 69,300 | 69,300 |
| Компот із суміші сухофруктів | 160 | 180 | 43,525 | 58,685 |
| **Всього:** |  |  | **540,478** | **636,029** |
| **Вечеря:** |  |  |  |  |
| Запіканка сирна з макаронними виробами та сметаною | 110/10 | 135/15 | 246,904 | 311,444 |
| Салат з яєць та яблук | 50 | 75 | 60,4 | 90,4 |
| Молоко кип’ячене | 170 | 190 | 93,600 | 104,000 |
| Фрукти по сезону | 78 | 104 | 83,304 | 111,072 |
| **Всього:** |  |  | **484,208** | **616,916** |
| **Всього за день:** |  |  | **1602,182** | **1962,861** |