



|                           |                               |        |        |                   |      |       |              |              |              |              |               |               |                |                |
|---------------------------|-------------------------------|--------|--------|-------------------|------|-------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| Тех. карти МОЗ            | Картопляний гратен (МП)       | 100    | 150    | картопля          | 88   | 132   | 4,26         | 6,39         | 4,80         | 7,16         | 21,00         | 31,25         | 143,40         | 214,99         |
|                           |                               |        |        | сіль йодована     | 0,5  | 0,8   |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | соус " Бешамель " | 65   | 100   |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | борошно           | 2,6  | 4     |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | масло вершкове    | 3,3  | 5     |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | молоко            | 55,3 | 85    |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | сіль йодована     | 0,3  | 0,3   |              |              |              |              |               |               |                |                |
| Збірник Клопотенко, с.36  | Котлети рибні (Р)             | 50     | 70     | минтай            | 50   | 70    | 6,45         | 9,03         | 3,75         | 5,26         | 6,88          | 9,63          | 86,66          | 121,33         |
|                           |                               |        |        | цибуля            | 8,25 | 11,55 |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | яйце куряче       | 4    | 5,6   |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | борошно           | 1,25 | 1,75  |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | сіль йодована     | 0,15 | 0,21  |              |              |              |              |               |               |                |                |
| Омельяненко,с.516         | Компот із сушених фруктів     | 150    | 180    | фрукти сушені     | 15   | 18    | 0,42         | 0,49         | 0,00         | 0,00         | 11,10         | 11,70         | 41,00          | 45,00          |
|                           |                               |        |        | цукор             | 0    | 10    |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | вода              | 150  | 180   |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | лимонна кислота   | 0,1  | 0,1   |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           | Хліб житній цілнозерновий     | 30     | 30     | хліб              | 30   | 30    | 2,10         | 2,10         | 2,40         | 2,40         | 9,90          | 9,90          | 71,10          | 71,10          |
|                           |                               |        |        |                   |      |       | <b>15,02</b> | <b>20,76</b> | <b>13,86</b> | <b>17,48</b> | <b>60,68</b>  | <b>87,20</b>  | <b>422,32</b>  | <b>559,10</b>  |
|                           | <b>Підвечірок</b>             |        |        |                   |      |       |              |              |              |              |               |               |                |                |
| Омельяненко,с.413         | Сирники з ягідним соусом (МП) | 105/30 | 120/30 | сир кисломолочний | 89   | 111   | 18,09        | 22,57        | 11,68        | 14,84        | 26,57         | 33,19         | 278,17         | 349,65         |
|                           |                               |        |        | цукор             | 2    | 3     |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | яйце куряче       | 4    | 5     |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | борошно           | 13   | 16    |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | олія соняшникова  | 3    | 4     |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | родзинки          | 8    | 11    |              |              |              |              |               |               |                |                |
| Збірник Клопотенко, с.222 | Соус ягідний                  | 30     | 30     | ягоди             | 20   | 20    | 0,20         | 0,02         | 0,08         | 0,08         | 7,45          | 7,45          | 31,29          | 31,29          |
|                           |                               |        |        | вода              | 10   | 10    |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | цукор             | 2    | 3     |              |              |              |              |               |               |                |                |
| Омельяненко,с.514         | Какао на молоці (МП)          | 160    | 180    | молоко            | 140  | 160   | 5,45         | 6,01         | 0            | 0            | 8,86          | 19,78         | 98,4           | 146,7          |
|                           |                               |        |        | какао             | 4    | 4     |              |              |              |              |               |               |                |                |
|                           |                               |        |        | цукор             | 0    | 5     |              |              |              |              |               |               |                |                |
| Омельяненко,с.440         | Фрукти сезонні(банан)         | 70     | 100    | банан             | 70   | 100   | 1,05         | 1,5          | 0,35         | 0,5          | 14,7          | 21            | 67,2           | 96             |
|                           |                               |        |        |                   |      |       | <b>24,79</b> | <b>30,10</b> | <b>12,11</b> | <b>15,42</b> | <b>57,58</b>  | <b>81,42</b>  | <b>475,06</b>  | <b>623,64</b>  |
|                           |                               |        |        |                   |      |       | <b>46,21</b> | <b>56,19</b> | <b>34,27</b> | <b>42,70</b> | <b>158,66</b> | <b>230,77</b> | <b>1155,48</b> | <b>1540,59</b> |
|                           |                               |        |        |                   |      |       |              |              |              |              |               |               | <b>1385,00</b> | <b>1700,00</b> |
|                           |                               |        |        |                   |      |       |              |              |              |              |               |               | <b>83,43%</b>  | <b>90,62%</b>  |





|                          | <b>Середа</b>                          |     |     |                     | <b>Середа</b>   |      |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|--------------------------|----------------------------------------|-----|-----|---------------------|-----------------|------|-------|-------|-------------------|-------|-------|-------|--------|--------|
|                          | <b>Сніданок</b>                        |     |     |                     | <b>сніданок</b> |      |       |       |                   |       |       |       |        |        |
| Збірник Клопотенко, с.36 | Салат з капусти з насінням             | 50  | 75  | капуста б/к         | 41,5            | 62,3 | 1,10  | 1,65  | 3,87              | 5,80  | 2,96  | 4,44  | 51,05  | 76,57  |
|                          |                                        |     |     | горошок с/м         | 4,5             | 6,8  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | олія соняшникова    | 2,5             | 3,8  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | насіння соняшника   | 1,8             | 2,6  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | сіть йодована       | 0,3             | 0,4  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
| Збірник Клопотенко, с.36 | Рис Паелья (ЗП)                        | 150 | 200 | філе куряче         | 30              | 40   | 9,89  | 13,19 | 7,57              | 10,09 | 31,45 | 41,94 | 233,51 | 311,34 |
|                          |                                        |     |     | цибуля ріпчаста     | 6               | 8    |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | олія соняшникова    | 3               | 4    |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | морква              | 15              | 20   |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | цибуля              | 15              | 20   |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | вода                | 105             | 140  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | крупа рисова        | 45              | 60   |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | куркума             | 0,9             | 1,2  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | сіть йодована       | 0,8             | 1    |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          | Хліб житній цілнозерновий              | 30  | 30  | хліб                | 30              | 30   | 2,10  | 2,10  | 2,40              | 2,40  | 9,90  | 9,90  | 71,10  | 71,10  |
| Тех.карти МОЗ            | Сік фруктовий                          | 120 | 180 | сік                 | 120             | 180  | 0,72  | 1,08  | 0                 | 0     | 13,6  | 20,3  | 59,2   | 88,7   |
|                          |                                        |     |     |                     |                 |      | 13,81 | 18,02 | 13,84             | 18,29 | 57,91 | 76,58 | 414,86 | 547,71 |
|                          |                                        |     |     |                     |                 |      |       |       | <b>Обід</b>       |       |       |       |        |        |
|                          | <b>Обід</b>                            |     |     |                     |                 |      |       |       |                   |       |       |       |        |        |
| Омельяненко,с.424        | Ікра бурякова                          | 50  | 60  | буряк               | 38              | 45   | 0,76  | 1,25  | 1,56              | 2,59  | 6,12  | 10,34 | 38,83  | 65,20  |
|                          |                                        |     |     | цибуля ріпчаста     | 5               | 7    |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | олія соняшникова    | 1               | 2    |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | лимонна кислота     | 0,01            | 0,01 |       |       |                   |       |       |       |        |        |
| Омельяненко,с.375        | Суп гороховий                          | 150 | 200 | горох               | 15              | 20   | 4,07  | 5,52  | 1,91              | 2,8   | 15,33 | 21,23 | 92,55  | 129,06 |
|                          |                                        |     |     | картопля            | 15              | 20   |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | цибуля ріпчаста     | 8               | 12   |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | морква              | 8               | 12   |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | масло вершкове      | 1,5             | 1,5  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | зелень              | 2               | 2    |       |       |                   |       |       |       |        |        |
| Тех.карти МОЗ            | Булгур (ЗП)                            | 120 | 150 | булгур              | 48              | 60   | 3,70  | 4,70  | 3,80              | 4,90  | 22,30 | 27,90 | 132,00 | 165,00 |
|                          |                                        |     |     | вода                | 86              | 108  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | сіть йодована       | 0,4             | 0,5  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | масло вершкове      | 1,5             | 1,5  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
| Тех.карти МОЗ            | Нагетси курячі (Я)                     | 50  | 75  | філе куряче         | 40              | 60   | 11,66 | 17,49 | 1,32              | 1,98  | 12,35 | 18,52 | 107,90 | 161,86 |
|                          |                                        |     |     | сіть йодована       | 0,2             | 0,2  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | хліб                | 5               | 7,5  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | борошно             | 5               | 7,5  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | яйця курячі         | 8               | 12   |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | молоко              | 4               | 6    |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | сухарі панірувальні | 5               | 7,5  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          |                                        |     |     | олія соняшникова    | 0,8             | 1,1  |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          | хліб пшеничний цілнозерновий           | 30  | 30  | хліб                | 30              | 30   | 2,10  | 2,10  | 2,40              | 2,40  | 9,90  | 9,90  | 71,10  | 71,10  |
| Омельяненко,с.515        | Компот зі свіжих( заморожених) фруктів | 150 | 180 | ягоди с/м           | 32,4            | 38,9 | 0,24  | 0,28  | 0,15              | 0,18  | 3,09  | 10,57 | 15,60  | 56,42  |
|                          |                                        |     |     | вода                | 135             | 162  | 22,53 | 31,34 | 11,14             | 14,85 | 69,09 | 98,46 | 457,98 | 648,64 |
|                          |                                        |     |     | цукор               | 0               | 10   |       |       |                   |       |       |       |        |        |
|                          | <b>Підвечірок</b>                      |     |     |                     |                 |      |       |       | <b>Підвечірок</b> |       |       |       |        |        |





|                   |                                          |     |     |                  |      |      |              |              |              |                   |              |               |                |                |
|-------------------|------------------------------------------|-----|-----|------------------|------|------|--------------|--------------|--------------|-------------------|--------------|---------------|----------------|----------------|
|                   |                                          |     |     | сіть йодована    | 0,3  | 0,4  |              |              |              |                   |              |               |                |                |
|                   | хліб пшеничний цілнозерновий             | 30  | 30  | хліб             | 30   | 30   | 2,10         | 2,10         | 2,40         | 2,40              | 9,90         | 9,90          | 71,10          | 71,10          |
| Омельяненко,с.515 | Компот зі свіжих ( заморозених) фруктів  | 150 | 180 | ягоди с/м        | 32,4 | 38,9 | 0,24         | 0,28         | 0,15         | 0,18              | 3,09         | 10,57         | 15,60          | 56,42          |
|                   |                                          |     |     | вода             | 135  | 162  | <b>15,18</b> | <b>20,90</b> | <b>20,61</b> | <b>28,54</b>      | <b>39,75</b> | <b>55,94</b>  | <b>408,79</b>  | <b>578,50</b>  |
|                   |                                          |     |     | цукор            | 0    | 10   |              |              |              |                   |              |               |                |                |
|                   | <b>Підвечірок</b>                        |     |     |                  |      |      |              |              |              | <b>Підвечірок</b> |              |               |                |                |
| Омельяненко,с.503 | Суп молочний з макаронними виробами (МП) | 200 | 250 | макаронні вироби | 16   | 20   | 6,61         | 8,31         | 7,46         | 9,35              | 24,43        | 29,34         | 190,32         | 233,82         |
|                   |                                          |     |     | масло вершкове   | 1,5  | 1,5  |              |              |              |                   |              |               |                |                |
|                   |                                          |     |     | молоко           | 175  | 220  |              |              |              |                   |              |               |                |                |
|                   |                                          |     |     | цукор            | 2    | 3    |              |              |              |                   |              |               |                |                |
|                   | хліб пшеничний цілнозерновий             | 30  | 30  | хліб             | 30   | 30   | 2,10         | 2,10         | 2,40         | 2,40              | 9,90         | 9,90          | 71,10          | 71,10          |
|                   | сир твердий (МП)                         | 10  | 10  | сир              | 10   | 10   | 2,3          | 0,23         | 2,9          | 2,9               | 0            | 0             | 36             | 36             |
| Омельяненко,с.512 | Чай каркаде                              | 150 | 180 | вода             | 150  | 180  | 0,00         | 0,00         | 0,00         | 0,00              | 0,00         | 6,50          | 0,00           | 25,00          |
|                   |                                          |     |     | квітки гібіскуса | 1,8  | 2,2  |              |              |              |                   |              |               |                |                |
|                   |                                          |     |     | цукор            | 0    | 6,3  |              |              |              |                   |              |               |                |                |
| Омельяненко,с.440 | Фрукти сезонні(банан)                    | 70  | 100 | банан            | 70   | 100  | 1,05         | 1,50         | 0,35         | 0,50              | 14,70        | 21,00         | 67,20          | 96,00          |
|                   |                                          |     |     |                  |      |      | <b>12,06</b> | <b>12,14</b> | <b>13,11</b> | <b>15,15</b>      | <b>49,03</b> | <b>66,74</b>  | <b>364,62</b>  | <b>461,92</b>  |
|                   |                                          |     |     |                  |      |      | <b>43,99</b> | <b>39,05</b> | <b>38,42</b> | <b>48,89</b>      | <b>97,64</b> | <b>142,46</b> | <b>1134,20</b> | <b>1535,50</b> |
|                   |                                          |     |     |                  |      |      |              |              |              |                   |              |               | <b>1385,00</b> | <b>1700,00</b> |





