

				ягідне кюлі	25	25								
Тех.карти МОЗ	Ягідне кюлі	25	25	ягоди	25	25	0,28	0,28	0,15	0,15	7,80	7,80	33,65	33,65
				цукор	2,5	2,5								
				вода	5	5								
Тех.карти МОЗ	Напій з шипшини	150	180	плоди шипшини сушені	15	18	4,2	5,6	0	0	18	24	85,2	113,6
				вода	100	150	22,38	29,51	12,68	16,26	48,89	61,47	390,40	499,05
							52,06	68,42	45,44	57,44	159,71	221,57	1251,15	1680,38
													1385,00	1700,00
													90,34%	98,85%

	Вівторок								Вівторок					
	Сніданок								сніданок					
Тех.карти МОЗ	Соте овочеве	50	50	суміш овочей с/м	61	61	0,40	0,60	1,80	2,70	4,90	7,30	37,10	55,70
				олія соняшникова	2,5	2,5								
				петрушка свіжа 5	5	5								
				сіть йодована	0,3	0,3								
Омельяненко,с.507	Каша гречана розсипчата	100	120	крупа гречана	25	30	3,22	4,48	4,46	4,79	15,85	22,17	116,82	150,32
				вода питна	52	62,4								
				сіть йодована	0,3	0,4								
				масло вершкове	1,5	1,5								
Омельяненко,с.394	Гуляш курячий	50	80	куряче філе	36	60	6,97	11,55	10,09	16,27	2,87	4,43	128,98	208,39
				цибуля ріпчаста	8	12								
				морква	13	16								
				борошно	1	2								
				масло вершкове	1,5	1,5								
				олія соняшникова	2	3								
	хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	хліб	30	30	2,10	2,30	2,40	2,40	9,90	9,90	71,70	71,10
	сир твердий (МП)	10	10	сир твердий	10	10	2,30	0,23	2,90	2,90	0,00	0,00	36,00	36,00
Омельяненко,с.514	Какао на молоці (МП)	160	180	молоко	140	160	5,45	6,01	4,70	5,20	8,86	19,78	98,40	146,70
				какао	4	4								
				цукор	0	7,5	20,44	25,17	26,35	34,26	42,38	63,58	489,00	668,21
	Обід								обід					
Омельяненко,с.472	Суп з галушками (МП)	160	250	картопля	47	72	1,95	2,99	2,53	3,90	12,66	19,28	81,02	124,06
				цибуля ріпчаста	11	17								
				морква	8	11								
				сметана	2	5								
				масло вершкове	1	1,5								
				олія соняшникова	1	1								
				вода(бульон)	110	180								
				галушки										
				борошно	4	6								
				яйце куряче	1	1								
				молоко	5	8								
Тех.карти МОЗ	Лінійні голубці з яловичини	150	180	яловичина	60	72	8,90	10,70	13,70	16,40	15,00	17,90	222,40	266,90
				цибуля ріпчаста	9	10,8								
				морква	10,5	12,6								
				капуста	45	54								
				крупа рисова	15	18								
				томатний сік	27,3	32,7								
				сметана	12	14,4								
				олія соняшникова	4,5	5,4								
				сіть йодована	0,5	0,5								
	хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	хліб	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10

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	7,5								
				вода	150	180								
				кислота лимонна	0,1	0,1	13,37	16,28	18,63	22,70	48,66	58,78	415,52	507,06
	Підвечірок									підвечірок				
Тех.карти МОЗ	Пиріжок з родзинками (МП)	75	85	борошно	22	30	2,70	3,90	2,80	3,90	23,30	16,60	135,00	182,50
				яйце куряче	6	6								
				цукор	4,2	5,6								
				молоко	13	20								
				масло вершкове	2	2								
				дріжджі	2	2								
				ванільний цукор	1	1								
				родзинки	16	16								
				олія соняшникова	1	1								
Омельяненко,с.437	Йогурт (МП)	100	120	йогурт	100	125	0,05	0,05	0,01	0,01	0,15	0,18	1,70	36,15
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
							3,80	5,45	3,16	4,41	38,15	37,78	203,90	314,65
							37,61	46,90	48,14	61,37	129,19	160,14	1108,42	1489,92
													1385,00	1700,00
													80,03%	87,64%

				борошноабо крохмаль	3,5	5								
				сіть йодована	0,2	0,3								
				лимонний сік	0,7	1								
				оля для деко	1,1	1,4								
	хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	хліб	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
Тех.карти МОЗ	Кисіль із заморожених ягід	120	150	ягоди	28,8	36	0,2	0,3	0	0	7,4	9,9	33,1	44,1
				вода	108	135								
				крохмаль картопляний	5,4	6,8								
							21,20	28,13	15,90	20,31	65,01	80,59	470,69	592,35
	Підвечірок								Підвечірок					
Тех.карти МОЗ	Запіканка сирна з бананом (МП)	120	150	сир кисломолочний	60	75	11,37	14,20	7,53	9,40	16,96	21,20	181,50	226,90
				крупа манна	5,4	6,8								
				цукор	3,6	4,5								
				банан свіжий	36	45								
				масло вершкове	1,5	1,5								
				сухарі	3,6	4,5								
				сметана	3,6	4,5								
				ванільний цукор	0,2	0,3								
				куркума	0,6	0,8								
Тех.карти МОЗ	Напій з шипшини	150	180	плоди шипшини сушені	15	18	4,2	5,6	0	0	18	24	85,2	113,6
				вода питна	135	162								
Тех.карти МОЗ	Фрукти сезонні свіжі(яблуко)	70	100	яблуко	70	100	0,25	0,35	0,25	0,35	7,26	9,8	30	40
							15,82	20,15	7,78	9,75	42,22	55,00	296,70	380,50
							56,61	74,36	43,51	58,29	118,48	170,85	1143,28	1512,78
													1385,00	1700,00
													82,55%	88,99%

		Четвер				Четвер				Четвер				
		Сніданок				Сніданок				Сніданок				
Збірник Клопотенко, с.28	Салат з капусти з зеленим горошком	50	75	капуста б/к	41,5	62,3	1,13	1,69	3,47	5,21	3,05	4,57	47,96	71,94
				горошок зелений с/м	4,5	6,8								
				олія соняшникова	2,5	3,8								
				насіння соняшника	1,8	2,6								
				сіль йодована	0,3	0,4								
Омельяненко,с.403	Каша пшенична в'язка "Артек" (ЗП)	110	160	крупа пшенична	33	50	3,11	5,57	4,17	4,23	19,2	34,3	181,12	197,57
				масло вершкове	1,5	1,5								
				вода	100	150								
				сіль йодована	0,3	0,4								
Омельяненко,с.486	Печеня по-домашньому зі свининою (МП)	100	150	свинина	40	60	8,89	14,21	10,1	16,03	5,41	8,36	148,32	234,62
				картопля	65	100								
				цибуля	7	10								
				морква	10	16								
				масло вершкове	1,5	1,5								
				олія соняшникова	1	2								
				вода	25	50								
Тех.карти МОЗ	хліб пшеничний цільнозерновий	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
							15,95	24,65	20,14	27,87	51,16	77,43	507,70	663,93
									Обід					
Омельяненко,с.500	Буряк, припущений зі сметаною (МП)	50	60	буряк	45	54	0,77	0,90	1,80	1,80	4,58	5,48	35,25	39,03
				сметана 15%	2	2								
				масло вершкове	1,5	1,5								
				сіль йодована	0,2	0,3								
Омельяненко,с.376	Суп гречаний	180	200	картопля	48	61	2,95	3,68	4,58	5,73	18,61	23,26	128,57	160,71
				крупа гречана	10	10								
				цибуля ріпчаста	8	12								
				морква	8	12								
				олія соняшникова	2	3								
Омельяненко,с.403	Курачий рулет, фарширований вареним яйцем (Я)	55	80	цибуля ріпчаста	4	8	9,00	11,30	15,70	19,60	26,00	32,50	284,60	355,70
				хліб	10	15								
				яйце куряче	3	5								
				яйце куряче для начинки	9	11								
Тех.карти МОЗ	Узвар	150	180	сухофрукти	22,5	30	0,52	0,63	0,09	0,1	22,5	27	85,5	102,6
				вода	165	198								
	Хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	хліб	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
							15,34	18,61	24,57	29,63	81,59	98,14	605,02	729,14
									Підвечірок					
Тех.карти МОЗ	Оладки кукурудзяні з морквою зі сметаною(ЗП),(МП),(Г)	100/15	150/22	борошно кукурудзяне	10	15	5,50	8,25	13,40	20,10	33,40	50,10	268,00	402,00

				борошно пшеничне	27	40,5								
				яйця курячі	8	12								
				вода	40	60								
				цукор	3	5								
				сода харчова	0,5	0,8								
				морква	39	58,5								
				олія соняшникова	6	9								
	сметана 20% жирності (МП)	15	22	сметана	15	22	0,70	0,98	25,00	35,00	0,80	1,12	51,50	72,10
	Ряжанка (МП)	100	120	Ряжанка	100	120	4,50	5,40	6,00	7,20	6,00	7,20	99,00	118,80
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
							11,75	16,13	44,75	62,80	54,90	79,42	485,70	688,90
							43,04	35,82	69,32	92,43	150,09	197,86	1149,92	1506,74
													1385,00	1700,00
													83,03%	88,63%

	П'ятниця								П'ятниця					
	Сніданок								Сніданок					
Омельяненко,с.464	Салат з пекінської капусти	50	60	пекінська капусти	38	44	0,28	0,33	0,05	0,06	0,84	0,99	3,45	4,05
				цибуля зелена	7	9								
				цукор	1	2								
				олія соняшникова	3	4								
				сіть йодована	0,2	0,3								
Омельяненко,с.485	Плов із м'ясом курячим (МП)	95	170	куряче філе	50	95	10,36	19,44	11,81	22,66	12,59	21,55	198,52	368,48
				рис	16	27								
				мало вершкове	1,5	1,5								
				олія соняшникова	1	2								
				цибуля ріпчаста	4	8								
				морква	4	8								
				вода	45	85								
Омельяненко,с.514	Какао на молоці (МП)	160	180	какао	4	5	5,45	6,01	0,00	0,00	8,86	19,78	98,40	146,70
				молоко	160	180								
				цукор	0	7,5								
	хліб пшеничний цільнозерновий	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.440	Фрукти сезонні(банан)	70	100	банан	70	100	1,50	0,35	0,50	14,70	21,00	67,20	96,00	
							21,99	28,46	17,66	42,72	53,19	119,42	503,47	626,33
	Обід								Обід					
Тех.карти МОЗ	Соте овочеве	50	50	суміш овочей с/м	73,1	73,1	0,90	0,90	2,80	2,80	3,40	3,40	42,40	42,40
				олія соняшникова	2,5	2,5								
				петрушка свіжа 5	5	5								
				сіть йодована	0,3	0,3								
Омельяненко,с.361	Суп польовий (МП)	200	250	картопля	35	50	1,69	3,12	2,96	2,82	10,73	23,27	76,99	103,81
				цибуля ріпчаста	8	12								
				морква	8	12								
				масло вершкове	1,5	1,5								
				пшоно	5	10								
				сметана	3	6								
Омельяненко,с.492	Котлети рибні (Р)	30	60	минтай	30	60	6,36	12,50	6,74	12,44	6,20	12,07	111,23	209,59
				олія соняшникова	3	6								
				молоко	9	19								
				яйце куряче	3	5								
				цибуля ріпчаста	4	8								
				хліб пшеничний	7	14								
				сухарі панірувальні	3	5								
Омельяненко,с.500	Картопля відварна з маслом (МП)	110	150	картопля	109	148	2,22	3,00	2,62	2,77	17,81	24,00	107,04	138,24
				масло вершкове	1,5	1,5								
				сіть йодована	0,3	0,4								
	хліб пшеничний цільнозерновий	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) ягід	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 питна	135	162								
				цукор	0	10	13,51	21,90	17,67	23,41	51,13	83,21	424,36	621,56
	Підвечірок													
Тех.карти МОЗ	Печиво вівсяне (МП)	60	80	борошно	15	20	5,10	6,70	3,70	5,00	29,30	39,10	168,00	224,00
				вівсяні пластівці	22,2	29,6								
				цукор	3	4								
				вершкове мало	1,5	1,5								
				олія	6	9								
				сода харчова	0,2	0,2								
	Йогурт (МП)	100	120	йогурт	100	120	4,50	5,40	6,00	7,20	6,00	7,20	99,00	118,80
Омельяненко,с.499	Фрукти сезонні(апельсин)	70	100	апельсин	70	100	0,63	0,90	0,14	0,20	5,64	8,10	30,10	43,00
							10,23	13,00	9,84	12,40	40,94	54,40	297,10	385,80
							45,73	63,36	24,51	78,53	145,26	257,03	1224,93	1633,69
													1385,00	1700,00
													88,44%	96,10%

