

УЗГОДЖЕНО:

Начальник управління  
державного нагляду за  
дотриманням санітарного  
законодавства ГУ  
Держпродспоживслужби в  
Запорізькій області  
Світлана ВЛАСОВА

" " 2021/р.

Додаток 4  
до наказу ДНЗ № 130р  
від 31.12.2021

## ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ НА ЗИМОВИЙ ПЕРІОД

### IV ТИЖДЕНЬ

<b>ПОНЕДІЛОК</b>														
Збірник рецептур, № сторінки	Найменування страви	Вікова категорія		Склад продуктів готової страви	маса нетто (г/мл)		Хімічний склад, г							
		Вихід (г/мл)	Вихід (г,мл)		Вага нетто на 1 порцію		білки (53-58 г)		жири (44-56 г)		вуглеводи (194-240)		енергетична цінність, ккал (1385-1700)	
					ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад
<b>СНІДАНОК</b>							<b>СНІДАНОК</b>							
Тех.карти МОЗ	Плов фруктовий	150	200	яблука	24	32	2,00	3,00	3,00	4,50	30,50	45,75	151,00	225,75
				курага	11,3	15								
				родзинки	7,5	10								
				крупа рисова	30	40								
				вода	90	120								
				цукор	2,3	4								
				масло вершкове	1,5	1,5								
				сіть харчова	0,2	0,3								
	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 <b>(МП)</b>	10	10	сир твердий	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								
<b>РАЗОМ</b>							<b>6,40</b>	<b>5,33</b>	<b>8,30</b>	<b>9,80</b>	<b>40,40</b>	<b>62,15</b>	<b>258,10</b>	<b>357,85</b>

ОБІД						ОБІД								
Омельяненко,с.464	Салат з пекінської капусти	50	60	пекінська капуста	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								
				сіль йодована	0,2	0,3								
Омельяненко,с.380	Суп рисовий	200	250	рис	5	10	1,51	2,42	2,86	2,60	10,96	23,73	76,71	102,63
				картопля	35	50								
				цибуля ріпчаста	8	12								
				морква	8	12								
				масло вершкове	1,5	1,5								
				зелень	2	2								
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								
				<b>соус "Бешамель"</b>	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 цільнозерновий	30	30	хліб	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
<b>РАЗОМ</b>							<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>							<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>РАЗОМ</b>							<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>РАЗОМ ЗА ДЕНЬ</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>

## ВІВТОРОК

Збірник рецептур, № сторінки	Найменування страви	Вікова категорія		Склад продуктів готової страви	маса нетто (г/мл)		Хімічний склад, г							
		Вихід (г/мл)	Вихід (г,мл)		Вага нетто на 1 порцію		білки (53-58 г)		жири (44-56 г)		вуглеводи (194-240)		енергетична цінність, ккал (1385-1700)	
		ясла	сад		ясла	сад								
		ясла	сад		ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад				
<b>СНІДАНОК</b>							<b>СНІДАНОК</b>							
Омельяненко,с.464	Салат вітамінний	50	60	капуста б/к	23	27	0,59	0,71	2,09	2,12	3,73	4,54	34,45	38,01
				морква	9	11								
				яблука	16	20								
				олія соняшникова	2	2								
Омельяненко,с.505	Макаронні вироби відварні	80	100	макарони	40	50	2,81	3,52	2,70	3,39	18,64	23,30	134,37	167,97
				вода	120	150								
				масло вершкове	1,5	1,5								
Тех.карти МОЗ	Курка по- Італійські	60	85	філе куряче	72	102	12,10	17,20	2,50	3,50	1,10	1,50	74,40	105,40
				том.сік	15,6	22,1								
				цибуля	4,2	6								
				часник	0,6	0,9								
				сіть йодована	0,2	0,3								
				орегано	0,2	0,3								
				вода	15	21,3								
				олія соняшникова	1,8	1,8								
Омельяненко,с.514	Каркаде	160	180	вода	150	180	5,45	6,01	0	0	8,86	19,78	98,4	146,7
				квітки гібіскуса	1,8	2,2								
				цукор	0	6,3								
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
<b>РАЗОМ</b>							<b>21,58</b>	<b>28,34</b>	<b>7,43</b>	<b>9,21</b>	<b>37,97</b>	<b>57,22</b>	<b>371,72</b>	<b>501,08</b>
<b>ОБІД</b>							<b>ОБІД</b>							
Тех.карти МОЗ	Соте овочево	50	50	суміш овочей с/м	61	61	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								
				сіть йодована	0,3	0,3								
Омельяненко,с.516	Борщ Український	200	250	буряк свіжий	15	20	2,70	3,48	2,34	3,73	12,52	17,06	81,39	114,70
				картопля	35	43,8								
				морква	8	10								

				цибуля ріпчаста	8	10								
				том.сок	16	20								
				масло вершкове	1,4	1,8								
				лист лавровий	0,1	0,1								
				квасоля свіжа	50	62,5								
				вода	150	187,5								
				сіть йодована	0,6	0,8								
Тех.карти МОЗ	Кус-кус розсипчастий	120	150	кус-кус	58,8	73,5	4,70	5,80	2,60	3,30	26,40	33,00	156,10	195,10
				вода питна	58,8	73,5								
				сіть йодована	1	1,2								
				масло вершкове	1,5	1,5								
Омельяненко,с.389	Товченики м`ясні	55	80	яловичина	25	38	5,53	8,58	6,81	11,06	4,60	7,88	91,86	150,27
				борошно	5	8								
				молоко	6	9								
				цибуля ріпчаста	2	3								
				мало вершкове	1,5	1,5								
				<b>соус сметанный</b>										
				сметана 20%	2	5								
				борошно	0,5	1,5								
				вода	9	20								
	Хліб житній 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 фруктів	120	150	ягоди	28,8	36	0,20	0,20	0,00	0,00	6,20	7,40	27,60	33,10
				вода	108	135								
				крохмаль картопляний	5,4	6,8								
<b>РАЗОМ</b>							<b>16,13</b>	<b>21,06</b>	<b>16,95</b>	<b>23,29</b>	<b>63,02</b>	<b>78,64</b>	<b>470,45</b>	<b>606,67</b>
<b>ПІДВЕЧІРОК</b>							<b>ПІДВЕЧІРОК</b>							
Омельяненко,с.504	Каша молочна гречана (МП)	160	200	крупа гречана	8	10	5,52	6,89	5,71	6,78	15,59	19,73	134,60	165,89
				молоко	160	200								
				цукор	2	3								
				масло вершкове	1,5	1,5								
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								
	Хліб житній 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	2,30	0,23	2,90	2,90	0,00	0,00	36,00	36,00
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>РАЗОМ</b>	<b>10,97</b>	<b>10,72</b>	<b>11,36</b>	<b>12,58</b>	<b>40,19</b>	<b>57,13</b>	<b>308,90</b>	<b>393,99</b>
<b>РАЗОМ ЗА ДЕНЬ</b>	<b>48,68</b>	<b>60,12</b>	<b>35,74</b>	<b>45,08</b>	<b>141,18</b>	<b>192,99</b>	<b>1151,07</b>	<b>1501,74</b>
							<b>1385,00</b>	<b>1700,00</b>
							<b>83,11%</b>	<b>88,34%</b>

**СЕРЕДА**

Збірник рецептур, № сторінки	Найменування страви	Вікова категорія		Склад продуктів готової страви	маса нетто (г/мл)		Хімічний склад, г							
		Вихід (г/мл)	Вихід (г,мл)		Вага нетто на 1 порцію		білки (53-58 г)		жири (44-56 г)		вуглеводи (194-240)		енергетична цінність, ккал (1385-1700)	
					ясла	сад								
		ясла	сад		ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад		
<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								
				сіль 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								
сіль йодована	0,8	1												
	Хліб житній 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
<b>РАЗОМ</b>							<b>13,81</b>	<b>18,02</b>	<b>13,84</b>	<b>18,29</b>	<b>57,91</b>	<b>76,58</b>	<b>414,86</b>	<b>547,71</b>
<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								
				сіль 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
				сіль 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 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) 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								
				цукор	0	10								
<b>РАЗОМ</b>							<b>22,53</b>	<b>31,34</b>	<b>11,14</b>	<b>14,85</b>	<b>69,09</b>	<b>98,46</b>	<b>457,98</b>	<b>648,64</b>
<b>ПІДВЕЧІРОК</b>							<b>ПІДВЕЧІРОК</b>							
Омельяненко,с.493	Пудінг сирно-морквяний зі сметаною (МП)	140/5	180/15	сир кисломолочний	84	111	12,93	18,34	9,70	14,78	16,64	23,55	201,90	295,37
				крупа манна	10	13								
				цукор	5	7								
				яйце куряче	5	7								
				молоко	25	32								
				морква	26	34								
				масло вершкове	1,5	1,5								
				ванільний цукор	0,2	0,2								
сметана 15%	5	15												
Тех.карти МОЗ	Узвар	150	180	сухофрукти	22,5	27	0,52	0,63	0,09	0,10	22,50	27,00	85,50	102,60
				вода питна	165	200								
Тех.карти МОЗ	Фрукти сезонні свіжі (яблуко)	70	100	яблуко	70	100	0,25	0,35	0,25	0,35	7,26	9,80	30,00	40,00
<b>РАЗОМ</b>							<b>13,70</b>	<b>19,32</b>	<b>10,04</b>	<b>15,23</b>	<b>46,40</b>	<b>60,35</b>	<b>317,40</b>	<b>437,97</b>
<b>РАЗОМ ЗА ДЕНЬ</b>							<b>50,04</b>	<b>74,36</b>	<b>43,51</b>	<b>58,29</b>	<b>118,48</b>	<b>170,85</b>	<b>1190,24</b>	<b>1634,32</b>
													<b>1385,00</b>	<b>1700,00</b>
													<b>85,94%</b>	<b>96,14%</b>



## ЧЕТВЕР

Збірник рецептур, № сторінки	Найменування страви	Вікова категорія		Склад продуктів готової страви	маса нетто (г/мл)		Хімічний склад, г							
		Вихід (г/мл)	Вихід (г,мл)		Вага нетто на 1 порцію		білки (53-58 г)		жири (44-56 г)		вуглеводи (194-240)		енергетична цінність, ккал (1385-1700)	
		ясла	сад		ясла	сад								
		ясла	сад		ясла	сад	ясла	сад	ясла	сад				
<b>СНІДАНОК</b>							<b>СНІДАНОК</b>							
Тех.карти МОЗ	Салат з моркви та яблук	50	75	морква	28	42	0,40	0,60	1,80	2,70	4,90	7,30	37,10	55,70
				яблуко свіже	20,5	30,8								
				<b>соус "Вінегрет"</b>	2	3								
				лим.кислота	0,1	0,1								
				олія соняшникова	1,7	2,5								
				сіль йодована	0,1	0,2								
				цукор	0,1	0,2								
Тех.карти МОЗ	Куліш з курячим м`ясом	100	180	філе куряче	39	70,2	8,80	13,20	6,97	10,46	15,28	22,92	154,19	221,58
				крупа пшонайна	21,5	38,7								
				цибуля ріпчаста	7	12,6								
				морква	7	12,6								
				часник	0,5	0,9								
				паприка	0,3	0,5								
				куркума	0,3	0,5								
				том.сік	13	23,4								
				олія соняшникова	3	5,4								
	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.514	Какао на молоці <b>(МП)</b>	160	180	какао	4	5	5,45	6,01	4,70	5,20	8,86	19,78	98,40	146,70
				молоко	160	180								
				цукор	0	7,5								
<b>РАЗОМ</b>							<b>16,75</b>	<b>21,91</b>	<b>15,87</b>	<b>20,76</b>	<b>38,94</b>	<b>59,90</b>	<b>360,79</b>	<b>495,08</b>
<b>ОБІД</b>							<b>ОБІД</b>							
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.376	Борщ буряковий	200	250	буряк	39	52	2,95	3,68	4,58	5,73	18,61	23,26	128,57	160,71
				картопля	15	20								
				морква	6	8								
				цибуля ріпчаста	6	8								
				том.сік	18,2	23,4								
				сметана	2	3								
				олія соняшникова	1,5	2								
				цукор	1	1,5								
Збірник Клопотенко, с.126	Пиріг пастуший зі свининою (Я)	100	150	картопля	51,5	77,3	8,76	13,15	10,01	15,02	5,10	7,64	145,56	218,33
				часник	0,2	0,3								
				лавровий лист	0,02	0,03								
				сіть йодована	0,4	0,5								
				масло вершкове	2	3								
				яйця курячі	3	4,5								
				свинина	32,1	48,1								
				морква	12	17,9								
				цибуля ріпчаста	6,5	9,8								
				часник	1	1,5								
				олія соняшникова	0,8	1,1								
				томатний сік	13	19,5								
				борошно	1,3	2								
				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) 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								
				цукор	0	10								
<b>РАЗОМ</b>							<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>
<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 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.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>РАЗОМ</b>	<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>РАЗОМ ЗА ДЕНЬ</b>	<b><u>43,99</u></b>	<b><u>39,05</u></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>

**П'ЯТНИЦЯ**

Збірник рецептур, № сторінки	Найменування страви	Вікова категорія		Склад продуктів готової страви	маса нетто (г/мл)		Хімічний склад, г							
		Вихід (г/мл)	Вихід (г,мл)		Вага нетто на 1 порцію		білки (53-58 г)		жири (44-56 г)		вуглеводи (194-240)		енергетична цінність, ккал (1385-1700)	
					ясла	сад								
		ясла	сад				ясла	сад	ясла	сад				
<b>СНІДАНОК</b>							<b>СНІДАНОК</b>							
Тех.карти МОЗ	Салат з морквою та родзинками (МП)	50	75	морква	36,5	54,8	0,70	1,10	1,60	2,40	8,10	12,20	49,70	74,50
				родзинки	5	7,5								
				сметана 20%	7,5	11,3								
				цукор	1,5	2,3								
Омельяненко,с.507	Каша пшенична в'язка " Артек" (МП)	120	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								
				сіть йодована	0,3	0,4								
Тех.карти МОЗ	Чахохбілі з куркою	50	75	куряче філе	34	51	14,31	20,04	6,29	8,81	5,71	8,00	123,49	172,89
				олія соняшникова	1,5	2,2								
				цибуля ріпчаста	20	30								
				часник	0,5	0,75								
				томатний сік	10,4	15,6								
				борошно або крохмаль	0,5	0,7								
				зелень сушена	0,25	0,32								
				сіть йодована	0,15	0,22								
				вода	10	15								
	хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	хліб пшеничний	30	30								
Тех.карти МОЗ	Сік фруктовий	120	180	сік	120	180	0,72	1,08	0	0	13,6	20,3	59,2	88,7
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
<b>РАЗОМ</b>							<b>19,47</b>	<b>28,69</b>	<b>12,20</b>	<b>15,64</b>	<b>52,25</b>	<b>82,90</b>	<b>443,61</b>	<b>576,66</b>
<b>ОБІД</b>							<b>ОБІД</b>							
Омельяненко,с.464	Салат з пекінської капусти	50	60	пекінська капуста	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.472	Суп-Харчо (ЗП)	200	250	картопля	35	50	1,80	2,67	2,28	3,72	12,75	19,62	79,40	123,69

				морква	8	12								
				цибуля ріпчаста	8	12								
				масло вершкове	1,5	1,5								
				рис	5	10								
				томатний сік	5,2	5,2								
				часник	5	5								
				сметана 20%	3	6								
Омельяненко,с.505	Каша пшоняна в'язка (ЗП)	100	150	пшоно	24,5	37	3,44	4,30	4,02	5,02	19,80	24,74	130,09	162,60
				масло вершкове	1,5	1,5								
				вода	80	120								
Омельяненко,с.410	Зрази рибні січені (Р)	60	90	хек	32	48	5,76	8,64	2,21	3,32	4,14	6,21	101,08	151,62
				хліб пшеничний	9	14								
				молоко	13	19								
				цибуля ріпчаста	9	13								
				олія соняшникова	1	2								
				рис	1	2								
				яйце куряче	4	5								
				сухарі панірувальні	3	5								
				олія соняшникова	2	2								
	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	Напій з шипшини	150	180	плоди шипшини сушені	15	18	0,52	0,63	0,09	0,10	22,50	27,00	85,50	102,60
				вода	100	150								
<b>РАЗОМ</b>							<b>13,90</b>	<b>18,67</b>	<b>11,05</b>	<b>14,62</b>	<b>69,93</b>	<b>88,46</b>	<b>470,62</b>	<b>615,66</b>
<b>ПІДВЕЧІРОК</b>							<b>ПІДВЕЧІРОК</b>							
	Пиріжок з ягодами	45	55	борошно	23	28	2,70	3,90	2,80	3,90	23,30	16,60	135,00	182,50
				молоко	20	35								
				ягоди с/м	18	25								
				яйце куряче	2	2								
				масло вершкове	2	2								
				олія соняшникова	2	3								
				цукор	5	5								
				дріжджі	1	1,5								
	Ряжанка (МП)	100	120	ряжанка	100	125	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
<b>РАЗОМ</b>							<b>8,25</b>	<b>10,80</b>	<b>9,15</b>	<b>11,60</b>	<b>44,00</b>	<b>44,80</b>	<b>301,20</b>	<b>397,30</b>
<b>РАЗОМ ЗА ДЕНЬ</b>							<b>41,62</b>	<b>58,16</b>	<b>24,51</b>	<b>41,86</b>	<b>166,18</b>	<b>216,16</b>	<b>1215,43</b>	<b>1589,62</b>
							-	-					<b>1385,00</b>	<b>1700,00</b>
							-	-					<b>87,76%</b>	<b>93,51%</b>

