

ПОГОДЖЕНО

Начальник відділу державного нагляду за дотриманням санітарного законодавства Управління ветеринарної медицини, харчових продуктів та ветеринарної медицини, державного нагляду за дотриманням санітарного законодавства Вишгородського району ГУ ДПСС

Лариса МИЩИК

2026 р.



**ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ
КОМУНАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ
«ПЕТРИК» ПЕТРІВСЬКОЇ СІЛЬСЬКОЇ РАДИ
НА ЛІТНІЙ ПЕРІОД**



ЗАТВЕРДЖЕНО
Директор КЗДО «Петрик»
Петрівської с/р.

Вишгородського району
№ 47 – ОД. від 15.04.2026 р.
Наталія ОСАДЧА



Меню відпрацьоване з врахуванням норм харчування передбачених постановою КМУ від 24 березня 2021 р. №305 «Про затвердження норм та Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку (Із змінами, внесеними згідно Постанови КМ № 786 від 28.07.2021; №823 від 11.08.2021; № 549 від 01.06.2023; №1145 від 04.10.2024

С. Нові Петрівці

Меню на тиждень на літній період (1 тиждень)

Новорізок (1 тиждень)

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Однa порція (г)		Хімічний склад продуктів (г)								Енергетична цінність (ккал)					
			Грами		Білки		Жири		Вуглеводи									
			1-3 роки	3-4 роки	1-3 роки	3-4 роки	1-3 роки	3-4 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки				
Всього на спіданок:																		
213		Салат з моркви та часнику	39,0	40,0	50,0	0,5	0,6	0,7	2,0	2,0	2,5	3,0	4,0	5,0	31,0	35,0	43,0	
212	Г МПЛ	Макарони відварені з верш маслом	90,0	90,0	112,0	3,3	3,3	4,2	1,8	1,8	2,2	21,7	21,7	21,7	118,0	118,0	147,0	
243	Я МПЛ	Омлет з твердим сиром	57,0	57,0	57,0	7,1	7,1	7,1	9,0	9,0	9,0	1,0	1,0	1,0	114,0	114,0	114,0	
309		Компот із суміші сухофруктів	100,0	150,0	150,0	0,2	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	5,5	15,8	15,8	20,0	59,0	59,0	
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0	
Всього на обід:																		
			14,1	14,3	15,6	15,3	15,3	16,2	54,2	65,5	70,8	407,0	450,0	505,0				
Обід:																		
388		Салат капуста,огірки,зелена цибуля	54,0	54,0	75,0	0,7	0,7	1,0	1,5	1,5	2,1	2,5	2,5	3,5	25,0	25,0	34,0	
354	ЗП МПЛ	Суп польовий зі сметаною	150,4	150,4	200,5	1,8	1,8	2,5	2,6	2,6	3,5	12,3	12,3	16,3	79,0	79,0	106,0	
385	ЗПГМПЛ	Каша пшенична в'язка	90,0	90,0	113,0	2,4	2,4	3,0	1,7	1,7	2,1	15,1	15,1	18,9	87,0	87,0	109,0	
238	Г	Коплета рублена з м'яса курки	58,0	58,0	77,0	10,3	10,3	13,8	4,1	4,1	5,4	8,3	8,3	11,1	112,0	112,0	149,0	
308		Компот свіжі фрукти яблуко або виноград	120,0	160,0	160,0	0,2	0,3	0,3	0,2	0,3	0,3	6,2	16,3	16,3	27,0	66,0	66,0	
394		Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
368		Фрукти свіжі груші або яблука	60,0	60,0	80,0	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,2	6,1	6,1	8,1	25,0	25,0	34,0	
Всього на обід:																		
			17,7	17,8	23,0	12,7	12,8	16,0	60,4	60,4	84,1	426,0	465,0	569,0				
Вечеря:																		
361		Овочі свіжі помідори (або огірки)	45,0	45,0	60,0	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,1	2,1	2,1	2,1	10,0	10,0	14,0	
295	ЗПГМПЛ	Каша перлова розсипчаста	90,0	90,0	113,0	2,7	2,7	3,4	1,8	1,8	2,2	19,8	19,8	24,8	107,0	107,0	134,0	
301	Г МПЛ	Кнелі з куряч м'яса в смет- том соусі	47,32	47,32	63,43	9,9	9,9	13,1	5,2	5,2	6,9	5,7	5,7	7,6	109,0	109,0	145,0	
219	МПЛ	Йогурт	100,0	100,0	125,0	2,7	3,4	3,4	2,5	3,1	3,1	14,1	17,6	17,6	88,0	88,0	110,0	
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
Всього на вечерю:																		
			17,9	18,6	22,7	12,0	12,6	14,7	51,6	55,1	62,0	385,0	385,0	474,0				
Всього за день:																		
			49,7	50,7	61,3	40,0	40,7	46,9	166,2	181,0	216,9	1218,0	1300,0	1548,0				

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)				Хімічний склад продуктів (г)								Енергетична цінність (ккал)							
			Грами				Білки				Жири				Вуглеводи							
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки					
Сніданок:																						
320		Овочі свіжі огірки (або помідори)	45,0	45,0	60,0	0,6	0,6	0,8	2,4	2,4	3,2	2,8	2,8	3,8	6,0	6,0	8,0	8,0				
221 ЗПМПЛ		Каша рисова розсипчаста	82,0	82,0	103,0	2,0	2,5	2,5	1,7	2,2	2,2	20,5	25,6	25,6	107,0	107,0	134,0	134,0				
324 Г Я		Паличка куряча	45,0	45,0	60,0	10,2	10,2	13,6	4,3	4,3	5,7	5,7	5,7	7,6	103,0	103,0	137,0	137,0				
374		Чай трав'яний	150,0	150,0	180,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	23,0	30,0	30,0				
395 МПЛ Г		Хліб ціз з твердим сиром	30/8	30/8	30/13	3,9	3,9	5,1	4,7	4,7	6,0	9,9	9,9	9,9	100,0	100,0	118,0	118,0				
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0	71,0				
Всього на сніданок:						17,6	18,1	23,2	13,2	13,7	17,2	52,0	63,1	72,3	369,0	392,0	498,0	498,0				
Обід:																						
328 МПЛ Г Я		Пудинг із цвітної капуста	60,0	60,0	80,0	2,6	2,6	3,5	2,6	2,6	3,5	5,0	5,0	6,7	52,0	52,0	70,0	70,0				
268 МПЛ		Борщ чернігівський	150/6	150/6	200/8	2,6	2,6	3,5	4,5	4,5	6,0	15,2	15,2	20,3	107,0	107,0	143,0	143,0				
217 МПЛ		Картопля відварена з маслом	80,0	80,0	100,0	1,6	1,6	2,0	1,8	1,8	2,2	13,9	13,9	17,3	77,0	77,0	97,0	97,0				
255 Г Р		Шніцель рибний натуральний	47,0	47,0	70,0	7,8	7,8	11,6	2,9	2,9	4,4	5,3	5,3	8,0	78,0	78,0	117,0	117,0				
300		Кісель вишневий	142,0	150,0	185,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	11,9	19,4	24,1	51,0	80,0	99,0	99,0				
394 Г		Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	71,0				
Всього на обід:						17,2	17,2	23,3	14,2	14,2	18,5	61,2	68,7	86,3	436,0	465,0	597,0	597,0				
Вечеря:																						
218 ЗПМПЛ		Граген "Зебра" (запіканка з какао)	77,0	80,0	100,0	11,9	11,9	14,9	7,7	7,7	9,6	10,7	14,7	18,3	161,0	176,0	220,0	220,0				
347		Соус сухофрукти курага (вишня)	53,0	55,0	74,0	1,5	1,5	1,9	0,0	0,0	0,0	19,5	22,2	29,6	79,0	89,0	118,0	118,0				
218 МПЛ		Молоко кип'ячене	150,0	150,0	200,0	4,4	4,4	5,9	3,9	3,9	5,2	7,4	7,4	9,9	81,0	81,0	108,0	108,0				
369		Фрукти свіжі персики або яблука	60,0	60,0	80,0	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,1	6,2	6,2	8,3	26,0	26,0	34,0	34,0				
Всього на вечерю:						18,3	18,3	23,4	11,7	11,7	14,9	43,8	50,5	66,1	347,0	372,0	480,0	480,0				
Всього за день:						53,1	53,6	69,9	39,1	39,6	50,6	157,0	182,3	224,7	1152,0	1229,0	1575,0	1575,0				

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)						Хімічний склад продуктів (г)						Енергетична цінність (ккал)			
			Грами			Білки			Жири			Вуглеводи						
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	
Сніданок:																		
316	МІПЛ	Морква тушкована в сметані	60,0	63,0	84,0	1,1	1,1	1,4	3,0	3,0	4,0	6,2	8,8	11,7	53,0	63,0	84,0	
227	МІПЛ	Суп молочний з гречаною крупою	150,0	150,0	200,0	3,6	3,6	4,8	3,1	3,1	4,2	11,1	12,6	16,9	87,0	93,0	124,0	
322	ГЯМІПЛ	Омлет драчена	45,0	46,0	46,0	5,8	5,8	5,8	6,9	6,9	6,9	2,6	2,6	2,6	96,0	96,0	96,0	
344		Сік персиковий	120,0	120,0	180,0	0,1	0,2	0,2	0,0	0,0	0,0	19,1	28,6	28,6	82,0	82,0	122,0	
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0	

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)		Хімічний склад продуктів (г)										Енергетична цінність (ккал)			
			Грами		Білки		Жири		Вуглеводи									
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки				
Сніданок:																		
244	МППЛ	Салат капуста,морква,ябл з твер сир	70,0	70,0	93,0	2,1	2,1	2,8	3,5	3,5	4,7	4,4	4,4	5,8	55,0	74,0		
358	ЗПМППЛ	Суфле з варен м'яса курки та рису	100,0	100,0	134,0	10,3	10,3	13,7	5,3	5,3	7,1	11,0	11,0	14,6	133,0	177,0		
397		Компот свіжі фрукти яблука,груші	120,0	160,0	160,0	0,4	0,4	0,4	0,3	0,4	0,4	9,2	19,2	19,2	39,0	79,0		
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0		
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	71,0		
Всього на сніданок:																		
						15,8	15,8	20,2	11,6	11,7	14,7	47,6	57,6	66,9	351,0	472,0		
Обід:																		
361		Овочі свіжі помідори (або огірки)	45,0	45,0	60,0	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,1	2,1	2,1	2,8	10,0	14,0		
267	МПП	Борщ український	150,0	150,0	200,0	2,1	2,1	2,8	2,4	2,4	3,2	10,0	10,0	13,4	68,0	91,0		
291	МПП	Каша гречана розсипчаста	90,0	90,0	112,0	4,6	4,6	5,8	2,7	2,7	3,3	23,1	23,1	28,9	135,0	169,0		
209	МПП	Біфштекс із свинини та яловичини	40,0	40,0	53,0	7,8	7,8	10,6	9,9	9,9	12,4	0,0	0,0	0,0	121,0	155,0		
300		Кісель вишневий	142,0	150,0	185,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	11,9	19,4	24,1	51,0	99,0		
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0		
Всього на обід:																		
						17,6	17,6	22,6	17,5	17,5	21,4	57,0	64,5	79,1	456,0	599,0		
Вечеря:																		
319	МППГ	Овочі припущені в сметанному соусі	85,0	85,0	113,0	1,9	1,9	2,5	4,9	4,9	6,5	6,2	6,2	8,3	74,0	98,0		
286	МПП	Картопляне пюре	90,0	90,0	112,0	2,1	2,1	2,6	3,4	3,4	4,3	15,9	15,9	19,9	85,0	106,0		
254	МППЛР	Котлета рибна любительська	59,0	59,0	88,0	8,2	12,3	12,3	3,8	5,7	5,7	3,8	5,7	5,7	81,0	122,0		
374		Чай трав'яний	150,0	150,0	180,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	8,0	0,0	30,0		
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0		
367		Фрукти свіжі виноград або яблука	60,0	60,0	80,0	0,4	0,4	0,5	0,1	0,1	0,2	9,4	9,4	12,5	39,0	52,0		
Всього на вечерю:																		
						14,7	18,8	20,0	14,6	16,5	19,1	45,2	53,1	64,3	350,0	479,0		
Всього за день:																		
						48,1	52,1	62,8	43,7	45,7	55,2	149,8	175,2	210,3	1157,0	1550,0		

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)			Хімічний склад продуктів (г)						Енергетична цінність (ккал)							
			Грами			Білки			Жири			Вуглеводи							
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		
Сніданок:																			
320		Омлет свіжі огірки (або помідори)	45,0	45,0	60,0	0,6	0,6	0,8	2,4	2,4	3,2	2,8	2,8	3,2	6,0	6,0	8,0		
314	ГМЦП	Макарони відварені з твердим сиром	90,7	90,7	113,9	4,9	4,9	6,2	3,8	3,8	4,8	21,7	21,7	27,1	143,0	143,0	179,0		
327	Г'ЯМЦП	Пудинг із м'яса курки	60,0	60,0	80,0	10,4	10,4	13,9	4,9	4,9	6,6	3,1	3,1	4,2	98,0	98,0	131,0		
345		Сік яблуниний	120,0	120,0	180,0	0,5	0,5	0,7	0,0	0,0	0,0	12,4	12,4	18,5	50,0	50,0	76,0		
394	Г	Хліб діз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0		
370		Фрукти свіжі сливи або яблука	60,0	60,0	80,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	6,1	6,1	8,1	26,0	26,0	34,0		
Всього на сніданок:			19,0	19,0	24,3	13,5	13,5	17,0	56,0	56,0	71,0	394,0	394,0	499,0					
Обід:																			
330		Пюре із буряка	54,0	55,0	73,0	0,9	0,9	1,2	2,1	2,1	2,7	6,0	6,0	9,3	43,0	47,0	63,0		
311	ЗІЯМЦП	Куліш пшоняний з фрикадел курячою	150\11\7	150\11\7	200\15\9	4,9	4,9	6,5	5,2	5,2	7,0	13,1	13,1	17,5	119,0	119,0	159,0		
271	Г'ЯМЦП	Вареники з курячим м'ясом	81,0	108,0	108,0	12,3	16,4	16,4	4,9	6,5	6,5	16,8	22,4	22,4	162,0	215,0	215,0		
308		Компот свіжі фрукти яблуко або виноград	160,0	160,0	160,0	0,2	0,3	0,3	0,2	0,2	0,3	6,2	16,3	16,3	27,0	66,0	66,0		
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0		
Всього на обід:			19,2	23,4	25,6	12,5	14,1	16,6	55,2	70,9	82,9	404,0	500,0	574,0					
Вечеря:																			
214	Г'ЯМЦП	Оладки з сирку кисломолочного	79,0	84,0	105,0	9,7	9,7	12,1	9,0	9,0	11,2	13,1	13,1	22,3	174,0	192,0	240,0		
349		Соус фруктовий вишня (курага)	34,0	36,0	48,0	0,3	0,3	0,4	0,1	0,1	0,1	4,9	6,7	8,9	21,0	27,0	37,0		
405	МЦП	Кисель з какао	124,0	130,0	175,0	4,3	4,3	5,7	3,6	3,6	4,9	14,6	21,1	28,4	108,0	132,0	178,0		
Всього на вечерю:			14,3	14,3	18,2	12,7	12,7	16,2	49,8	49,8	59,6	303,0	351,0	455,0					
Всього за день:			52,5	56,7	68,1	38,7	40,3	49,8	143,8	167,8	213,5	1101,0	1245,0	1528,0					

СКЛАВ: медична сестра з дієтичного харчування

 (підпис)

Надія ГОНТАР
(ім'я, прізвище)

Понеділок (2 тиждень)

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)				Хімічний склад продуктів (г)								Енергетична цінність (ккал)			
			Грами				Білки				Жири				Вуглеводи			
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	
Сніданок:																		
361		Овочі свіжі помідори (або огірки)	45,0	45,0	60,0	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,1	2,1	2,1	2,8	10,0	10,0	14,0	
292	МПЛ	Каша гречана розсипчаста	90,0	90,0	112,0	4,6	4,6	5,8	2,7	2,7	3,3	23,1	23,1	28,9	135,0	135,0	169,0	
324	Г Я	Паличка куряча	45,0	45,0	60,0	10,2	10,2	13,6	4,3	4,3	5,7	5,7	5,7	7,6	103,0	103,0	137,0	
374		Чай трав'яний	150,0	180,0	180,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	0,0	23,0	30,0	
395	Г МПЛ	Хліб ц/з з твердим сиром	308	308	301/3	3,9	3,9	5,1	4,7	4,7	6,0	9,9	9,9	9,9	100,0	100,0	118,0	
368		Фрукти свіжі груші або яблука	60,0	60,0	80,0	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,2	6,1	6,1	8,1	25,0	25,0	34,0	
Всього на сніданок:																		
			19,4	19,4	25,5				12,0	12,0	15,3	46,9	52,9	65,3	373,0	396,0	502,0	
Обід:																		
319	МПЛ Г	Овочі припущені в сметанному соусі	85,0	85,0	113,0	1,9	1,9	2,5	4,9	4,9	6,5	6,2	6,2	8,3	74,0	74,0	98,0	
231	Г	Суп картопляний з макар виробами	150,0	150,0	200,0	1,6	1,6	2,1	2,1	2,1	2,8	11,5	11,5	15,4	71,0	71,0	94,0	
297	ЗП МПЛ	Каша ячна в'язка	90,0	90,0	113,0	2,0	2,0	2,5	1,7	1,7	2,1	13,2	13,2	16,5	76,0	76,0	96,0	
318	Г Я	Нагетси курячі	56,0	56,0	75,0	11,0	11,0	14,7	4,6	4,6	6,1	10,0	10,0	13,4	126,0	126,0	168,0	
308		Компот фруктовий яблука або персики	120,0	160,0	160,0	0,2	0,3	0,3	0,2	0,3	0,3	6,2	16,3	16,3	27,0	66,0	66,0	
394	Г	Хліб ц/з	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
Всього на обід:																		
			18,8	18,9	24,2			15,9	16,0	16,0	20,2	57,0	67,1	79,8	445,0	484,0	593,0	
Вечеря:																		
392	Г Я МПЛ	Зраз з сиру кисломолочного з чорносливом (або курагою)	92,0	96,0	120,0	14,1	14,1	17,6	9,0	9,0	11,3	24,6	29,3	36,6	233,0	251,0	314,0	
219	МПЛ	Йогурт	100,0	100,0	125,0	2,7	2,7	3,4	2,5	2,5	3,1	14,1	14,1	17,6	88,0	88,0	110,0	
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0	
Всього на вечерю:																		
			17,7	17,7	22,2				11,6	11,6	14,5	51,8	56,5	71,6	374,0	392,0	495,0	
Всього за день:																		
			55,9	56,0	71,9				39,5	39,6	50,0	155,7	176,5	216,7	1192,0	1272,0	1590,0	

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)			Хімічний склад продуктів (г)										Енергетична цінність (ккал)			
			Грами			Білки			Жири			Вуглеводи							
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки					
Сніданок:																			
380 Г		Кабачки смажені	38,0	38,0	50,0	4,0	0,4	0,6	1,9	1,9	2,6	3,6	3,6	4,8	32,0	32,0	43,0	43,0	
313 Г		Макарони відварені з овочами	100,0	100,0	125,0	3,4	3,4	4,3	2,8	2,8	3,5	21,7	21,7	27,1	126,0	126,0	158,0	158,0	
360 ЯМІПЛ		Суфле ячне	75,0	75,0	75,0	6,8	6,8	6,8	7,5	7,5	7,5	6,0	6,0	6,0	118,0	118,0	118,0	118,0	
397		Компот свіжі фрукти яблука,груші	120,0	160,0	160,0	0,4	0,4	0,4	0,3	0,4	0,4	9,2	9,2	19,2	39,0	79,0	79,0	79,0	
394 Г		Хліб ц/з	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	71,0	
369		Фрукти свіжі персики або яблука	60,0	60,0	80,0	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,1	6,2	6,2	8,3	26,0	26,0	34,0	34,0	
Всього на сніданок:			17,2	13,6	14,9	15,0	15,1	16,5	56,6	66,6	75,3	412,0	452,0	503,0	452,0	452,0	503,0	503,0	
Обід:																			
213		Салат з моркви та часнику	39,0	40,0	50,0	0,6	0,6	0,7	2,0	2,0	2,5	3,0	4,0	5,0	31,0	35,0	43,0	43,0	
266 Г ЯМІПЛ		Борщ полтавський з галушками	150/276	150/276	200/368	2,6	2,6	3,5	3,6	3,6	4,9	14,8	16,3	21,7	106,0	106,0	142,0	142,0	
285		Картопля запечена скибочками	80,0	80,0	100,0	1,6	1,6	2,0	2,3	2,3	2,9	13,8	13,8	17,3	82,0	82,0	102,0	102,0	
256 Г Я Р		Рибна паличка з яйцем	52,0	52,0	77,0	9,1	9,1	13,6	4,2	4,2	6,3	4,8	4,8	7,1	93,0	93,0	140,0	140,0	
300		Кисіль вишневий	142,0	150,0	185,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	11,9	19,4	24,1	51,0	80,0	99,0	99,0	
394 Г		Хліб ц/з	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	71,0	
Всього на обід:			16,5	16,5	22,5	14,5	14,5	19,0	58,2	68,2	85,1	434,0	467,0	597,0	434,0	467,0	597,0	597,0	
Вечеря:																			
320		Овочі свіжі огірки (або помідори)	45,0	45,0	60,0	0,4	0,4	0,5	0,0	0,0	0,0	1,5	1,5	2,0	6,0	6,0	8,0	8,0	
262 ЗПМІПЛ		Банаш по-гуцульськи з сиром тверд	80/4	80/4	100/5	3,6	3,6	4,5	5,0	5,0	6,2	11,8	11,8	14,7	107,0	107,0	124,0	124,0	
238 Г		Котлета рублена з м'яса курки	58,0	58,0	77,0	10,3	10,3	13,8	4,1	4,1	5,4	8,3	8,3	11,1	112,0	112,0	139,0	139,0	
342		Сік апельсиновий	120,0	120,0	180,0	0,8	0,8	1,3	0,0	0,0	0,0	15,6	15,6	23,4	65,0	65,0	97,0	97,0	
394 Г		Хліб ц/з	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	71,0	
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,1	6,2	6,2	8,3	53,0	53,0	71,0	71,0	
Всього на вечерю:			17,7	17,7	22,9	11,6	11,6	14,1	53,3	53,3	69,4	414,0	414,0	510,0	414,0	414,0	510,0	510,0	
Всього за день:			51,4	47,8	60,3	41,1	41,2	49,6	168,1	188,1	229,8	1260,0	1333,0	1610,0	1260,0	1333,0	1610,0	1610,0	

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)						Хімічний склад продуктів (г)						Енергетична цінність			
			Грами			Білки			Жири			Вуглеводи			(ккал)			
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	
Сніданок:																		
387		Салат капуста, зелен горо, зелен шиб.	49,0	49,0	66,0	1,0	1,0	1,4	2,0	2,0	2,7	3,1	3,1	4,2	33,0	33,0	44,0	
207	ЗПМПЛ	Плов з м'ясом курки	110,0	110,0	146,0	10,7	10,7	14,2	4,7	4,7	6,2	18,1	18,1	24,2	158,0	158,0	210,0	
374		Чай трав'яний	150,0	150,0	180,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	23,0	30,0	
375	МПЛ Г	Хліб ціз з твердим сиром	308	308	301,3	3,9	3,9	5,1	4,7	4,7	6,0	9,9	9,9	9,9	100,0	100,0	118,0	
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0	
Всього на сніданок:																		
						16,5	16,5	21,9	11,5	11,5	15,0	44,2	50,2	63,7	344,0	367,0	473,0	
Обід:																		
361		Овочі свіжі помідори (або огірки)	45,0	60,0	60,0	0,5	0,7	0,7	0,1	0,1	0,1	2,1	2,1	2,8	10,0	10,0	14,0	
230	ЗП	Суп гречаний	150,0	150,0	200,0	1,5	1,5	2,0	1,8	1,8	2,4	10,2	10,2	13,6	62,0	62,0	83,0	
385	ЗПМПЛ	Каша пшенична в'язка	90,0	90,0	113,0	2,4	2,4	3,0	1,7	1,7	2,1	15,1	15,1	18,9	87,0	87,0	109,0	
376	Г	Шніцель зі свинини	60,0	60,0	80,0	8,4	8,4	11,1	14,5	14,5	19,3	8,6	8,6	11,4	199,0	199,0	265,0	
308		Компот свіжі фрукти яблука або сливи	120,0	160,0	160,0	0,2	0,3	0,3	0,2	0,3	0,3	6,2	6,2	16,3	27,0	27,0	66,0	
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
Всього на обід:																		
						15,1	15,4	19,2	20,7	20,8	26,6	52,1	62,9	72,9	456,0	495,0	608,0	
Вечеря:																		
258	ГЯМПЛ	Сирники	57,0	60,0	75,0	10,5	10,5	13,1	7,4	7,4	9,3	6,7	6,7	9,7	138,0	149,0	186,0	
348		Соус сухефрукти чорнослив(курага)	40,0	41,0	55,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	15,0	15,0	22,6	61,0	68,0	91,0	
284	МПЛ	Какао на молоці	165,0	165,0	200,0	5,9	5,9	7,0	5,0	5,0	5,9	9,6	9,6	16,0	106,0	130,0	158,0	
367		Фрукти свіжі виноград або яблука	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	39,0	39,0	52,0	
Всього на вечерю:																		
						17,8	17,8	21,9	12,5	12,5	15,3	44,4	55,8	72,1	344,0	386,0	487,0	
Всього за день:																		
						49,4	49,7	63,0	44,7	44,8	56,9	140,7	168,9	208,7	1144,0	1248,0	1568,0	

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)			Хімічний склад продуктів (г)						Енергетична цінність (ккал)						
			Грами			Білки			Жири			Вуглеводи						
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	
Сніданок:																		
316	МІПЛ	Морква тушкована в сметані	60,0	63,0	84,0	1,1	1,1	1,4	3,0	3,0	4,0	6,2	8,8	11,7	53,0	63,0	84,0	
223	ЗПЯМІПЛ	Каша боярська (на молоці, пшона, родзинки)	95,0	100,0	125,0	5,6	5,6	7,0	4,9	4,9	6,1	19,7	24,6	24,6	145,0	164,0	205,0	
323	Г'ЯМІПЛ	Омлет	60,0	60,0	60,0	5,9	5,9	5,9	6,1	6,1	6,1	2,6	2,6	2,6	89,0	89,0	89,0	
374		Чай трав'яний	150,0	150,0	180,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	30,0	
394	Г	Хліб ц/з	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
368		Фрукти свіжі: груші або яблука	60,0	60,0	80,0	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,2	6,1	6,1	8,1	25,0	25,0	34,0	
Всього на сніданок:																		
			14,9	14,9	16,7	16,6	16,6	18,8	44,5	58,0	64,9	383,0	435,0	513,0				
Обід:																		
402	Я	Капуста світла підсмажена в яйці	46,0	46,0	61,0	2,0	2,0	2,7	2,5	2,5	3,3	2,3	2,3	3,1	38,0	38,0	50,0	
233	МІПЛ	Борщ по-бахмацьки	150,6	150,6	200,8	2,6	2,6	3,5	4,5	4,5	6,0	15,2	15,2	20,3	107,0	107,0	143,0	
291	МІПЛ	Каша гречана в'язка	90,0	90,0	113,0	2,8	2,8	3,5	2,2	2,2	2,7	13,9	13,9	17,4	87,0	87,0	199,0	
236	Г'ЯМІПЛ	Мафіни з овочами та твердим сиром (яловичина)	63,0	63,0	84,0	12,0	12,0	16,0	5,4	5,4	7,2	3,8	3,8	5,0	112,0	112,0	149,0	
308		Компот фруктовий: яблука або виноград	120,0	160,0	160,0	0,2	0,3	0,3	0,2	0,3	0,3	6,2	16,3	16,3	27,0	65,0	66,0	
394	Г	Хліб ц/з	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
Всього на обід:																		
			21,7	21,8	28,1	17,2	17,3	21,9	51,3	61,4	72,0	442,0	481,0	588,0				
Вечеря:																		
320		Овочі свіжі: огірки (або помідори)	45,0	45,0	60,0	0,4	0,4	0,5	0,0	0,0	0,1	1,5	1,5	2,0	6,0	6,0	8,0	
235	МІПЛ	Картопля тушкована з цибу та томат	100,0	100,0	125,0	2,1	2,1	2,6	3,4	3,4	4,3	15,9	15,9	19,9	102,0	102,0	127,0	
331	Г'Я Р	Рулет рибний	55,0	55,0	82,0	8,2	8,2	12,2	3,6	3,6	5,4	4,1	4,1	6,2	81,0	81,0	122,0	
341		Сік абрикосовий	120,0	120,0	180,0	0,6	0,6	0,9	0,1	0,1	0,2	14,8	14,8	22,1	66,0	66,0	99,0	
394	Г	Хліб ц/з	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
366		Фрукти свіжі: банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0	
Всього на вечерю:																		
			14,3	14,3	19,5	9,6	9,6	12,5	59,3	59,3	77,5	379,0	379,0	498,0				
Всього за день:																		
			50,9	51,0	64,3	43,4	43,5	53,2	155,1	178,7	214,4	1204,0	1295,0	1599,0				

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)			Хімічний склад продуктів (г)										Енергетична цінність (ккал)			
			Грами			Білки			Жири				Вуглеводи						
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		
Сніданок:																			
338		Салат зі свіжих огірків	50,0	50,0	70,0	0,5	0,5	0,7	1,1	1,1	1,4	2,5	2,5	3,4	21,0	21,0	28,0		
298	ЗП Г	Каша ячна розсип з цибулею	96,0	96,0	120,0	3,1	3,1	3,9	2,4	2,4	3,0	21,0	21,0	26,3	118,0	118,0	147,0		
363	МПЛ	Філе м'яса курки запеч під сиром тве	55,0	55,0	74,0	10,7	10,7	14,3	7,6	7,6	10,2	1,9	2,4	3,2	119,0	121,0	161,0		
397		Компот свіжі фрукти яблука,груші	120,0	160,0	160,0	0,4	0,4	0,4	0,3	0,4	0,4	9,2	19,2	19,2	39,0	79,0	79,0		
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0		
Всього на сніданок:																			
			16,8	16,8	21,4	13,8	13,9	17,4	44,5	55,0	62,0	368,0	410,0	486,0					
Вечеря:																			
282		Ікра з буряка	55,0	55,0	73,0	1,0	1,0	1,3	1,5	1,5	2,1	6,3	6,3	8,4	40,0	40,0	54,0		
311	З	Куліш пшонаий з фрикад курячою	150\117	150\117	200\119	4,9	4,9	6,5	5,2	5,2	7,0	13,1	13,1	17,5	119,0	119,0	159,0		
276	ЗНМПЛ	Голубці ліній: з курячим м'ясом	90,0	90,0	120,0	7,9	7,9	10,5	3,4	3,4	4,6	7,7	7,7	10,3	91,0	91,0	121,0		
300		Кисіль вишневий	142,0	150,0	185,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	11,9	19,4	24,1	51,0	80,0	99,0		
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0		
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0		
Всього на обід:																			
			17,3	17,3	22,2	12,6	12,6	16,2	62,0	69,5	87,6	425,0	454,0	575,0					
Вечеря:																			
389	Г ЯЗНМПЛ	Локшинник з сиром кисломолочним	115,0	120,0	150,0	10,6	10,6	13,2	6,2	6,2	7,8	22,4	28,4	35,5	191,0	213,0	267,0		
349		Соус фруктовий вишневий (яблучн)	34,0	36,0	48,0	0,3	0,3	0,4	0,1	0,1	0,1	4,9	6,7	8,9	21,0	27,0	37,0		
284	МПЛ	Какао на молоці	165,0	165,0	200,0	5,9	5,9	7,0	5,0	5,0	5,9	9,6	16,0	20,0	106,0	130,0	158,0		
369		Фрукти свіжі перенки або яблука	60,0	60,0	80,0	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,1	6,2	6,2	8,3	26,0	26,0	34,0		
Всього на вечерю:																			
			17,3	17,3	21,3	11,4	11,4	13,9	43,1	57,3	72,7	344,0	396,0	496,0					
Всього за день:																			
			51,4	51,4	64,9	37,8	37,9	47,5	149,6	181,8	222,3	1137,0	1260,0	1557,0					

СКЛАВ: медична сестра з дієтичного харчування



Надія ГОНТАР
(ім'я, прізвище)

Меню на тиждень на літній період (3 тиждень)

Понеділок (3 тиждень)																							
№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)			Хімічний склад продуктів (г)									Енергетична цінність (ккал)								
			Грами			Білки			Жири			Вуглеводи			1-3 роки			3-4 роки			4-6 роки		
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки									
Сніданок:																							
212	Г МПЛ	Макарони відварені з маслом вершк.	90,0	90,0	112,0	3,3	3,3	4,2	1,8	1,8	2,2	21,7	21,7	27,1	118,0	118,0	147,0						
252	МПЛ	Соус сметанний (на молоці)	35,0	35,0	50,0	1,0	1,0	1,4	2,4	2,4	3,5	4,7	4,7	6,7	45,0	45,0	64,0						
242	Я МПЛ	Омлет з цибулею ріпчастою	55,0	55,0	55,0	5,6	5,6	5,6	6,8	6,8	6,8	1,7	1,7	1,7	90,0	90,0	90,0						
374		Чай трав'яний	150,0	150,0	180,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	23,0	30,0					
394	МПЛ Г	Хліб ц/з	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0						
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0						
Всього на сніданок:			12,9	12,9	14,5	13,5	13,5	15,0	51,1	57,1	70,8	377,0	400,0	473,0									
Обід:																							
339		Салат зі свіжих помідорів та огірків	62,0	62,0	82,0	0,6	0,6	0,8	2,4	2,4	3,2	2,8	2,8	3,8	34,0	34,0	45,0						
211	ЗП Я	Суп гречаний з м'ясною фрик (курки)	150\11	150\11	200\15	4,2	4,2	5,6	2,6	2,6	3,4	10,3	10,3	13,7	80,0	80,0	107,0						
385	ЗПП МПЛ	Каша пшенична в'язка	90,0	90,0	113,0	2,4	2,4	3,0	1,7	1,7	2,1	15,1	15,1	18,9	87,0	87,0	109,0						
238	Г	Котлета рублена з м'яса курки	58,0	58,0	77,0	10,3	10,3	13,8	4,1	4,1	5,4	8,3	8,3	11,1	112,0	112,0	149,0						
308		Компот свіжі фрукти яблука або персики	120,0	160,0	160,0	0,2	0,3	0,3	0,2	0,3	0,3	6,2	16,3	16,3	27,0	66,0	66,0						
394		Хліб ц/з	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0						
367		Фрукти свіжі виноград або яблука	60,0	60,0	80,0	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,2	6,1	6,1	8,1	39,0	39,0	52,0						
Всього на обід:			20,0	20,1	25,9	13,6	13,7	17,0	58,7	68,8	81,8	450,0	489,0	599,0									
Вечеря:																							
247	Г	Капуста цвітна запечена в сухарях	27,0	27,0	36,0	0,9	0,9	1,1	1,1	1,1	1,5	2,3	2,3	3,1	21,0	21,0	29,0						
326	ЗПП МПЛ	Полента (каша кукурудзяна запечена)	90,0	90,0	112,0	2,5	2,5	3,2	2,4	2,4	3,0	16,6	16,6	20,7	99,0	99,0	123,0						
318	Г Я	Нагетси курячі	56,0	56,0	75,0	11,0	11,0	14,7	4,6	4,6	6,1	10,0	10,0	13,4	126,0	126,0	168,0						
219	МПЛ	Йогурт	100,0	100,0	125,0	2,7	2,7	3,4	2,5	2,5	3,1	14,1	14,1	17,6	88,0	88,0	110,0						
394	Г	Хліб ц/з	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0						
Всього на вечерю:			19,2	19,2	24,5	13,0	13,0	16,1	52,9	52,9	64,7	405,0	405,0	501,0									
Всього за день:			52,1	52,2	64,9	40,1	40,2	48,1	162,7	178,8	217,3	1232,0	1294,0	1573,0									

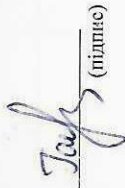
№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)						Хімічний склад продуктів (г)						Енергетична цінність (ккал)			
			Грами			Білки	Жири	Вуглеводи	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки													
Сніданок:																		
340		Салат зі свіжих помідорів	45,0	45,0	60,0	0,5	0,5	0,7	1,1	1,1	1,4	2,5	2,5	3,4	21,0	21,0	28,0	
297	ЗПГМПЛ	Каша ячна в'язка	100,0	100,0	134,0	10,3	10,3	13,7	5,3	5,3	7,1	11,0	11,0	14,6	76,0	76,0	96,0	
324	Г Я	Паличка куряча	45,0	45,0	60,0	0,6	0,6	0,9	0,0	0,0	0,0	17,4	17,4	26,1	103,0	103,0	137,0	
344		Сік персиковий	120,0	120,0	180,0	0,1	0,1	0,2	0,0	0,0	0,0	19,1	19,1	28,6	82,0	82,0	122,0	
394	Г	Хліб діз	308	308	308	3,9	3,9	5,1	4,7	4,7	6,0	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
370		Фрукти свіжі сливи або яблука	60,0	60,0	80,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	6,1	6,1	8,1	25,0	25,0	34,0	
Всього на сніданок:			15,9	15,9	21,2	11,1	11,1	14,5	66,0	66,0	90,7	378,0	378,0	488,0				
Обід:																		
379		Салат капуста ,огірки та кріп	50,0	50,0	70,0	0,7	0,7	1,0	1,6	1,6	2,1	2,4	2,4	3,3	25,0	25,0	33,0	
232	МПЛ	Борщ з квасолею,картоплею та смет.	1504	1504	2005	2,3	2,3	3,1	3,0	3,0	4,1	9,7	10,6	14,1	73,0	76,0	102,0	
286	МПЛ	Картопляне пюре	90,0	90,0	112,0	2,0	2,0	2,5	2,1	2,1	2,7	14,5	14,5	18,2	85,0	85,0	106,0	
372	ГЯМПЛ Р	Хлібець рибний	48,0	48,0	73,0	8,0	8,0	12,0	3,7	3,7	5,6	2,9	2,9	4,4	77,0	77,0	116,0	
300		Кисіль вишневий	142,0	150,0	185,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	11,9	19,4	24,1	51,0	80,0	99,0	
394	Г	Хліб діз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0	
Всього на обід:			16,5	16,5	22,5	12,9	12,9	17,0	64,4	64,4	72,8	435,0	435,0	598,0				
Вечеря:																		
215	ЗПГЯМПЛ	Заїканка з сиру кисломолочного	79,0	84,0	105,0	9,7	9,7	12,1	9,0	9,0	11,2	13,1	13,1	22,3	147,0	161,0	201,0	
347		Соус сухофрукт курага (вишня)	53,0	55,0	74,0	1,5	1,5	1,9	0,0	0,0	0,0	19,5	22,2	29,6	79,0	89,0	118,0	
284	МПЛ	Какао на молоці	165,0	165,0	200,0	5,9	5,9	7,0	5,0	5,0	5,9	9,6	16,0	20,0	106,0	130,0	158,0	
Всього на вечерю:			17,1	17,1	21,0	14,0	14,0	17,1	42,2	51,3	71,9	332,0	332,0	477,0				
Всього за день:			49,5	49,5	64,7	38,0	38,0	48,6	172,6	190,1	254,0	1145,0	1145,0	1563,0				

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)			Хімічний склад продуктів (г)						Енергетична цінність (ккал)						
			Грами			Білки			Жири			Вуглеводи						
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	
Сніданок:																		
361		Овочі свіжі помідори	45,0	45,0	60,0	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,1	2,1	2,1	2,8	10,0	10,0	14,0	
229 Г МПД		Суп молочний з макаронами	175,0	180,0	200,0	6,4	6,4	7,1	5,2	5,2	5,7	21,9	27,9	31,0	160,0	182,0	203,0	
323 Г Я МПД		Омлет	60,0	60,0	60,0	5,9	5,9	5,9	6,1	6,1	6,1	2,6	2,6	2,6	89,0	89,0	89,0	
374		Чай трав'яний	150,0	150,0	180,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	8,0	0,0	23,0	30,0	
395 Г МПД		Хліб ціз з твердим сиром	308	308	3013	3,9	3,9	5,1	4,7	4,7	6,0	9,9	9,9	9,9	100,0	100,0	118,0	
367		Фрукти свіжі виноград або яблука	60,0	60,0	80,0	0,4	0,4	0,5	0,1	0,1	0,2	9,4	9,4	12,5	39,0	39,0	52,0	
Всього на сніданок:			17,1	17,1	19,3	16,2	16,2	18,1	16,2	16,2	18,1	45,9	57,9	66,8	398,0	443,0	506,0	
Обід:																		
330		Пюре із буряка	54,0	55,0	73,0	0,9	0,9	1,2	2,1	2,1	2,7	6,0	7,0	9,3	43,0	47,0	63,0	
351 Я		Суп гороховий з фрикаделькою (мясо яловичина)	150\11	150\11	200\15	7,9	7,9	10,5	2,8	2,8	3,7	12,5	12,5	16,7	106,0	106,0	141,0	
390 Г Я		Гречаник м'ясний (яловичина)	54,0	54,0	72,0	10,9	10,9	14,4	3,4	3,4	4,5	24,7	24,7	31,4	101,0	101,0	134,0	
397		Компот свіжі фрукти яблука,груші	120,0	160,0	160,0	0,4	0,4	0,4	0,3	0,4	0,4	9,2	19,2	19,2	39,0	79,0	79,0	
394 Г		Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0	
Всього на обід:			23,1	23,1	29,8	11,1	11,1	13,8	11,2	11,2	13,8	75,4	86,4	103,9	413,0	457,0	559,0	
Вечеря:																		
380 Г		Кабачки смажені	38,0	38,0	50,0	0,4	0,4	0,6	1,9	1,9	2,6	3,6	3,6	4,8	32,0	32,0	43,0	
263 ЗПГ Я МПД		Биточок перловий	77,0	80,0	100,0	3,7	3,7	4,6	4,4	4,4	5,5	20,2	23,4	29,2	136,0	148,0	185,0	
264 Г МПД		Биточок паровий з м'яса курки	58,0	58,0	77,0	10,2	10,2	13,5	3,1	3,1	4,1	5,0	5,0	6,7	88,0	88,0	117,0	
308		Компот свіжі фрукти яблука або персики	120,0	160,0	160,0	0,2	0,3	0,3	0,2	0,3	0,3	6,2	16,3	16,3	27,0	66,0	66,0	
394 Г		Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
Всього на вечерю:			16,6	16,7	21,1	12,0	12,1	14,9	12,1	12,1	14,9	44,9	58,2	66,9	354,0	405,0	482,0	
Всього за день:			56,8	56,9	70,2	39,3	39,5	46,8	39,3	39,5	46,8	166,2	202,5	237,6	1165,0	1305,0	1547,0	

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)			Хімічний склад продуктів (г)						Енергетична цінність (ккал)					
			Грами			Білки		Жири		Вуглеводи							
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки			
Сніданок:																	
338		Салат зі свіжих огірків	50,0	50,0	70,0	0,5	0,5	0,7	1,1	1,1	1,4	2,5	2,5	3,4	21,0	21,0	28,0
314	Г МПЛ	Макарони відварені з твердим сиром	90,7	90,7	113,9	4,9	4,9	6,2	3,8	3,8	4,8	21,7	21,7	27,1	143,0	143,0	179,0
327	Г Я МПЛ	Пудинг із м'яса курки	60,0	60,0	80,0	10,4	10,4	13,9	4,9	4,9	6,6	3,1	3,1	4,2	98,0	98,0	131,0
309		Компот суміші сухофруктів	100,0	150,0	150,0	0,8	0,8	1,3	0,0	0,0	0,0	15,6	15,6	23,4	20,0	59,0	59,0
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0
368		Фрукти свіжі груші або яблука	60,0	60,0	80,0	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,2	6,1	6,1	8,1	25,0	25,0	34,0
Всього на сніданок:			18,9	18,9		24,5	12,4	12,4			15,4	58,9	58,9	76,1	378,0	417,0	502,0
Обід:																	
361		Овочі свіжі помідори	45,0	45,0	60,0	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,1	2,1	2,1	2,8	10,0	10,0	14,0
267	МПЛ	Борщ український	150,0	150,0	200,0	2,1	2,1	2,8	2,4	2,4	3,2	10,0	10,0	13,4	68,0	68,0	91,0
297	ЗП МПЛ	Каша ячна в'язка	90,0	90,0	113,0	2,0	2,0	2,5	1,7	1,7	2,1	13,2	13,2	16,5	76,0	76,0	96,0
391	Я	Суфле м'ясне з овочами	30,0	30,0	40,0	7,5	7,4	9,9	14,7	14,7	19,4	1,1	1,1	1,5	167,0	167,0	222,0
300		Кисіль вишневий	142,0	150,0	185,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	11,9	19,4	24,1	51,0	80,0	99,0
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0
Всього на обід:			14,7	14,6		18,6	21,3	21,3			27,2	48,2	55,7	68,2	443,0	472,0	593,0
Вечеря:																	
213		Салат з моркви та часнику	39,0	40,0	50,0	0,6	0,6	0,7	2,0	2,0	2,5	3,0	4,0	5,0	31,0	35,0	43,0
217	МПЛ	Картопля відварена з маслом	80,0	80,0	100,0	1,6	1,6	2,0	1,8	1,8	2,2	13,9	13,9	17,3	77,0	77,0	97,0
364	Г Я ЗП Р	Фіш- боли в томатному соусі	50\27	50\27	75\41	7,9	7,9	11,9	1,9	1,9	2,9	5,6	5,6	8,4	71,0	71,0	107,0
345		Сік яблучний	120,0	120,0	180,0	0,5	0,5	0,7	0,0	0,0	0,0	12,4	12,4	18,5	50,0	50,0	76,0
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0
Всього на вечерю:			13,6	13,6		18,6	8,2	8,2			10,1	57,9	58,9	76,5	353,0	357,0	465,0
Всього за день:			47,2	47,1		61,7	41,9	41,9			52,7	165,0	173,5	220,8	1174,0	1246,0	1560,0

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)			Хімічний склад продуктів (г)						Енергетична цінність (ккал)					
			Грами			Білки			Жири			Вуглеводи					
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки			
Сніданок:																	
319	Г МПЛ	Овочі припущені в сметанному соусі	85,0	85,0	113,0	1,9	1,9	2,5	4,9	4,9	6,5	6,2	6,2	8,3	74,0	74,0	98,0
358	ЗПЯМПЛ	Суфле варене з м'яса курки та рису	100,0	100,0	134,0	10,3	10,3	13,7	5,3	5,3	7,1	11,0	11,0	14,6	133,0	133,0	177,0
374		Чай трав'яний	150,0	150,0	180,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	23,0	30,0
395	Г МПЛ	Хліб ціз з твердим сиром	308	308	301,3	3,9	3,9	5,1	4,7	4,7	6,0	9,9	9,9	9,9	100,0	100,0	118,0
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0
Всього на сніданок:			17,0	17,0	22,5	15,0	15,0	19,7	40,2	46,2	58,2	368,0	383,0	494,0			
Обід:																	
386		Салат з капусти,огірків,кропу,зел шніб	55,0	55,0	76,0	0,8	0,8	1,1	1,6	1,6	2,1	2,6	2,6	3,6	25,0	25,0	35,0
231	Г	Суп картопляний з макар виробами	150,0	150,0	200,0	1,6	1,6	2,1	2,1	2,1	2,8	11,5	11,5	15,4	71,0	71,0	94,0
332	МПЛ	Пюре з бобових (горох)з маслом вер	90,0	90,0	113,0	9,9	9,9	12,4	2,1	2,1	2,7	22,3	22,3	27,9	148,0	148,0	185,0
241	ЯГ МПЛ	Оладки з м'яса курки	69,0	69,0	93,0	10,9	10,9	14,5	5,4	5,4	7,2	5,3	5,3	7,1	113,0	113,0	151,0
308		Компот свіжі фрукти яблука або сливи	120,0	160,0	160,0	0,2	0,3	0,3	0,2	0,3	0,3	6,2	6,2	16,3	27,0	66,0	66,0
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0
Всього на обід:			25,5	25,5	32,5	13,8	13,9	17,5	57,8	67,9	80,2	455,0	494,0	602,0			
Вечеря:																	
218	ЗПГ МПЛ	Гратен "Зебра" запіканка сирна	77,0	80,0	100,0	11,9	11,9	14,9	7,7	7,7	9,6	10,7	14,7	18,3	161,0	176,0	220,0
349		Соус фруктовий вишня (яблучний)	34,0	36,0	48,0	0,3	0,3	0,4	0,1	0,1	0,1	4,9	6,7	8,9	21,0	27,0	37,0
405	МПЛ	Кисіль з какао	124,0	130,0	175,0	4,3	4,3	5,7	3,6	3,6	4,9	14,6	21,1	28,4	108,0	132,0	178,0
367		Фрукти свіжі виноград або яблука	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	26,0	26,0	34,0
Всього на вечерю:			17,4	17,4	22,2	11,5	11,5	14,7	43,3	55,6	73,0	141,3	169,7	211,4	316,0	361,0	469,0
Всього за день:			59,9	60,0	77,2	40,3	40,4	51,9	141,3	169,7	211,4	1131,0	1238,0	1565,9			

СКЛАВ: медична сестра з дієтичного харчування


 (підпис)

 Надія ГОНТАР
 (ім'я, прізвище)

Поведілок (4 тиждень)

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)				Хімічний склад продуктів (г)								Енергетична цінність (ккал)							
			Грами				Білки				Жири				Вуглеводи							
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	
Сніданок:																						
320		Овочі свіжі огірки (або помідори)	45,0	45,0	60,0	0,4	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	1,5	2,0	6,0	6,0	8,0						
292	МПП	Каша гречана розсипчаста	90,0	90,0	112,0	4,6	5,8	2,7	2,7	3,3	23,1	23,1	28,9	135,0	135,0	169,0						
324	Г Я	Паличка куряча	45,0	45,0	60,0	10,2	13,6	4,3	4,3	5,7	5,7	5,7	7,6	103,0	103,0	137,0						
374		Чай трав'яний	150,0	150,0	180,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	8,0	0,0	30,0						
395	МПП Г	Хліб ціз з твердим сиром	308	308	3013	3,9	5,1	4,7	4,7	6,0	9,9	9,9	9,9	100,0	100,0	118,0						
368		Фрукти свіжі груші або яблука	60,0	60,0	80,0	0,2	0,3	0,2	0,2	0,2	6,1	6,1	8,1	25,0	25,0	34,0						
Всього на сніданок:			19,3	19,3	25,3	11,9	11,9	15,2	46,3	52,3	64,5	369,0	392,0	496,0								
Обід:																						
245		Сала капуста,морква,зелений горошок	53,0	53,0	71,0	3,0	4,0	0,8	0,8	1,1	8,3	8,3	11,1	32,0	32,0	42,0						
354	ЗПМПП	Суп польовий зі сметаною	150,4	150,4	200,5	1,8	2,5	2,6	2,6	3,5	12,3	12,3	16,3	79,0	79,0	106,0						
385	ЗПМПП	Каша пшенична в'язка	90,0	90,0	113,0	2,4	3,0	1,7	1,7	2,1	15,1	15,1	18,9	87,0	87,0	109,0						
318	Г Я	Нагетси курячі	58,0	58,0	77,0	11,0	14,7	4,6	4,6	6,1	10,0	10,0	13,4	126,0	126,0	168,0						
308		Компот свіжі фрукти яблука або персики	120,0	160,0	160,0	0,2	0,3	0,2	0,3	0,3	6,2	6,2	16,3	27,0	27,0	66,0						
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0						
Всього на обід:			18,6	18,7	24,1	13,1	13,2	16,5	57,3	67,4	79,9	422,0	461,0	562,0								
Вечеря:																						
393	Г ЯМПП	Зрази з сиром кисломол з курягою(або чорносливом)	90,0	95,0	119,0	14,7	18,4	9,1	9,1	11,3	23,1	27,8	34,7	232,0	250,0	312,0						
219	МПП	Йогурт	100,0	100,0	125,0	2,7	3,4	2,5	2,5	3,1	14,1	14,1	17,6	88,0	88,0	110,0						
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0						
Всього на вечерю:			18,3	18,3	23,0	11,7	11,7	14,5	50,3	55,0	69,7	373,0	391,0	493,0								
Всього за день:			56,2	56,3	72,4	36,7	36,8	46,2	153,9	174,7	214,1	1164,0	1244,0	1551,0								

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)			Хімічний склад продуктів (г)									Енергетична цінність (ккал)							
			Грами			Білки			Жири			Вуглеводи			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки		
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки								
Сніданок:																						
213		Салат з моркви та часнику	39,0	40,0	50,0	0,6	0,6	0,7	2,0	2,0	2,5	3,0	4,0	5,0		31,0	35,0	43,0				
382 Я		Яєчня з помідорами	75,0	75,0	75,0	5,6	5,6	5,6	6,7	6,7	6,7	2,3	2,3	2,3		91,0	91,0	91,0				
212 Г МПЛ		Макарони відварені з маслом вершков	90,0	90,0	112,0	3,3	3,3	4,2	1,8	1,8	2,2	21,7	21,7	27,1		118,0	118,0	147,0				
397		Компот свіжі фрукти яблука,груші	120,0	160,0	160,0	0,4	0,4	0,4	0,3	0,4	0,4	9,2	19,2	19,2		39,0	79,0	79,0				
394 Г		Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9		71,0	71,0	71,0				
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4		53,0	53,0	71,0				
Всього на сніданок:			12,9	12,9		14,2	13,3		13,4	14,3		59,2	70,2	89,9		403,0	447,0	502,0				
Обід:																						
380 Г		Кабачки смажені	38,0	38,0	50,0	0,4	0,4	0,6	1,9	1,9	2,6	3,6	3,6	4,8		32,0	32,0	43,0				
266 Г Я МПЛ		Борщ полтавський з галушками	150\276	150\276	200\368	2,6	2,6	3,5	3,6	3,6	4,9	14,8	16,3	21,7		106,0	106,0	142,0				
235 МПЛ		Картопля тушкована з цибулею,томаг.	100,0	100,0	125,0	2,1	2,1	2,6	3,4	3,4	4,3	15,9	15,9	19,9		102,0	102,0	127,0				
359 Г Я МПЛ Р		Суфле рибне	45,0	45,0	68,0	7,8	7,8	11,8	3,4	3,4	5,1	1,3	1,3	2,0		67,0	67,0	100,0				
300		Кисіль вишневий	142,0	150,0	185,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	11,9	19,4	24,1		51,0	80,0	99,0				
394 Г		Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9		71,0	71,0	71,0				
Всього на обід:			15,5	15,5		21,2	14,7		14,7	14,7	19,3	57,4	66,4	82,4		429,0	458,0	582,0				
Вечеря:																						
247 Г		Калуса цвітна запечена в сухарях	27,0	27,0	36,0	0,9	0,9	1,1	1,1	1,1	1,5	2,3	2,3	3,1		21,0	21,0	29,0				
262 ЗГ МПЛ		Банаш по-гуцульськи з твер сиром	80\4	80\4	100\5	3,6	3,6	4,5	5,0	5,0	6,2	11,8	11,8	14,7		107,0	107,0	124,0				
238 Г		Котлета рублена з м'яса курки	58,0	58,0	77,0	10,3	10,3	13,8	4,1	4,1	5,4	8,3	8,3	11,1		112,0	112,0	149,0				
342		Сік апельсиновий	120,0	120,0	180,0	0,8	0,8	1,3	0,0	0,0	0,0	15,6	15,6	23,4		65,0	65,0	97,0				
394 Г		Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9		71,0	71,0	71,0				
369		Фрукти свіжі персики або яблука	60,0	60,0	80,0	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,1	6,2	6,2	8,3		26,0	26,0	34,0				
Всього на вечерю:			18,2	18,2		23,5	12,7		12,7	12,7	15,6	54,1	54,1	70,5		402,0	402,0	504,0				
Всього за день:			46,6	46,6		58,9	40,7		40,8	49,2		170,7	190,7	233,8		1234,0	1307,0	1588,0				

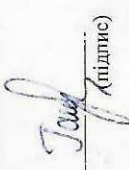
№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)				Хімічний склад продуктів (г)								Енергетична цінність (ккал)			
			Грамн				Білки				Жири				Вуглеводи			
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	
Сніданок:																		
361		Овочі свіжі помідори (або огірки)	45,0	45,0	60,0	0,5	0,5	0,7	0,1	0,1	0,1	2,1	2,1	2,8	10,0	10,0	14,0	
299	ЗП Г	Каша ячна розсипчаста	90,0	90,0	113,0	2,9	2,9	3,7	1,8	1,8	2,3	19,9	19,9	24,8	108,0	108,0	135,0	
327	Г ЯМПЛ	Пудинг із м'яса курки	60,0	60,0	80,0	10,4	10,4	13,9	4,9	4,9	6,6	3,1	3,1	4,2	98,0	98,0	131,0	
374		Чай трав'яний	150,0	150,0	180,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,0	0,0	23,0	30,0	
395	Г МПЛ	Хліб ціз з твердим сиром	30,8	30,8	30,13	3,9	3,9	5,1	4,7	4,7	6,0	9,9	9,9	9,9	100,0	100,0	118,0	
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0	
Всього на сніданок:			18,6	18,6	24,6				11,6	11,6	15,1	48,1	54,1	67,1	369,0	392,0	499,0	
Обід:																		
282		Ікра з буряка	55,0	55,0	73,0	1,0	1,0	1,3	1,5	1,5	2,1	6,3	6,3	8,4	40,0	40,0	54,0	
230	ЗП	Суп гречаний	150,0	150,0	200,0	1,5	1,5	2,0	1,8	1,8	2,4	10,2	10,2	13,6	62,0	62,0	83,0	
332	МПЛ	Пюре з бобових (горох) з масл верш	90,0	90,0	113,0	9,9	9,9	12,4	2,1	2,1	2,7	22,3	22,3	27,9	148,0	148,0	185,0	
208	Г МПЛ	Биточки парові (яловичина)	60,0	60,0	80,0	10,5	10,5	14,0	2,8	2,8	3,7	5,1	5,1	6,7	87,0	87,0	116,0	
397		Компот свіжі фрукти яблука,груші	120,0	160,0	160,0	0,3	0,4	0,4	0,3	0,4	0,4	9,2	19,2	19,2	39,0	79,0	79,0	
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
Всього на обід:			25,3	25,4	32,2				10,9	11,0	13,7	63,0	73,0	85,7	447,0	487,0	588,0	
Вечеря:																		
214	Г ЯМПЛ	Оладки з сирку кисломолочного	79,0	84,0	105,0	9,7	9,7	12,1	9,0	9,0	11,2	13,1	13,1	22,3	174,0	192,0	240,0	
349		Соус фруктовий вишневий (курага)	34,0	36,0	48,0	0,3	0,3	0,4	0,1	0,1	0,1	4,9	4,9	8,9	21,0	27,0	37,0	
405	МПЛ	Кисіль з какао	124,0	130,0	175,0	4,3	4,3	5,7	3,6	3,6	4,9	14,6	21,1	28,4	108,0	132,0	178,0	
367		Фрукти свіжі виноград або яблука	60,0	60,0	80,0	0,4	0,4	0,5	0,1	0,1	0,2	9,4	9,4	12,5	39,0	39,0	52,0	
Всього на вечерю:			14,7	14,7	18,7				12,8	12,8	16,4	42,0	48,5	72,1	342,0	390,0	507,0	
Всього за день:			58,6	58,7	75,5				35,3	35,4	45,2	153,1	175,6	224,9	1158,0	1269,0	1594,0	

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одна порція (г)				Хімічний склад продуктів (г)								Енергетична цінність (ккал)			
			Грами				Білки				Жири				Вуглеводи			
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	
Сніданок:																		
404	МІПЛ	Морква припущена	50,0	50,0	70,0	0,7	0,7	1,0	0,8	0,8	1,2	4,5	4,5	6,4	25,0	25,0	36,0	
223	ЗПЯМІПЛ	Каша боярецька на молоці (пшон, родз)	95,0	100,0	125,0	5,6	5,6	7,0	4,9	4,9	6,1	19,7	24,6	24,6	145,0	164,0	205,0	
243	Я МПЛ	Омлет з твердим сиром	57,0	57,0	57,0	7,1	7,1	7,1	9,0	9,0	9,0	1,0	1,0	1,0	114,0	114,0	114,0	
343		Сік виноградний	120,0	120,0	180,0	0,6	0,6	0,9	0,0	0,0	0,0	17,4	17,4	26,1	71,0	71,0	106,0	
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	26,0	26,0	34,0	
Всього на сніданок:						14,9	14,9	17,2	14,8	14,8	16,4	55,7	60,6	75,5	381,0	400,0	495,0	
Обід:																		
386		Салат капуста,огірки,кріп,зелен цибу	55,0	55,0	76,0	0,8	0,8	1,1	1,6	1,6	2,1	2,6	2,6	3,6	25,0	25,0	35,0	
265	МІПЛ	Борщ з картоплею зі сметаною	150,5	150,5	200,7	1,4	1,4	1,9	3,8	3,8	5,1	9,3	10,3	13,8	75,0	78,0	105,0	
260	Г ЯМПЛ	Запіванка макаронна з м'ясом свинини	85,0	85,0	114,0	8,5	8,5	11,3	10,7	10,7	14,3	21,0	21,0	28,0	216,0	216,0	288,0	
309		Компет свіжі фрукти яблука або виноград	100,0	160,0	160,0	0,2	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	5,5	15,8	15,8	27,0	66,0	66,0	
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
370		Фрукти свіжі сливи або яблука	60,0	60,0	80,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	6,1	6,1	8,1	26,0	26,0	34,0	
Всього на обід:						13,5	13,6	17,3	18,5	18,5	23,9	54,4	65,7	79,2	440,0	482,0	599,0	
Вечеря:																		
339		Салат зі свіжих помідорів та огірків	62,0	62,0	82,0	0,6	0,6	0,8	2,4	2,4	3,2	2,8	2,8	3,8	34,0	34,0	45,0	
292	МІПЛ	Каша гречана розсичаста	90,0	90,0	112,0	4,6	4,6	5,8	2,7	2,7	3,3	23,1	23,1	28,9	135,0	135,0	169,0	
255	Г Р	Піцицель рибиный натуральний	47,0	47,0	70,0	7,8	7,8	11,6	2,9	2,9	4,4	5,3	5,3	8,0	78,0	78,0	106,0	
209		Компот суміш сухофруктів	100,0	150,0	150,0	0,2	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	5,5	15,8	15,8	20,0	59,0	59,0	
394	Г	Хліб ціз	30,0	30,0	30,0	2,1	2,1	2,1	2,4	2,4	2,4	9,9	9,9	9,9	71,0	71,0	71,0	
Всього на вечерю:						15,3	15,4	20,6	10,4	10,4	13,3	46,6	55,9	66,4	338,0	377,0	450,0	
Всього за день:						43,7	43,9	55,1	43,7	43,7	53,6	156,7	183,2	221,1	1159,0	1259,0	1541,0	

№ ТК	Алерген	Найменування страв	Одні порції (г)				Хімічний склад продуктів (г)								Енергетична цінність (ккал)					
			Грами				Білки		Жири		Вуглеводи		1-3 роки		4-6 роки		1-3 роки		4-6 роки	
			1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки	1-3 роки	3-4 роки	4-6 роки
Сніданок:																				
319	МНП Г	Овочі припущені в сметанному соусі	85,0	85,0	113,0	1,9	1,9	2,5	4,9	4,9	6,5	6,2	6,2	8,3	74,0	74,0	98,0			
207	ЗПГМПЛ	Плов з курячим м'ясом	110,0	110,0	146,0	10,7	10,7	14,2	4,7	4,7	6,2	18,1	18,1	24,2	158,0	158,0	210,0			
394		Чай трав'яний	150,0	150,0	180,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	8,0	0,0	23,0	30,0			
395	МНП Г	Хліб діз з твердим сиром	308	308	3013	3,9	3,9	5,1	4,7	4,7	6,0	9,9	9,9	9,9	100,0	100,0	118,0			
367		Фрукти свіжі виноград або яблука	60,0	60,0	80,0	0,4	0,4	0,5	0,1	0,1	0,2	9,4	9,4	12,5	39,0	39,0	52,0			
Всього на сніданок:			16,9	16,9	22,3	14,4	14,4	18,9	43,6	49,6	62,9	371,0	394,0	508,0						
Обід:																				
239		Бігос овочево - курячий (овочі з курячим м'ясом)	228	228	2911	2,7	2,7	3,6	1,5	1,5	2,0	1,9	1,9	2,6	30,0	30,0	40,0			
249	Г	Суп гороховий з грибами	150/30	150/30	200/30	6,3	6,3	7,6	2,3	2,3	2,9	25,8	25,8	30,3	148,0	148,0	177,0			
240	Г Я	Зрази картоплі з курячим м'ясом "Човники"	110,0	110,0	147,0	9,3	9,3	12,4	5,3	5,3	7,0	18,1	18,1	24,2	156,0	156,0	208,0			
300		Кисіль вишневий	142,0	150,0	185,0	0,5	0,5	0,6	0,0	0,0	0,0	11,9	19,4	24,1	51,0	80,0	99,0			
366		Фрукти свіжі банани	60,0	60,0	80,0	0,9	0,9	1,2	0,1	0,1	0,1	13,1	13,1	17,4	53,0	53,0	71,0			
Всього на обід:			19,7	19,7	25,4	9,2	9,2	12,0	70,8	78,3	98,6	438,0	467,0	595,0						
Вечеря:																				
399	Г ЯЗПМПЛ	Локшинник з сиром кисломолочним	115,0	120,0	150,0	10,6	10,6	13,2	6,2	6,2	7,8	22,4	28,4	35,5	191,0	213,0	267,0			
350		Соус фруктовий яблучний (вишня)	53,0	56,0	74,0	0,2	0,2	0,3	0,2	0,2	0,3	7,2	9,9	13,2	31,0	41,0	55,0			
284	МПЛ	Какао на молоці	165,0	165,0	200,0	5,9	5,9	7,0	5,0	5,0	5,9	9,6	16,0	20,0	106,0	130,0	158,0			
Всього на вечерю:			16,7	16,7	20,5	11,4	11,4	14,0	39,2	54,3	68,7	328,0	364,0	480,0						
Всього за день:			53,3	53,3	68,2	35,0	35,0	44,9	153,6	182,2	230,2	1137,0	1245,0	1583,0						

СКЛАВ: медична сестра з дієтичного харчування

Надія ГОНТАР
(ім'я, прізвище)


(підпис)

В журналі пронумеровано,
допущено пронумеровано 42 сторінок,
(два сторінки)

Директор КЗДО «Петрик»

Наталя ОСАДЧА

21 травня 2026 рік.

