ПОГОДЖУЮ
Начальник Сумського Головного управління
Держпродспоживслужби України в Сумській області
_____ О.А СКВАРЧА

ЗАТВЕРДЖУЮ
Директор
_____ Алла КРАМАРЕНКО

Чотиритижневе меню для організації дворазового харчування дітей віком від 4 до 6 (7) років в Лікарському НВК Миколаївської сільської ради на зимовий період 2022 року

Понеділок 1 тиждень

Найменування продуктів	Маса нетто	Хімічний склад			
		Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
	Від 4-6 (7) років	Від 4-6 (7) років	Від 4-6 (7) років	Від 4-6 (7) років	Від 4-6 (7) років
Сніданок:					
Каша пшенична розсипчаста з цибулею (ЗП,Г)	113	4,72	2,99	29,60	165,98
Омлет з морквою(Я,МП,Л)	60	5,35	6,43	0,31	85,79
Сік виноградний	180	0,9	0	26,1	106,2
Апельсин	80	0,32	0,32	8,32	36,00
Всього за сніданок:		**11,29**	**9,74**	**64,33**	**393,97**
Обід:					
Борщ з картоплею зі сметаною (МП,Л)	200/7	1,87	4,97	13,93	10,61
Рибна паличка з яйцем (Я,Г)	69	13,5	6,2	6,7	137
Пюре з бобових (сочевиці) з цибулею	125	12,2	3,6	28,4	208
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	160	0,3	0,3	16,3	66
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71
Всього за обід:		**30,01**	**17,53**	**75,28**	**493,34**

Вівторок 1 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Салат із капусти із зеленим горошком	60,0	3,80	0,07	26,44	50,90
Тюфтелька куряча (з овочами) (Г,МП,Л,Я)	88/32	15,58	6,61	15,06	184,03
Каша ячна розсипчаста (МП,Л)	103	3,37	2,25	22,71	125,07
Кефір 2,5% (МП,Л)	125	3,75	3,13	4,38	73,75
Хліб цільнозерновий	30	2,10	2,40	9,90	71,10
Всього за сніданок:		**28,60**	**14,45**	**78,49**	**504,84**
Обід:					
Суп овочевий зі сметаною (МП,Л)	200/5	1,74	3,74	10,27	79,78
Мафіни з овочами та твердим сиром (МП,Л,Г,Я)	84	15,91	7,28	5,08	149,34
Плов з родзинками(МП,Л,ЗП)	120	3,07	3,15	37,29	186,10
Свіже яблуко	80	0,32	0,32	8,32	36,00
Хліб цільнозерновий	30	2,10	2,40	9,90	71,10
Всього за обід:		**23,14**	**16,90**	**70,85**	**522,31**

Середа 1 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Пюре морквяне	73	3,70	0,08	31,47	73,35
Гуляш курячий(Г)	43/24	13,22	4,34	5,43	115,59
Каша пшенична розсипчаста з цибулею (ЗП,Г)	121	5,08	3,03	31,85	176,85
Компот із сушених яблук	135	0,22	0,00	12,09	46,43
Хліб цільнозерновий з сиром твердим (МП,Л)	30/13	5,09	6,17	9,90	117,90
Всього за сніданок:		**27,31**	**13,62**	**90,74**	**530,12**
Обід:					
Салат з капусти , моркви та яблук(МП,Л)	95	3,39	4,23	6,07	72,89
Суп гречаний(МП,Л)	200	2,04	1,64	13,81	76,94
Шніцель зі свинини (Г)	81	11,09	19,15	11,17	262,02
Картопля тушкована з цибулею та томатом(МП,Л)	113	2,81	4,04	22,38	135,45
Фрукти свіжі (банан)	80	1,20	0,08	17,44	71,20
Хліб цільнозерновий	30	2,10	2,40	9,90	71,10
Всього за обід:		**22,62**	**31,53**	**80,76**	**689,59**

Четвер 1 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Каша пшоняна з фруктами(ЗП,МП,Л)	147	4,97	4,00	41,91	219,74
Сирники рожеві (з морквою) (МП,Л,Г,Я)	115	17,10	13,65	18,04	264,33
Чай (трав'яний)	180				
Всього за сніданок:		**22,07**	**17,65**	**59,95**	**484,07**
Обід:					
Борщ український (МП,Л)	200	2,75	3,14	13,13	88,75
Нагетси курячі (Г,Я)	75	15,99	5,36	16,50	181,95
Макарони відварені з овочами	130	4,37	2,91	28,04	156,57
Компот із свіжих фруктів (апельсинів)	160	0,72	0,16	15,58	62,32
Хліб цільнозерновий	30	2,10	2,40	9,90	71,10
Всього за обід:		**25,93**	**13,98**	**83,16**	**560,68**

П'ятниця 1 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Омлет з морквою (Я,МП,Л)	60	5,3	6,4	1,9	86
Каша гречана вязка (МП,Л)	103	5,27	3,19	26,38	6,23
Пюре бурякове	73	3,70	0,08	31,47	73,35
Компот із свіжих фруктів (яблуко)	160	0,32	0,32	16,30	66,32
Всього за сніданок:		**14,64**	**10,02**	**76,06**	**231,69**
Суп-пюре гороховий(Г,МП,Л)	200	7,51	2,34	20,00	130,88
Зрази картопляні з курячим м'ясом "Човники"(Я,Г)	145	13,10	5,99	23,28	200,32
Бігос овочево - курячий	13/32	4,31	2,05	2,90	46,27
Компот із свіжих фруктів (апельсинів)	160	0,72	0,16	15,60	62,32
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71
Всього за обід:		**27,74**	**12,94**	**71,68**	**510,88**

Понеділок 2 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Макарони відварені з твердим сиром(Г,МП,Л)	113/9	6,38	5,00	27,25	182,16
Соус із сухофруктів (з чорносливу)	28	0,3	0,0	11,7	47
Сік яблучний	180	0,7	0,0	18,5	76
Всього за сніданок:		**7,40**	**5,00**	**57,48**	**304,72**
Обід:					
Суп болгарський зі сметаною(Я,МП,Л,ЗП,Г)	200/5	2,22	3,48	14,62	97,88
Фіш боли в томатному соусі (Я,ЗП,Г)	62/41	12,14	3,27	7,71	108,56
Рагу овочеве з кашею (ЗП,Г)	120	2,99	4,48	20,15	129,96
Компот із апельсинів	180	0,41	0,09	13,26	52,11
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71
Всього за обід:		**19,86**	**13,72**	**65,63**	**459,61**

Вівторок 2 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Салат з капусти, моркви та яблук (МП,Л)	95	3,4	4,2	6,1	73
Суфле яєчне(Я,МП,Л,Г)	75	6,79	7,47	6,00	118,50
Ризотто з зеленим горошком та твердим сиром (ЗП,МП,Л)	120	4,4	6,0	17,2	141,3
Кисіль із апельсинів	180	0,44	0,10	19,51	77,84
Всього за сніданок:		**15,0**	**17,8**	**48,8**	**410,6**
Обід:					
Борщ з картоплею (МП,Л)	200	1,87	3,5	13,93	89,8
Курятина в сметані (МП,Л)	40/12	19,0	7,5	0,4	151
Фалафель (Г,Я)	96	11,4	3,0	30,6	190
Фрукти свіжі (банани свіжі)	80	1,2	0,1	17,4	71
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71
Всього за обід:		**35,58**	**16,49**	**72,26**	**572,85**

Середа 2 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Ікра з буряка	75	3,8	0,1	31,0	54,2
Суфле рибне (Г,МП,Л,Я)	68	11,7	4,3	2,0	93,1
Каша гречана в'язка (МП,Л)	103	5,3	3,2	26,4	156,2
Сік апельсиновий	180	0,90	0,00	26,10	106,20
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71,1
Всього за сніданок:		**23,8**	**9,9**	**95,4**	**480,7**
Обід:					
Куліш пшоняний з фрикадельокою та сметаною (ЗП,Я,МП,Л)	200/15/9	6,6	6,4	17,3	153,6
Голубці ліниві з курячим м'ясом(ЗП,МП,Л)	120	11,0	4,5	10,4	124,9
Компот із свіжих фруктів (яблук)	160	0,3	0,3	16,3	66,3
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71,1
Всього за обід:		**20,0**	**13,5**	**53,9**	**415,9**

Четвер 2 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Салат з капусти з зеленим горошком	60	3,80	0,07	26,44	50,90
Биточок рубленний з курятини паровий (Г,МП,Л)	77	14,2	3,0	6,6	113
Полента(ЗП,МП,Л)	110	3,1	3,0	20,1	120
Компот із плодів сушених (родзинок)	140	0,3	0,0	19,1	72
Хліб цільнозерновий з сиром твердим (МП,Л)	30/11	4,6	5,6	9,9	111
Всього за сніданок:		**26,0**	**11,6**	**82,1**	**466,8**
Обід:					
Пюре морквяне	73	3,54	0,08	30,19	66,95
Суп український з галушками (Г,Я)	200/20	2,4	3,4	16,4	105
М'ясо відварне в кисло-солодкому соусі (свинина) (Г)	36/31	10,0	17,9	14,7	257
Каша ячна в'язка (ЗП,Г,МП,Л)	103	2,2	2,1	14,6	86
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71
Всього за обід:		**20,23**	**25,87**	**85,71**	**586,77**

П'ятниця 2 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Пюре бурякове	73	3,70	0,08	31,47	73,35
Паличка куряча (Г,Я)	60	14,1	5,0	7,4	134
Каша перлова розсипчаста (ЗП,Г,МП,Л)	113	3,5	2,2	25,0	135
Какао (МП,Л)	180	6,4	5,5	10,4	115
Всього за сніданок:		**27,7**	**12,8**	**74,2**	**457,1**
Обід:					
Суп-пюре з квасолі зі сметаною (Г,МП,Л)	200/6	6,7	7,2	18,3	161
Пиріг пастуший з яловичиною(Я,Г)	187	21,0	2,7	68,4	202
Салат з капусти ,моркви та яблук(МП,Л)	95	3,39	4,23	6,07	72,89
Апельсини	80	0,32	0,32	8,32	36,00
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71
Всього за обід:		**33,5**	**16,8**	**111,0**	**543,0**

Понеділок 3 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Каша вівсяна вязка (ЗП,Г,МП,Л)	103	2,77	3,34	13,16	92,28
Соус з сухофруктів (з сушених яблук)	28	0,29	0,00	9,72	38,10
Сік виноградний	180	0,9	0,0	26,1	106
Апельсин	80	0,32	0,32	8,32	36,00
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71
Всього за сніданок:		**6,4**	**6,1**	**67,2**	**343,7**
Обід:					
Ікра з буряка	75	3,83	0,06	30,95	54,15
Суп рисовий з сметаною (МП,Л,ЗП)	250	1,99	3,70	17,74	114,82
Рулет рибний (Г,Я)	79	11,8	4,8	4,6	109
Макарони відварні з сиром твердим (Г,МП,Л)	113/9	6,4	5,0	27,3	182
компот із свіжих фруктів (з яблук)	160	0,3	0,3	16,3	66
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71,0
Всього за обід:		**26,5**	**16,3**	**106,7**	**597,3**

Вівторок 3 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Пюре морквяне	73	3,54	0,08	30,19	66,95
Суфле з курятини (МП,Л,Г,Я)	72,5	14,31	6,63	2,97	131,42
Каша ячна розсипчаста з цибулею(ЗП,Г)	120	3,9	3,0	26,5	149
Чай (травяний)	180				
Хліб цільнозерновий з сиром твердим(МП,Л)	30/15	5,6	6,8	9,9	125
Всього за сніданок:		**27,3**	**16,4**	**69,6**	**472,0**
Обід:					
Суп-пюре з яйцем та фрикадельокою (Я,Г,МП,Л)	200/14	7,4	4,5	18,5	145
Ліниві голубці з курячим м'ясом(ЗП,МП,Л)	120	10,98	4,46	10,43	124,93
Фрукти свіжі (банан)	80	0,7	0,1	8,3	34
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71
Всього за обід:		**21,2**	**11,5**	**47,1**	**375,0**

Середа 3 тиждень					
Найменування продуктів	**Мвса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Ікра з буряка	75	3,83	0,06	30,95	54,15
Омлет з твердим сиром (Я,МП,Л)	57	7,1	9,0	0,9	113
Каша в'язка пшенична з морквою (ЗП,Г,МП,Л)	125	4,6	3,2	28,2	159
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	160	0,3	0,3	16,3	66
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71
Всього за сніданок:		**17,9**	**15,0**	**86,3**	**463,9**
Обід:					
Салат із капусти з зеленим горошком	60	3,8	0,1	26,4	51
Суп гороховий з грінками (Г)	200/20	7,0	4,8	28,1	184
Вареники з курячим м'ясом (МП,Л)	108	16,9	5,6	22,1	211
Сік томатний	180	0,90	0,00	26,10	106,20
Всього за обід:		**28,6**	**10,5**	**102,8**	**552,4**

Четвер 3 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Пюре морквяне	73	3,54	0,08	30,19	66,95
Кури з яблуками в сметані (МП,Л)	80	12,8	5,1	3,7	114
Каша гречана в'язка (МП,Л)	113	3,5	2,7	17,4	109
Чай	180				
Хліб цільнозерновий з сиром твердим(МП,Л)	30/6	3,5	4,1	9,9	93
Всього за сніданок:		**23,3**	**12,0**	**61,3**	**381,9**
Обід:					
Борщ по-бахмацьки зі свіжою капустою та сметаною (МП,Л)	200/5	3,3	4,9	19,4	130,8
Суфле м'ясне (зі свинини) з овочами (Я)	40	9,9	19,4	1,5	219,3
Каша перлова в'язка (ЗП,Г,МП,Л)	103	2,1	2,1	15,2	88,5
Кисіль із апельсинів	180	0,4	0,1	19,5	77,8
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71,1
Всього за обід:		**17,8**	**28,8**	**65,6**	**587,6**

П'ятниця 3 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Салат з свіжої капусти	60	0,91	4,04	5,91	60,92
Котлета рибна любительська (Г,Я,МП,Л)	88	14,73	2,60	28,25	116,36
Каша кукурудзяна розсипчаста (ЗП,МП,Л)	113	3,09	2,26	26,82	141,22
Кефір (МП,Л)	125	3,75	3,13	4,38	73,75
Хліб цільнозерновий	30	2,10	2,40	9,90	71,10
Всього за сніданок:		**24,58**	**14,42**	**75,25**	**463,34**
Обід:					
Суп польовий із сметаною (ЗП,МП,Л)	200/5	2,1	3,3	14,2	94,1
Гречаник м'ясний з яловичини (Я,Г)	72	16,9	4,5	31,4	138,0
Бобові з цибулею (сочевиця)	114	10,6	3,5	24,4	183,4
фрукти свіжі (яблука)	80	0,3	0,3	8,3	36,0
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71,1
Всього за обід:		**32,0**	**14,0**	**88,2**	**522,6**

Понеділок 4 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Котлета морквяна (ЗП,Л)	70	2,4	5,7	15,9	121,4
Каша кукурудзяна з твердим сиром (ЗП,МП,Л)	115	5,3	5,8	21,0	159,3
Фрукти свіжі (апельсини)	87	0,8	0,2	8,3	34,8
Всього за сніданок:		**8,5**	**11,7**	**45,2**	**315,4**
Обід:					
Пюре морквяне	73	3,54	0,08	31,47	73,35
Суп селянський з перловою крупою та сметаною (ЗП,МП,Л)	200/8	2,0	4,4	11,9	94
Шніцель рибний натуральний (Я,Г)	70	14,1	1,8	30,4	121
Каша гречана розсипчаста (МП,Л)	113	5,8	3,3	29,1	171
Компот із свіжих фруктів (з яблук)	160	0,3	0,3	16,3	66
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71
Всього за обід:		**27,9**	**12,3**	**129,1**	**596,2**

Вівторок 4 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Пюре морквяне	73	3,5	0,08	30,19	66,95
Пудинг із курятини (МП,Л,Г,Я)	80	14,5	5,7	4,1	129
Каша перлова розсипчаста (ЗП,Г,МП,Л)	113	3,46	2,22	25,01	134,93
Сік яблучний	180	0,8	0,0	19,6	80
Хліб цільнозерновий з сиром твердим (МП,Л)	30/13	5,09	6,17	9,90	117,90
Всього за сніданок:		**27,4**	**14,2**	**88,8**	**528,2**
Обід:					
Борщ український (МП,Л)	200	2,75	3,14	13,13	88,75
Філе курки запечене під сиром твердим(МП,Л)	73	14,93	9,33	3,46	160,26
Пюре з бобових (з сочевиці) з вершковим маслом (МП,Л)	103	11,64	2,62	26,24	175,10
Компот із апельсинів	180	0,41	0,09	13,26	52,11
Хліб цільнозерновий	30	2,10	2,40	9,90	71,10
Всього за обід:		**31,8**	**17,6**	**66,0**	**547,3**

Середа 4 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хіімчний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Ікра з буряка	75	3,8	0,1	31,0	54,2
Тюфтелька рибна в сметанно-томатному соусі (Г,МП,Л)	90/45	13,1	8,8	14,6	190,2
Каша ячна розсипчаста (ЗП,Г,МП,Л)	108	3,6	2,3	24,1	131,5
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71,1
фрукти свіжі (апельсини)	80	0,7	0,2	7,6	32,0
Всього за сніданок:		**23,3**	**13,7**	**87,1**	**478,9**
Обід:					
Салат з зеленого горошку з цибулею	88	4,3	1,7	12,9	80,1
Суп картопляний з макаронними виробами (Г,МП,Л)	200	2,3	1,8	17,4	94,2
Рагу із курятини (Г)	43/136	14,9	6,7	20,1	200,7
Компот із свіжих фруктів (яблук)	160	0,3	0,3	16,3	66,3
Фрукти свіжі (банани)	80	1,2	0,1	17,4	71,2
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71,1
Всього за обід:		**25,1**	**12,9**	**94,1**	**583,6**

Четвер 4 тиждень					
Найменування продуктів	**Маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Салат з свіжої капусти (наш	60	0,91	4,04	5,91	60,92
Курка по-італійськи (підлива)	48/12	12,86	4,29	4,26	109,14
Каша пшенична розсипчаста з цибулею (ЗП,Г)	113	4,72	2,99	29,60	165,98
Компот із суміші сухофруктів	100	0,23	0,00	10,50	39,05
Хліб цільнозерновий з твердим сиром(МП,Л)	30/12	4,86	5,88	9,90	114,30
Всього за сніданок:		**23,6**	**17,2**	**60,2**	**489,4**
Обід:					
Буряк тушкований з чорносливом	47	0,90	2,04	10,88	62,31
Суп із сочевиці з м'ясною фрикадельокою (Я)	200/17	11,45	4,04	17,41	159,08
Макаронник з м'ясом яловичини (МП,Л,Я,Г)	118	12,95	5,25	28,16	213,53
Хліб цільнозерновий	30	2,10	2,40	9,90	71,10
Фрукти свіжі (апельсини)	80	0,72	0,16	7,60	32,00
Всього за обід:		**28,1**	**13,9**	**74,0**	**538,0**

П'ятниця 4 тиждень					
Найменування продуктів	**маса нетто**	**Хімічний склад**			
		Білки	**Жири**	**Вуглеводи**	**Енергетична цінність**
	Від 4-6 (7) років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:					
Омлет (Я,МП,Л,Г)	60	5,85	6,12	2,61	88,87
Пюре морквяне	73	3,54	0,08	30,19	66,95
Каша вівсяна в'язка (ЗП,Г,МП,Л)	103	2,8	3,3	13,2	92
Какао (МП,Л)	180	6,4	5,5	10,4	115
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71
Всього за сніданок:		**20,7**	**17,4**	**66,2**	**433,7**
Обід:					
Борщ полтавський з галушками і сметаною (Г,Я,МП,Л)	200/8	3,4	4,7	21,6	139,8
Болоньєзе (зі свинини)	87	9,3	18,8	4,2	222,2
Каша перлова в'язка(ЗП,Г,МП,Л)	103	2,1	2,1	15,2	88,5
Фрукти свіжі (яблука)	80	0,3	0,3	8,3	36,0
Хліб цільнозерновий	30	2,1	2,4	9,9	71,1
Всього за обід:		**17,24**	**28,28**	**59,25**	**557,60**

Сестра медична **О.С.Мартищенко**

Кухар **С.В.Білоконь**