



				свіжий										
				олія соняшников а	3,6	4,5								
				овочевий бульон	75,2	94,1								
				горошок зелений с/м	12	15								
				сир твердий	9	11,3								
				сіль йодована	0,4	0,5								
Є. Клопотенко, с.244	Чай каркаде	150	180	вода	150	180	-	-	-	-	15,00	18,00	60,00	72,00
				квітки гібіскуса	1,8	2,2								
				цукор	0	6,3								
	Хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	хліб	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
Омельяненнко, с.440	Фрукти сезонні свіжі (банан)	60	80	банан	70	100	0,90	1,20	0,06	0,08	13,08	17,44	54,00	72,00
	<b>Разом</b>						<b>9,10</b>	<b>12,40</b>	<b>9,46</b>	<b>11,18</b>	<b>64,08</b>	<b>77,94</b>	<b>375,90</b>	<b>453,50</b>
	<b>Обід</b>													
Омельяненнко, с.358	Салат з вареного буряка	70	93	буряк	71	95	1,07	1,43	4,07	5,10	7,10	9,50	65,78	84,85
				олія соняшников а	4	5								
Омельяненнко, с.375	Суп гороховий (МП)	200	250	горох	15	20	4,07	5,52	1,91	2,80	15,33	21,23	92,55	129,06
				картопля	15	20								
				цибуля ріпчаста	8	12								
				морква	8	12								
				масло вершкове	1,5	1,5								





				білий										
				томатний сок	19,5	32,5								
				олія соняшников а	4,5	6								
				сіль йодована	0,5	0,8								
Тех.карти МОЗ	Сік фруктовий(Ф)	120	180	сік	120	180	0,72	1,08	0,00	0,00	13,60	20,30	59,20	88,70
	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
	хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	хліб	30	30	2,10	2,30	2,40	2,40	9,90	9,90	71,70	71,10
							<b>22,3 3</b>	<b>26,56</b>	<b>14,13</b>	<b>17,07</b>	<b>31,14</b>	<b>40,39</b>	<b>358,8 6</b>	<b>451,7 4</b>
	<b>Обід</b>								<b>обід</b>					
Тех.карти МОЗ	Соте овочеve	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 соняшников а	2,5	2,5								
				петрушка свіжа 5	5	5								
				сіль йодована	0,3	0,3								
Омельяненко,с.372	Суп болгарський(Я),(З П)	200	250	вода питна	150	187, 5	1,92	2,57	2,01	2,69	7,20	9,50	52,10	69,53
				картопля	35	43,8								
				яйце куряче	4	5								
				морква	8	10								
				масло вершкове	1,5	1,5								
				крупа манна	3	3,8								
				цибуля	8	10								

				ріпчаста сметана 20%	3	3,8									
				сіль йодована	0,6	0,8									
Омельяненнко,с.507	Каша гречана розсипчата(ЗП)	100	120	крупa гречана	25	30	3,22	4,48	4,46	4,79	15,85	22,17	116,82	150,32	
				вода питна	52	62,4									
				сіль йодована	0,3	0,4									
				масло вершкове	1,5	1,5									
Омельяненнко,с.480	Ковбаски по-Львівські в сметанно-томатному соусі(Я)	50	100	яловичина	40	75	10,01	11,40	11,39	13,14	11,59	13,65	173,69	201,44	
				хліб пшеничний	25	25									
				цибуля ріпчаста	7	14									
				морква	6	13									
				борошно	5	10									
				молоко	13	25									
				яце куряче	4	8									
				олія соняшникова	4	8									
Тех.карти МОЗ	Напій з шипшини	150	180	плоди шипшини сушені	15	18	4,20	5,60	0,00	0,00	18,00	24,00	85,20	113,60	
				вода питна	135	162									
	хліб пшеничний цільозерновий	30	30	хліб	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10	
							22,35	27,05	23,06	25,82	65,94	82,62	541,31	648,39	
	<b>Підвечірок</b>								<b>підвечірок</b>						



	Сніданок								сніданок					
Омельяненнко,с.464	Салат зі свіжої капусти та моркви	45	60	капуста	33	44	0,73	0,97	2,04	2,05	2,79	3,7	30,64	34,77
				морква	5	6								
				цибуля ріпчаста	5	7								
				олія соняшников а	2	2								
Омельяненнко,с.505	Макарони відварні (МП)	120	150	макарони	40	50	4,23	5,27	4,07	4,18	27,97	34,95	167,87	201,57
				вода	120	150								
				масло вершкове	1,5	1,5								
Тех.карти МОЗ	Курка по-Італійські	60	85	філе куряче	72	102	12,1	17,2	2,5	3,5	1,1	1,5	74,4	105,4
				томатний сік	15,6	22,1								
				цибуля ріпчаста	4,8	6								
				часник сухий	0,6	0,9								
				сіль йодована	0,2	0,3								
				вода питна	15	21,3								
				олія соняшников а	1,8	2,6								
	хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	хліб	30	30	2,10	2,10	2,40	2,40	9,90	9,90	71,10	71,10
Омельяненнко,с.512	Чай каркаде	150	180	гібіскус	1,8	2,2	0,05	0,05	0,01	0,01	0,15	7,65	30,55	36,26
				вода питна	150	180	19,21	25,59	11,02	12,14	41,91	57,7	374,56	449,10
				цукор	0	6,3			Обід					
	<b>Обід</b>													
Омельяненнко,с.500	Ікра бурякова	50	60	буряк	38	45	64	0,78	1,04	2,05	4,29	5,19	27	39,75



				цибуля ріпчаста	5	7								
				олія соняшников а	1	2								
				лимонна кислота	0,01	0,01								
Омельяненнко,с.368	Куліщ(ЗП),(МП)	200	250	пшоно	8	10	1,52	2,52	2,77	2,72	10,54	17,09	64,63	103,6 4
				картопля	35	43								
				цибуля ріпчаста	8	10								
				морква	8	10								
				сіль йодована	0,6	0,8								
				масло вершкове	1,4	1,8								
				вода	180	225								
Омельяненнко,с.395	М'ясо куряче, тушковане з овочами в сметанному соусі(МП)	100/2	150/ 5	філе куряче	50	75	10,3 7	15,69	13,79	21,05	8,88	13,84	200,6 2	307,0 6
				олія соняшников а	4	6								
				картопля	34	50								
				морква	15	23								
				цибуля ріпчаста	7	10								
				зелений горошок	3	5								
				соус сметанний										
				сметана 20 %	2	5								

				борошно	0,5	1,5								
				вода	30	60								
Омельяненко,с.439	Компот зі свіжих яблук	150	180	яблука	23,3	27,9	0,08	0,11	0,08	0,11	1,98	10,38	27,45	31,45
				вода	140	167,9								
				цукор	0	10								
	хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	хліб	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71,1	71,1
							<b>78,07</b>	<b>21,2</b>	<b>20,08</b>	<b>28,33</b>	<b>35,59</b>	<b>56,4</b>	<b>390,8</b>	<b>553,00</b>
	<b>Підвечірок</b>								<b>Підвечірок</b>					
Омельяненко,с.493/489	Сирники зі сметанним соусом(МП),(Я)	105/10	120/11	сир кисломолочний	89	111	18,52	23,27	14,67	20,02	27,63	35,15	310,29	406,54
				цукор	0	7,5								
				яйце	4	5								
				борошно	13	16								
				олія соняшников а	3	4								
				родзинки	8	11								
				<b>соус сметаний</b>										
				сметана 15 %	10	20								
				борошно	1	3								
				масло вершкове	1,5	1,5								
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								
Тех.карти МОЗ	Фрукти сезонні свіжі( мандарин)	70	100	мандарин	70	100	0,56	0,8	0,14	0,2	5,25	7,5	26,6	38

							23,28	29,67	14,81	20,22	50,88	66,65	422,09	558,14
							120,56	74,36	43,51	58,29	118,48	170,85	1187,45	1560,24
													1385,00	1700,00
													85,74%	91,78%
	<b>Четвер</b>								<b>Четвер</b>					
	<u>Сніданок</u>								<b>сніданок</b>					
Омельяненко,с.396	Бігос овочевий з м'ясом індички (МП)	120	160	індичка	45	75	15,98	25,46	5,27	8,02	9,51	11,93	146,94	219,69
				капуста б/к	100	120								
				цибуля ріпчаста	8	12								
				морква	8	12								
				масло вершкове	2	3								
				олія соняшников а	2	3								
				томатний сік	5,2	5,2								
	Хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	хліб	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71,1	71,1
Тех.карти МОЗ	Сік фруктовий(Ф)	120	180	сік	120	180	0,72	1,08	0	0	13,6	20,3	59,2	88,7
	Сир твердий(МП)	10	10	сир твердий	10	10	2,3	0,23	2,9	2,9	0	0	36	36
							21,10	28,87	10,57	13,32	33,01	42,13	313,24	415,49
	<u>Обід</u>								<b>Обід</b>					
Тех.карти МОЗ	Салат з моркви та яблука	50	75	морква	28	42	0,4	0,6	1,8	2,7	4,9	7,3	37,1	55,7
				яблуко свіже	20,5	30,8								

				олія соняшников а	2	3								
				цукор	0	1,5								
				сіль йодована	0,2	0,3								
Омельяненнко,с.376	Суп квасолевий (МП)	200	250	вода	160	200	3,04	4,52	1,8	2,69	11,88	17,42	77,03	113,5 4
				картопля	35	43,8								
				цибуля ріпчаста	8	10								
				морква	8	10								
				масло вершкове	1,2	1,5								
				квасоля	10	12,5								
				сіль йодована	0,6	0,8								
Тех.карти МОЗ	Плов з крупи булгур та свинини(ЗП)	100	120	свинина	48	57,6	5,35	6,42	9,31	11,17	13,12	15,74	154,4 5	185,3 4
				крупа булгур	23	28								
				олія соняшников а	2,5	3								
				цибуля ріпчаста	4,5	5,4								
				морква	5	6								
				томатний сік	9,1	10,9 2								
				сіль йодована	0,3	0,4								
Омельяненнко,с.515	Компот із свіжих(заморожени х) ягід	150	180	ягоди с/м	32,4	38,9	0,24	0,28	0,15	0,18	3,09	10,57	15,6	56,42
				вода	135	162								

				цукор	0	10									
	Хліб пшеничний цільнозерновий	30	30	хліб	30	30	2,1	2,1	2,4	2,4	9,9	9,9	71,1	71,1	
							<b>11,1</b>	<b>13,92</b>	<b>15,46</b>	<b>19,14</b>	<b>42,89</b>	<b>60,93</b>	<b>355,2</b>	<b>482,1</b>	
	<b>Підвечірок</b>								<b>Підвечірок</b>						
Тех.карти МОЗ	Запіканка пшоняна з гарбузом(ЗП;МП;Я )	120	150	гарбуз свіжий	33,6	42	5,10	6,80	4,82	6,43	43,34	57,79	239,4	319,3	
				пшоно крупа	32,8	41									
				вода питна	64,8	81									
				яйця курячі	4,8	6									
				сіль йодована	0,1	0,2									
				цукор	4,8	6									
				олія соняшников а	2,4	3									
				сметана	2,4	3									
				родзинки	12	15									
	Йогурт(МП)	100	120	йогурт	100	125	11,0	13,20	4,50	5,40	18,43	22,10	159,0	190,8	
Омельяненнко,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>17,1</b>	<b>21,50</b>	<b>9,67</b>	<b>12,33</b>	<b>76,47</b>	<b>100,8</b>	<b>465,6</b>	<b>606,1</b>	
							-	-							
							<b>49,3</b>	<b>64,29</b>	<b>35,70</b>	<b>44,79</b>	<b>152,3</b>	<b>203,9</b>	<b>1134,</b>	<b>1503,</b>	
							<b>8</b>				<b>7</b>	<b>5</b>	<b>20</b>	<b>70</b>	
													<b>1385,</b>	<b>1700,</b>	
													<b>00</b>	<b>00</b>	
	<b>П'ятниця</b>						-	-	<b>П'ятниця</b>					<b>81,89</b>	<b>88,45</b>



				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
							162, 94	33,51	14,82	16,49	41,30	68,27	464,0 7	560,8 2
	<b>Обід</b>								<b>Обід</b>					
Тех.карти МОЗ	Овочі, припущенні з соусом Бешамель (МП)	50	60	морква	20	24	2,00	2,40	2,20	2,60	3,70	4,00	43,10	51,75
				горошек зелений с/м	15	18								
				капуста б/к	10	12								
				сіль йодована	0,2	0,2								
				соус"Бешам ель"	12,5	15								
				мука	0,5	0,5								
				масло вершкове	1,2	1,5								
				молоко	10,2	12,8								
				сіль йодована	0,1	0,1								
Омельяненко,с.361	Борщ Український (МП)	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	5	5								

				вода	150	187,5								
				сіль йодована	0,6	0,8								
Омельяненко,с.409	Товченики рибні (Р),(МП)	50	70	минтай	43,3	60,6	9,48	15,92	2,39	4,61	4,80	9,61	77,60	141,59
				цибуля ріпчаста	3,7	5,2								
				борошно	5,7	6,98								
				масло вершкове	1,5	2,1								
Тех.карти МОЗ	Пюре картопляне (МП)	100	150	картопля	85,5	128,3	2,58	3,53	2,46	5,01	16,07	21,91	99,55	150,47
				масло вершкове	1	1,5								
				молоко	15	22,5								
				сіль йодована	0,3	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.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	15,6	56,42
				вода питна	135	162								
				цукор	0	10	19,10	27,71	11,94	18,53	50,08	73,05	388,34	586,03
	<b>Підвечірок</b>													
Тех.карти МОЗ	Вертуга з яблуками	60	80	яйце	2,4	3,2	0,09	1,20	0,30	0,40	20,10	26,80	141,80	189,10
				вода	6	8								
				олія соняшников а	6	8								
				борошно	18	24								
				цукор	0,6	0,8								
				яблуко	23,1	30,8								



