Погоджено
Начальник відділу державного нагляду за дотриманням
санітарного законодавства
Уманського районного управління
Головного управління Держспоживслужби
в Черкаській області
Валентина КОВБАСЮК
" " 2026 рік

Затверджено
Начальник відділу освіти
молоді та спорту Маньківської
селищної ради
Юрій БЕЗВЕРХИЙ
" " 2026 рік

Алергени	Збірник рецептур. № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					
			Вихід, г	630-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114	Вихід, г	810-945	27-32	27-32	112-131	
		1-й тиждень		Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
	1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	
		Понеділок																
	ТК Клопот.2 № 1.4	Салат зі свіжих томатів з солодким перцем.	**75**	38	0,86	2,35	3,75	**100**	50	1,15	3,13	5	**100**	50	1,15	3,13	5	о-73,6/98
ЗП МП Л	ТК № 2.105	Суп картопляний з крупою пшеничною.	**250**	122	3,1	2,5	21,7	**250**	122	3,1	2,5	21,7	**250**	122	3,1	2,5	21,7	о-20
ЗП Г Я МП Л	ТК Клопот.2 № 8.25	МЕКСИКАНСЬКА ЗАПІКАНКА	**140**	301	19,78	19,38	11,56	**200**	430	28	27,68	16,52	**240**	517	33,9	33,22	19,82	о-6/8/10
ЗП МП Л	ТК Клопот.2 № 10.38	Мамалига	**100**	116	3,65	3,13	18,24	**120**	145	4,57	3,91	22,8	**120**	145	4,57	3,91	22,8	
	ТК Клопот.2 №13.29	Чорний чай з куркумою	**200**	1	0,12	0,03	0,12	**200**	1	0,12	0,03	0,12	**200**	1	0,12	0,03	0,12	
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	**30 4**	71 26.4	1,8	2,4 3.3	10	**30 5**	71 31.7	1,8	2,4 3.8	10	**30 5**	71 31.7	1,8	2,4 3.8	10	
	Пром виробн	Суміш горіхів	**25**	125			3	**25**	125		3	3	**25**	125		3	3	
	ТК № 12.10	яблуко запечене з цукрот	**100**	95	1,5	0,2	21,8	**100**	95	1,5	0,2	21,8	**100**	95	1,5	0,2	21,8	ф-100
		ВСЬОГО	**890**	**798**	**30,81**	**25,09**	**90,17**	**995**	**918**	**40,24**	**37,95**	**100,94**	**1035**	**1055**	**46,14**	**43,49**	**104,24**	
		Вівторок																
С	ТК Клопот.2 № 2.35	Томатний суп з квасолею	**250**	110	3,2	4,18	15,24	**250**	110	3,2	4,18	15,24	**250**	110	3,2	4,18	15,24	о-56
	ТК Клопот.2 № 1.14	Салат з огірків та петрушки з часником	**50**	25	0,77	1,58	2,25	**75**	37	1,15	2,36	3,37	**75**	37	1,15	2,36	3,37	о-37/55,9
МП Л	ТК Клопот.2 № 9.14	Куряче стегно в гірчичному соусі	**50**	131	7,55	1148	0,47	**72**	188	10,86	16,52	0,67	**85**	222	12,82	19,5	0,79	
ЗП Г МП Л	ТК Клопот.2 № 10.42	Альо-ольо	**120**	174	5,54	0,57	36,11	**150**	217	6,92	0,71	45,14	**150**	217	6,92	0,71	45,14	
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	**30 5**	71 31.7	1,8	2,4 3.8	10	
МП,Л	Пром. вир.	Сир твердий	**15**	54	3,45	4,35	0	**15**	54	3,45	4,35	0	**15**	54	3,45	4,35	0	м-100%/100%
	Клопот.2 ТК 13.12	Напій з шипшини	**200**	42	0,7	0	11,42	**200**	42	0,7	0	11,42	**200**	42	0,7	0	11,42	сф-25
	ТК № 12.2	Слива запечена з какао	**80**	95	1,5	0,2	21,8	**80**	95	1,5	0,2	21,8	**80**	95	1,5	0,2	21,8	ф-100
		ВСЬОГО	**795**	**702**	**24,51**	**1161,28**	**97,29**	**872**	**814**	**29,58**	**30,72**	**107,64**	**855**	**777**	**31,54**	**31,3**	**107,76**	

	Середа																
	ТК Клопот.2 № 1.19	Салат з запеченої груші та моркви	**50**	33	0,51	1,59	4,78	**75**	50	0,76	2,39	7,17	**75**	50	0,76	2,39	7,17	ф-20/30 ; о-3
МП Л	ТК Клопот.2 № 2.2	Борщ з картоплею та сметаною	**250/5**	159	2,86	6,16	23,64	**250/5**	159	2,86	6,16	23,64	**250/5**	159	2,86	6,16	23,64	о-55; м-20%;
МП Л	ТК Клопот.2 № 13.14	Сметана	**20**	32	0,58	3	0,61	**20**	32	0,58	3	0,61	**20**	32	0,58	3	0,61	м-80%
ЗП Г	ТК Клопот.2 № 10.1	Каша пшенична	**120**	158	4,39	0,51	33,68	**150**	197	5,49	0,64	42,1	**150**	197	5,49	0,64	42,1	о-3/3,8
	ТК Клопот.2 № 8.41	Кебаб з коріандром	**55**	180	10,75	14,9	1,24	**80**	262	15,64	21,67	1,8	**95**	311	18,58	25,73	2,14	о-13/18/22
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	
	ТК № 12.01	Виноград свіжий	**40**	26,2	0,2	0,2	5,9	**40**	26,2	0,2	0,2	5,9	**40**	26,2	0,2	0,2	5,9	ф-50
	Пром ввиробн	Суміш сухофруктів(курага)	**20**	105		3	3	**20**	105		3	3	**20**	105		3	3	
	ТК Клопот.2 № 13.13	Кисіль ягідний	**150**	52	0,53	0,11	12,55	**150**	52	0,53	0,11	12,55	**150**	52	0,53	0,11	12,55	сф-16; ф-18
		ВСЬОГО	**485**	**816,2**	**21,62**	**31,87**	**95,4**	**565**	**928**	**27,86**	**39,57**	**106,77**	**580**	**1003,2**	**30,8**	**43,63**	**107,11**	
	Четвер																	
ЗП С	ТК Клопот.2 № 2.31	Юшка з кукурудзяною крупою на овочевому бульйоні	**250**	112	2,67	2,12	20,88	**250**	112	2,67	2,12	20,88	**250**	112	2,67	2,12	20,88	о-30
	ТК Клопот.2 № 1.39	Салат з буряка з ароматною олією	**50**	35	0,74	1,55	4,93	**50**	35	0,74	1,55	4,93	**50**	35	0,74	1,55	4,93	о-49
Р	ТК Клопот.2 № 7.5	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	**60**	76	10,29	3,15	2,01	**90**	114	15,44	4,73	3,01	**120**	152	20,58	6,3	4,01	о-18/29,7/36
МП Л	ТК Клопот.2 № 4.7	Горохове пюре з зеленого гороху	**120**	204	26,68	3,14	30,39	**150**	255	33,36	3,93	37,99	**150**	255	33,36	3,93	37,99	
Я МП Л ЗП Г	ТК Клопот.2 № 5.15	Французький омлет	**35**	66		5,95	4,19	**35**	66	6,31	5,95	4,19	**35**	66	6,31	5,95	4,19	
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	
	ТК № 12.15	Груша з чаєм та корицею	**110**	69	0.53	0.33		**110**	69	0.53	0.33	11	**110**	69	0.53	0.33	11	ф-100
	Пром-ве вироб.	Сік мультифруктовий.	**200**	78	0,2		19	**200**	78	0,2		19	**200**	78	0,2		19	
		ВСЬОГО	**855**	**711**	**42,38**	**18,31**	**91,4**	**915**	**800**	**60,52**	**20,68**	**111**	**945**	**838**	**65,66**	**22,25**	**112**	
	П'ятниця																	
ЗП	ТК Клопот.2 № 2.21	Гречана юшка (без засмажки)	**250**	113	2,75	3,09	18,73	**250**	113	2,75	3,09	18,73	**250**	113	2,75	3,09	18,73	о-18
Г ЗП	ТК Клопот.2 № 8.17	Шніцель зі свинини	**61**	214	11,74	17,45	2,66	**87**	305	16,74	24,89	3,8	**104**	365	20,02	29,75	4,54	
Г ЗП	ТК Клопот.2 № 10.52	Перлова каша з овочами	**120**	120	3,34	0,35	26,37	**150**	151	4,17	0,43	32,96	**150**	151	4,17	0,43	32,96	о-49/50
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	**30 4**	71/26.4	1,8	2,4/3.3	10	**30 5**	71/31.7	1,8	2,4/3.8	10	**30 4**	71/26.4	1,8	2,4/3.3	10	
МП,Л	Пром. вир.	Сир твердий	**10,5**	37,8	2,415	3,045	0	**9**	32,4	2,07	2,61	0	**9**	32,4	2,07	2,61	0	м-70%/60%
МП Л	ТК Клопот.2 № 1.22	Салат з моркви та капусти з хроном і сметаною	**50**	28	0,82	1,17	3,98	**75**	41	1,22	1,76	5,97	**75**	41	1,22	1,76	5,97	о-41,3/61,9; м
	ТК № 12.17	Желе з бананом	**100**	53		0,1	10,9	**100**	53	0,75	0,1	10,9	**100**	53	0,8	0,1	10,9	ф-50
	ТК Клопот.2 № 13.10	Напій з лимонів та апельсинів	**200**	14	0,36	0,24	2,76	**200**	14	0,36	0,24	2,76	**200**	14	0,36	0,24	2,76	ф-40
		ВСЬОГО	**791,5**	**579,8**	**23,225**	**25,445**	**75,4**	**871**	**709,4**	**29,86**	**33,12**	**85,12**	**888**	**769,4**	**33,19**	**37,98**	**85,86**	

Алергени	Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
			Вихід, **г**	**630-735**	**21-25**	**21-24**	**88-103**	Вихід, г	**720-840**	**25-29**	**25-29**	**98-114**	Вихід, **г**	**810-945**	**27-32**	**27-32**	**112-131**
		2-й тиждень	Вихід, г	Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, **г**	Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
	1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		Понеділок															
ГЦ	ТК Клопот.2 №1.82 № 1.83	Салат з цвітної капусти з квасолею	**75**	76	4,16	1,96	11,19	**100**	101	5,55	2,61	14,92	**100**	101	5,55	2,61	14,92
МП Л	ТК Клопот.2 № 2.3	Полтавський борщ зі сметаною	**250/5**	169	2,93	6,09	27,03	**250/5**	169	2,93	6,09	27,03	**250/5**	169	2,93	6,09	27,03
МП Л	ТК Клопот.2 № 13.14	Сметана	**20**	32	0,58	3	0,61	**20**	32	0,58	3	0,61	**20**	32	0,58	3	0,61
МП Л ЗП	ТК Клопот.2 №10.10 № 10.38	Рис з кмином	**100**	116	3,65	3,13	18,24	**120**	145	4,57	3,91	22,8	**120**	145	4,57	3,91	22,8
МП Л	ТК Клопот.2 № 8.28	Січеники зі свинини	**50**	179	10,72	15,04	0,52	**70**	250	15,01	21,05	0,73	**85**	304	18,23	25,56	0,88
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	**30 4**	71 26.04	1,8	2,4 3.03	10	**30 5**	71 31.7	1,8	2,4 3.08	10	**30 5**	71 31.7	1,8	2,4 3.08	10
	Клоп. ТК №13.5	Чай каркаде	**200**	10	0,6	0	1	**200**	10	0,6	0	1	**200**	10	0,6	0	1
	ТК № 12.01	Виноград	**80**	52,4	0,4	0,4	11,8	**80**	52,4	0,4	0,4	11,8	**80**	52,4	0,4	0,4	11,8
		ВСЬОГО.	**525**	**634,4**	**24,84**	**29,62**	**80,39**	**590**	**759,4**	**31,44**	**37,06**	**88,89**	**605**	**813,4**	**34,66**	**41,57**	**89,04**
		Вівторок															
МП Л	Пром-ве вироб.	Сир твердий	**15**	52	3,4	4,3	0,7	**15**	52	3,4	4,3	0,7	**15**	52	3,4	4,3	0,7
С МП Л Я	ТК № 2.08	Суп Авголемоно	**250**	145,1	3,1	6,2	20,2	**250**	145,1	3,1	6,2	20,2	**250**	145,1	3,1	6,2	20,2
ЗП	ТК № 9.20	Плов з курячим м'ясом	**175**	279,81	14,92	12,01	30,29	**250**	388,62	20,75	16,69	42,07	**300**	466,35	24,86	20,02	50,48
	ТК 1.4	Салат зі свіжих томатів з солодким перцем	**50**	24,8	0,5	1,7	2	**75**	37,1	0,8	2,5	3	**75**	37,1	0,8	2,5	3
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	**30 5**	71 31.7	1,8	2,4 3.8	10
	ТК Клопот.2 № 13.11	Узвар із суміші сухофруктів	**200**	62	0,64	0	15,34	**200**	62	0,64	0	15,34	**200**	62	0,64	0	15,34
	ТК № 12.15	Груша з чаєм та корицею	**110**	95	1,5	0,2	21,8	**110**	95	1,5	0,2	21,8	**110**	95	1,5	0,2	21,8
		ВСЬОГО.	**830**	**729,71**	**25,86**	**26,81**	**100,33**	**930**	**850,82**	**31,99**	**32,29**	**113,11**	**950**	**857,55**	**36,1**	**33,22**	**121,52**

		Середа														
ЗП С	ТК Клопот.2 № 2.31	Юшка з кукурудзяною крупою на овочевому бульйоні	**250**	112	2,67	2,12	20,88	**250**	112	2,67	2,12	20,88	**250**	112	.2,67	2,12	20,88
МП Л	ТК Клопот.2 № 13.14	Сметана	**25**	40	0,7	3,8	0,8	**25**	40	0,7	3,8	0,8	**25**	40	0,7	3,8	0,8
Г ЗП Я	ТК Клопот.2 № 8.29	Гречаники зі свинини	**150**	351	16,72	19,7	25,21	**215**	504	23,96	28,24	36,13	**255**	597	28,42	33,49	42,85
К	ТК Клопот.2 № 1.2	Асорті овочеве	**75**	64	1,64	4,49	4,83	**100**	85	2,19	5,99	6,44	**100**	85	2,19	5,99	6,44
	ТК № 12.	Яблуко запечене з цуром	**100**	42	0,4	0,3	11	**100**	42	0,4	0,3	11	**100**	42	0,4	0,3	11
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	**30 4**	71/2.64	1,8	2,4/3.3	10	**30 4**	71/2.64	1,8	2,4/3.3	10	**30 4**	71/2.64	1,8	2,4/3.3	10
	ТК Клопот.2 № 13.12	Напій з шипшини	**200**	42	0,7	0	**200**	42	0,7	0	**200**	42	0,7	0	**200**	42	0,7
		ВСЬОГО	**800**	**651**	**24,63**	**30,41**	**272,72**	**732**	**763,7**	**29,05**	**240,45**	**127,25**	**730,7**	**864**	**233,51**	**87,7**	**92,67**
		Четвер															
Л МП Г ЗП Я	ТК Клопот.2 №2.14	Юшка біла з галушками	**250**	186	5,15	6,6	25,45	**250**	186	5,15	6,6	25,45	**250**	186	5,15	6,6	25,45
МП Л ГЦ	ТК Клопот.2№1.55 № 1.54	Салат з капусти, моркви з соусом сметанно-гірчичним	**100**	42	2,25	1,3	5,3	**120**	55	1,54	1,52	8,42	**120**	55	1,54	1,52	8,42
Р Г Я ЗП	ТК Клопот.2 №7.7	Рибні палички	**70**	128	12,11	2,59	13,45	**105**	192	18,17	3,89	20,18	**140**	256	24,22	5,19	26,9
МП Л ЗП Г	ТК №8.102	Макарони відварені	**120**	157,32	4,44	2,4	28,92	**150**	196,65	5,55	3	36,15	**150**	196,65	5,55	3	36,15
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10
	ТК № 12.01	Банани	**50**	47,5	0,75	0,1	10,9	**50**	47,5	0,75	0,1	10,9	**50**	47,5	0,75	0,1	10,9
	ТК Клопот.2 № 13.13	Кисіль ягідний	**200**	94	0,4	0,24	22,28	**200**	94	0,4	0,24	22,28	**200**	94	0,4	0,24	22,28
		ВСЬОГО	**820**	**725,82**	**26,9**	**15,63**	**116,3**	**905**	**839,15**	**33,36**	**17,75**	**133,38**	**940**	**906,15**	**39,41**	**19,05**	**140,1**
		П'ятниця															
Я	ТК Клопот.2 № 5.8	Шакшука	**60**	87	6,58	6,42	2,09	**60**	87	6,58	6,42	2,09	**60**	87	6,58	6,42	2,09
С	ТК 2.07	Суп овочевий	**250**	118,7	2,7	2,3	21,9	**250**	118,7	2,7	2,3	21,9	**250**	118,7	2,7	2,3	21,9
	ТК Клопот.2 № 8.1	Плов з булгура зі свининою	**149**	325	12,94	22,4	18,32	**213**	465	18,49	32,02	26,18	**255**	556	22,14	38,33	31,35
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з масл верш	**30 4**	71/26.4	1,8	2,4/3.3	10	**30 4**	71/26.4	1,8	2,4/3.3	10	**30 4**	71/26.4	1,8	2,4/3.3	10
	Пром-ве вироб.	Сік мультифруктовий	**200**	78	0,2		19	**200**	78	0,2		19	**200**	78	0,2		19
	ТК№12.16	Желе з апельсина	**100**	41		0.07		**100**	41		0.07		**100**	41		0.07	
	ТК № 12.01	слива	**70**	52,4	0,4	0,4	11,8	**70**	52,4	0,4	0,4	11,8	**70**	52,4	0,4	0,4	11,8
		ВСЬОГО	**829**	**702,1**	**24,62**	**31,52**	**83,11**	**893**	**809,1**	**30,17**	**41,14**	**90,97**	**935**	**903,1**	**33,82**	**47,45**	**96,14**

Алергени	Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
			Вихід, г	630-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114	Вихід, г	810-945	27-32	27-32	112-131
		3-й тиждень		Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
	1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		Понеділок															
Г МП Л Я ЗП	ТК Клопот.2 № 1.14	Салат з огірків та петрушки з часником	**50**	25	0,77	1,58	2,25	**75**	37	1,15	2,36	3,37	**75**	37	1,15	2,36	3,37
С	ТК Клопот.2 № 2.5	Овочева юшка	**250**	121	2,9	2,9	21,3	**250**	121	2,9	2,9	21,3	**250**	121	2,9	2,9	21,3
	ТКN№10.16	Кускус розсипчастий	**120**	235	7 55	2 03	42 6	**150**	235	9 44	2 54	53 3	**150**	235	9 44	2 54	53 3
ЗП Г	ТК Клопот.2 № 8.4	Болоньєзе	**88**	124	15 01	4 22	6 76	**126**	178	21,11	6 04	9 68	**151**	213	25,27	9 68	11 59
ГХ	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом верш	**30**	71	1,8	2,4	10	**30 5**	71 31.7	1,8	2,43.8	10	**30 5**	71 31.7	1,8	2,4 3.8	10
	ТК № 12.01	Сливи свіжі	**100**	52,4	0,4	0,4	11,8	**100**	52,4	0,4	0,4	11,8	**100**	52,4	0,4	0,4	11,8
	ТК Клопот.2 № 13.20	Трав'яний напій з ромашкою	**200**	0,2	0	0	0,04	**200**	0,2	0	0	0,04	**200**	0,2	0	0	0,04
			838	**628,6**	**5,87**	**7,28**	**45,39**	**901**	**621,6**	**27,36**	**5,66**	**46,51**	**926**	**650,6**	**31,52**	**5,66**	**46,51**
		Вівторок															
ГЦ	ТК Клопот.2 №1.30	Салат з червоної капусти з соусом вінегрет	**75**	44	1,22	2,59	4,49	**100**	58	1,63	3,45	5,99	**100**	58	1,63	3,45	5,99
ЗП	ТК Клопот.2 № 2.21	Гречана юшка (без засмажки)	**250**	113	2,7	3,1	18,7	**250**	113	2,7	3,1	18,7	**250**	113	2,7	3,1	18,7
Г МП Л	ТК № 10.1	Каша пшенична	**100**	143,3	4,8	2,4	25,2	**120**	179,1	6	3	31,5	**120**	179,1	6	3	31,5
Г МП Л	ТК № 9.64	Курячий шніцель	**55**	148,5	13,1	6,9	11,3	**80**	212,09	18,7	9,85	16,19	**95**	254	22,4	11,8	19,4
	ТК № 11.6	Соус кетчуп.	**25**	13,1	0,3		3	**25**	13,1	0,3		3	**25**	13,1	0,3		3
	Промислове ви	Масло вершкове	**5**	3 2			1 8	**5**	32			1 8	**5**	32			1 8
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10
МП Л	Пром-ве вироб.	Сир твердий.	**15**	52	3,4	4,3	0,7	**15**	52	3,4	4,3	0,7	**15**	52	3,4	4,3	0,7
	ТК Клопот.2 № 13.11	Узвар із суміші сухофруктів	**200**	62	0,64		15,34	**200**	62	0,64	0	15,34	**200**	62	0,64	0	15,34
	ТК Клопот.2 № 12.15	Груша з чаєм та корицею	**110**	42	0,4	0,3	11	**110**	42	0,4	0,3	11	**110**	42	0,4	0,3	11
		ВСЬОГО	**865**	**688,9**	**24,96**	**28,99**	**99,73**	**935**	**834,29**	**32,17**	**47,4**	**112,42**	**950**	**876,2**	**39,27**	**31,35**	**115,63**

		Середа														
ГХ	ТК Клопот.2 № 1.12	Салат з квашених огірків, свіжої капусти, моркви та горіхів	**50**	53	1,24	3,74	4,02	**50**	53	1,65	4,99		**50**	53	1,65	4,99	5,36
МП Л	ТК Клопот.2 № 13.14	Сметана	**12**	19,2	0,3	1,8	0,4	**10**	16	0,3	1,5	0,3	**8**	12,8	0,2	1,2	0,2
Л МП ЗП Г	ТК Клопот.2 №2.20	Капусняк з гарбузом	**200**	133	3,1	2,3	25,2	**200**	133	3,1	2,3	25,2	**200**	133	3,1	2,3	25,2
Л МАП	ТК Клопот.2 №8.35	Мітболи з твердим сиром і свининою	**60**	205	12,4	17,1	1	**85**	291	17,5	24,2	1,4	**100**	342	20,63	28,42	1,64
ЗП Г МП Л	ТК №08.103	Каша ячна розсипчаста	**100**	144,5	3,8	2,5	26,2	**120**	180,6	4,8	3,2	32,8	**120**	180,6	4,8	3,2	32,8
	ТК Клопот.2 №13.13	Кисіль з ягід або фруктів (свіжих або заморожених)	**200**	44,4	0,6	0	10	**200**	44,4	0,6	0	10	**200**	44,4	0,6	0	10
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10
	Пром вироб	Сухофрукти(ізюм)	**23**	53	1 5	0 13	0 04	**23**	53	1 5	0 13	0 04	**23**	53	1 5	0 13	0 04
	ТК № 12.01	Виноград	**50**	25	0,5	0,1	5,5	**50**	25	0,5	0,1	5,5	**50**	25	0,5	0,1	5,5
		ВСЬОГО	**725**	**748,1**	**23,74**	**29,94**	**82,32**	**768**	**867**	**30,25**	**38,69**	**85,2**	**781**	**914,8**	**33,28**	**42,61**	**90,7**
		Четвер															
МП Л	ТК №2.29	Юшка з буряком та сочевицею	**200**	90	2,7	7,7	17,7	**200**	90	2,7	7,7	17,7	**200**	90	2,7	7,7	17,7
Р Г ЗП	ТК Клопот.2 №7.19	Риба, запечена у паніровці з манної крупи	**60**	96	11,4	2,7	6,5	**90**	144	17	4	9,8	**120**	192	22,69	5,34	13,04
МП Л	ТК № 10.18	Кускус розсипчастий з овочами	**100**	162,6	2,5	7,4	21,1	**120**	203,3	3,5	9,3	26,4	**120**	203,3	3,5	9,3	26,4
	Пром-ве вироб.	Сік мультифруктовий	**200**	78	0,2		19	**200**	78	0,2		19	**200**	78	0,2		19
Я МП Л ЗП Г	ТК Клопот.2 № 5.16	Скрамбл з овочами	**75**	71	5,33	5,27	0,69	**75**	71	5,33	5,27	0,69	**75**	71	5,33	5,27	0,69
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом верш	**30 3**	71/29	1,8	2,4/3.3	10	**30 4**	71/29	1,8	2,4/3.3	10	**30 4**	71/29	1,8	2,4/3.3	10
	ТКN№12.01	Персик	**7 0**	23	0 5	0 1	5 5	**7 0**	23	0 5	0 1	5 5	**7 0**	23	0 5	0 1	5 5
	ТК № 12.17	Желе з бананом	**100**	53	1,5	0,2	21,8	**100**	53	1,5	0,2	21,8	**100**	53	1,5	0,2	21,8
		ВСЬОГО	**735**	**573,6**	**25,43**	**23,27**	**96,79**	**785**	**662,3**	**32,03**	**26,47**	**105,39**	**815**	**710,3**	**37,72**	**27,81**	**108,63**
		П'ятниця															
Г	ТК 1.28 /ЗДО	Капуста тушкована	**50**	36	1,22	1,8	4,3	**67**	48	1,6	2,41	5,7	**67**	48	1,6	2,41	5,7
	ТК Клопот.2 №2.40	Борщ	**200**	97	2,84	4,03	21,07	**200**	97	2,84	4,03	21,07	**200**	97	2,84	4,03	21,07
ЗП Г Я	ТК Клопот.2 №8.81	Фрикадельки м'ясні з фенхелем	**62**	172	13,46	11,9	2,83	**88**	244	19,1	16,89	4,02	**105**	292	**22,79**	**20,16**	**4,79**
	ТК Клопот.2 № 13.14	Сетана	**25**	40	0,72	3,75	0,76	**25**	40	0,72	3,75	0,76	**25**	40	0,72	3,75	0,76
Л МП Г ЗП	ТК Клопот.2 №10.42	Альо-ольо	**120**	174	5,54	0,57	36,11	**150**	217	6,9	0,7	45,1	**150**	217	6,9	0,7	45,1
	ТК № 12.4	Яблука з каркаде	**100**	72	1	0	17	**100**	72	1	0	17	**100**	72	1	0	17
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом верш	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	**30 5**	71 31.7	1,8	2,4 3.8	10
	ТК Клопот.2 №13.29	Чорний чай з куркумою	**200**	1	0,12	0,03	0,12	**200**	1	0,12	0,03	0,12	**200**	1	0,12	0,03	0,12

ВСЬОГО	**787**	**663**	**26,7**	**24,48**	**92,19**	**860**	**790**	**34,08**	**30,21**	**103,77**	**847**	**767**	**37,77**	**31,08**	**104,54**

Алергени	Збірник рецептур,№ розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
			Вихід, г	630-735	21-25	21-24	88-103	Вихід, г	720-840	25-29	25-29	98-114	Вихід, г	810-945	27-32	27-32	112-131
		4-й тиждень		Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енергоцінність, ккал.	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
	1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
		Понеділок															
	ТК№12.01	**Огірок свіжий**	35	5 25	0 28	0 03	0 98	45	6 75	0 36	0 04	1 26	45	6 75	0 36	0 04	1 26
ЗП	ТК Клопот.2 № 10.15	Овочева паелья з куркумою	**143**	188	3,79	3,38	35,11	**178**	233	4,72	4,21	43,7	**178**	233	4,72	4,21	43,7
		Сметана	**19**	38.95	0 53	3 8	0 6	**17**	34 85	0 47	3 4	0 54	**17**	34 85	0 47	3 4	0 54
ЗП Г	ТК Клопот.2 № 2.27	Огірчанка	**200**	105	2,91	6,64	16,4	**250**	134	2,91	6,64	16,4	**250**	134	2,91	6,64	16,4
Л МП Г ЗП	ТК Клопот.2 № 8.39	Свинні шашлички на шпажці	**41**	183	11,15	15,53	0	**59**	263	16,05	22,35	0	**71**	317	19,31	26,9	0
	ТК Клопот.2 № 13.11	Узвар із суміші сухофруктів	**200**	62	0,64	0	15,34	**200**	62	0,64	0	15,34	**200**	62	0,64	0	15,34
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	**30 4**	71/26	1,8	2,4	10	**30 4**	71/26	1,8	2,4	10	**30 5**	71/32	1,8	2,4	10
	ТК № 12.	Яблуко запечене з цукром	**100**	50	0,9	0,2	11	**100**	50	0,9	0,2	11	**100**	50	0,9	0,2	11
		ВСЬОГО	**703**	**588**	**21,19**	**28,15**	**87,85**	**804**	**742**	**27,02**	**35,8**	**96,44**	**816**	**796**	**30,28**	**40,35**	**96,44**
		Вівторок															
МП Л ЗП Г	ТК № 2.15	Картопляний крем -суп	**200**	138	3,1	2,5	21,7	**200**	138	3,1	2,5	21,7	**200**	138	3,1	2,5	21,7
МП,Л	Пром. вир.	Сир твердий	**15**	54	3,45	4,35	0	**15**	54	3,45	4,35	0	**15**	54	3,45	4,35	0
	ТК Клопот.2 № 1.53	Салат з квашеної капусти та яблук	**100**	88	1,41	0,89	8,2	**120**	106	1,87	1,18	10,83	**120**	106	1,87	1,18	10,83
	ТК Клопот.2 № 9.45	Мітболи з птиці з мускатним горіхом	**83**	98	16,55	2,5	2,5	**116**	139	23,58	3,57	3,57	**138**	168	28,34	4,29	4,29
ЗП Г	ТК Клопот.2 № 10.1	Каша пшенична	**120**	158	4,39	0,51	33,68	**150**	197	5,49	0,64	42,1	**150**	197	5,49	0,64	42,1
	Пром-ве вироб.	Сік мультифруктовий.	**200**	78	0,2		19	**200**	78	0,2		19	**200**	78	0,2		19
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	**30 4**	71 26	1,8	2,4 3.3	10	**30 5**	71 32	1,8	2,4 3.8	10	**30 5**	71 32	1,8	2,4 3.8	10
	ТК№12.19	Желе з груші	**100**	38	1 87	0 1	8 13	**100**	38	1 87	0 1	8 13	**100**	38	1 87	0 1	8 13
	ТК № 12.01	Банани	**20**	18	1,5	0,2	21,8	**20**	18	1,5	0,2	21,8	**20**	18	1,5	0,2	21,8
		ВСЬОГО	**838**	**670**	**32,4**	**18,95**	**116,88**	**921**	**768**	**40,99**	**20,44**	**129**	**943**	**803**	**45,75**	**21,16**	**129,72**
		Середа															
С	ТК Клопот.2 №2.12	Суп гороховий	**250**	178	7,24	5,66	24,45	**250**	178	7,24	5,66	24,45	**250**	178	7,24	5,66	24,45
	ТК№8.59	М*ясна відбивна в сухарях	**101**	182	15 8	6 33	14 9	**145**	261	22 7	9 09	21 51	**174**	313	27 3	10 9	25 8
	ТК Клопот.2 № 10.8	Гречана каша з томатною пастю	**100**	163	5 6	3 18	27 8	**120**	196	6 77	3 81	33 38	**120**	196	6 77	3 81	33 38
Г	ТК 1.4	Салат з томатів з солодким перцем	**100**	59	3	25,8	4,3	**120**	73	1,7	4,1	34,4	**120**	73	1,7	4,1	34,4
	Клопот.2 ТК.13.13	Кисіль ягідний	**200**	94	0,3	0,24	2,76	**200**	94	0,3	0,24	2,76	**200**	94	0,3	0,24	2,76

я	Клопот.2 ТК.5.9	Яйце варене	**40**	17	5,33	5,27	0,69	**40**	17	5,33	5,27	0,69	**40**	17	5,33	5,27	0,69
г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10
	ТК № 12.01	Виноград	**50**	25	0,45	0,1	6	**50**	25	0,45	0,1	6	**50**	25	0,45	0,1	6
		ВСЬОГО	**871**	**789**	**18,12**	**39,47**	**48,2**	**955**	**915**	**16,82**	**17,77**	**78,3**	**984**	**967**	**16,82**	**17,77**	**78,3**

	Четвер															
К	ТК Клопотенко 2 №1.2	Асорті овочеве	**50**	43	1,09	2,99	3,22	**75**	64	1,64	4,49	4,83	**75**	64	1,64	4,49	4,83
С	ТК Клопотенко 2 №2.26	Густий овочевий суп	**200**	173	3,45	6,29	26,58	**200**	173	3,45	6,29	26,58	**200**	173	3,45	6,29	26,58
Р Я ЗП Г	ТК Клопотенко 2 №7.10	Рибні нагетси	**70**	117	11,46	3,02	10,48	**105**	176	17,18	4,52	15,71	**140**	234	22,92	6,04	20,96
Л МП Г ЗП	ТК Клопотенко 2 №10.42	Альо-ольо	**120**	174	5,54	0,57	36,11	**150**	217	6,92	0,71	45,14	**150**	217	6,92	0,71	45,14
МП,Л	Пром. вир.	Сир твердий	**15**	50,4	3,22	4,06	0	**15**	50,4	3,22	4,06	0	**15**	50,4	3,22	4,06	0
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	**30**	71	1,8	2,4	10	**30**	71	1,8	2,4	10	**30 5**	71 32	1,8	2,4 3.8	10
	ТК № 12.15	Груша з чаєм та корицею	**110**	69	1,5	0,2	21,8	**110**	69	1,5	0,2	21,8	**110**	69	1,5	0,2	21,8
	ТК Клопотенко 2 №13.29	Чорний чай з куркумою	**200**	1	0,12	0,03	0,12	**200**	1	0,12	0,03	0,12	**200**	1	0,12	0,03	0,12
		ВСЬОГО	**795**	**698,4**	**28,18**	**19,56**	**108,31**	**885**	**813,4**	**35,83**	**22,7**	**124,18**	**890**	**808,4**	**41,57**	**21,82**	**129,43**
	П'ятниця																
Я ЗП Г МП Л С	ТК Клопотенко 2 № 2.35	Томатний суп з квасолею	**250**	149	14,31	3,77	14,89	**250/40/20**	149	14,31	3,77	14,89	**250/40/20**	149	14,31	3,77	14,89
МП Л	ТК Клопот.2 № 8.37	Буженина зі свинини	**42**	291	10,72	15,04	0,52	**60**	306	15,01	21,05	0,73	**72**	367	18,23	25,56	0,88
МП Л	ТК Клопот.2 № 10.52	Перлова каша з з овочами	**120**	177	5,42	5,89	26,19	**150**	218	6,67	7,25	32,24	**150**	218	6,67	7,25	32,24
	ТК Клопот.2 № 12.01	Томати свіжі						**20**	5	0,76			**20**	5	0,76		
	ТК № 12.14	Яблуко з каркаде	**100**	39,3	0,3	0,3	8,9	**100**	39,3	0,3	0,3	8,9	**100**	39,3	0,3	0,3	8,9
Г	Пром-ве вироб.	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	**30 4**	71/ 26	1,8	2,4	10	**30 4**	71 26	1,8	2,4	10	**30 4**	71 26	1,8	2,4	10
	Клопот.2 ТК 13.12	Напій з шипшини	**200**	42	0,7	0	11,42	**200**	42	0,7	0	11,42	**200**	42	0,7	0	11,42
		ВСЬОГО	**712**	**698,3**	**33,25**	**27,4**	**71,92**	**530**	**759,3**	**39,55**	**34,77**	**78,18**	**542**	**820,3**	**42,77**	**39,28**	**78,33**

Використано Додаток 9¹ Постанови КМУ від 24.03.2021р. № 305 "Про затвердження норм та Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку"

Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах Є.КЛОПОТЕНКО 2019 р.

Державна установа "Інститут громадського здоров'я ім. О.М. Марзєєва НАМН України"

Збірник рецептур страв для харчування дітей в закладах освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та закладах соціального захисту Є.КЛОПОТЕНКО 2024 р.