ПОГОДЖЕНО
Начальнику відділу державного нагляду за дотриманням санітарного законодавства
Уманського районного управління
Головного управління Держспоживслужби в Черкаській області
_____Валентина КОВБАСЮК
«_____»_____ 2026

ЗАТВЕРДЖЕНО
Начальник відділу освіти, молоді та спорту
Маньківської селищної ради
Черкаської області
_____Юрій БЕЗВЕРХИЙ
«___» _____ 2026 р.

Примірне чотиритижневе сезонне меню (сніданки) на осінній період у закладах загальної середньої освіти Маньківської ТГ для учнів від 6 до18 років

1 тиждень																	
Збірник рецептур, №ТК	**Наявні алергени**	**Найменування страв та виробів**	**Діти 6-11 р.**					**Діти 11-14 р.**					**Діти14-18р.**				
			Вихід,г	Енергоцінністькал	Б,г	Ж,г	В,г	Вихід,г	Енерго-цінністькал	Б,г	Ж,г	В,г	Вихід,г	Енерго-цінність,кал	Б,г	Ж,г	В,г
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**
Понеділок																	
ТК№ 1.13		Салат зелений з свіжих огірків та томатів	100	94	3,0	6,6	5,2	120	94	3,0	6,6	5,2	120	94	3,0	6,6	5,2
ТК№ 295	МП,Л,Г	Макарони відварні з вершковим маслом	120/3	151	2,2	7.6	18,7	150/4	189	2,7	9.5	23,4	150/4	189	2,7	9,5	23,4
ТК№3,02		Скрамбл	50	78.5	5,0	5,0	5.5	50	78.5	5,0	5,0	5,5	50	78,5	**5,0**	**5,0**	**5,5**
Пром-вевироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7
ТК№13.1		**Какао з молоком**	200	84	4.6	4.1	7.4	200	84	4.6	4.1	7.4	200	84	4.6	4.1	7,4

ТК №12.01		Яблуко запечене з цукром	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
Пром виробн		Суміш сухофруктів	25	5.4	2.1	1.6	24	25	5.4	2.1	1.6	24	25	5.4	**2.1**	**1.6**	**24**
Всього			**628**	**578.9**	**20.2**	**27.4**	**92.6**	**698.8**	**663.9**	**21.9**	**31**	**104**	**698.8**	**683.9**	**21.9**	**31**	**104**
Вівторок																	
ТК№ 1.04	ГЦ	Салат з томатів з солодким перцем	90	80	1.5	5.0	6.3	110	102	1.9	6.1	7.3	110	**102**	1.9	6.1	7.3
ТК№ 4.05	Г,Л,Я, МП	**Чілі кон корне**	**200/120** /70	186	15,1	7,7	17,7	**260**/150 /100	274	22,2	11,3	26,0	280/150/ 120	329	26,6	13,6	31,2
ТК №13.13		**Кисіль фруктовий вишні**	150/44	71	0.3	0.18	16.17	150/44	71	0.3	0.18	16.17	150/44	71	0.3	0.18	16.17
Промиве вироб.	Г,МП,Л	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2.4	10	50	**118**	3	**4**	16.7	50	**118**	3	**4**	16.7
Промисл виробн		**Сир твердий Масло вершкове**	**15 3**	**89**	**1.2**	**2.6**	**15**	**15 4**	**89**	**1.2**	**2.6**	**15**	**15 4.5**	**89**	**1.2**	**2.6**	**15**
ТК №12.01		Мандарини	56	9	0,3	0,3	3,9	56	9	0,3	0,3	3,9	56	9	0,3	0,3	3,9
Всього			**541**	**526**	**202**	**18.18**	**65.17**	**641**	**663**	**28.9**	**24.48**	**85.07**	**661**	**718**	**33.3**	**26.78**	**90.27**
Середа																	
ТК№ 1.21	МП,Л	Салат з моркви з сиром та сметаною	100/7/12	84	3,4	5,4	5,9	120/7/12	84	3,4	5,4	5,9	120/7/12	84	3,4	5,4	5,9
ТК№ 4.09	МП,Л	Курячі нагетси	85/70	186	15,1	7.7	17,7	125/100	274	22,2	11,3	26,0	150/120	329	26,6	13.6	31.2
ТК№11.21		Соус медово-гірчичний	10	57	0.1	4.57	3.97	10	57	0.1	4.57	3.97	10	57	0.1	4.57	3.97
ТК№08.26		**Каша ячня**	**120**	**151**	**2.2**	**7.6**	**18.7**	**150**	**189**	**2.7**	**9.5**	**23.4**	**150**	**189**	**2.7**	**9.5**	**23.4**
ТК №12.19		Желе з груш	100/35	38	1.87	0,1	**8.13**	100/35	38	0,3	1.87	0.1	100/35	38	1.87	0,1	8.13
ТК №12.01		Банани свіжі	65	95	1,5	0,2	21,8	65	95	1,5	0,2	21,8	65	95	1,5	0,2	21,8
Всього			**480**	**611**	**24.17**	**25.57**	**76.2**	**570**	**737**	**30.2**	**32.84**	**81.17**	**595**	**792**	**36.17**	**33.37**	**94.4**
Четвер																	

ТК№ 1.12		Салат з свіжих огірків капус моркви	88	65	1.31	3.95	4,2	108	79	1,93	5.6	6,2	108	79	1,93	5.6	6,2
ТК№ 7.14	Р, Г,МП ,Л	Риба запечена з твердим сиром у Бешамелі	70/6/28	101	12.37	4.71	2.27	105/9/42	152	18.56	7.06	3.4	140/13/5 6	203	24.74	9,41	4.53
№08.1 2	МП,Л	Картопляне пюре з орегано з вершковим маслом	120/3	164	3,7	2,9	30,2	150/4	204	4,7	3,6	37,8	150/4	204	4,7	3,6	37,8
Пром. вироб		**Сир твердий**	**7**	**45**	**0.6**	**1.3**	**8**	**6**	**40**	**0.5**	**1.1**	**6.3**					
Проми сл.вир ообн		Сік мультивітамінний	200	84	1.0	-	19.1	200	84	1.0	-	19.1	200	84	1.0	-	19.1
ТК №12.1 5		Груші з чаєм та корицею	110	69	0,53	0,33	17.06	110	69	0,53	0,33	17.06	100	69	0,53	0,33	17.06
Всього			**598**	**528**	**19.51**	**13.19**	**80.83**	**683**	**628**	**27.22**	**17.69**	**89.86**	**702**	**689**	**32.9**	**18.49**	**84.69**
П’ятниця																	
ТК№ 1.28		**Салат з запеченої капусти з родзинками**	100	85	1.66	5.24	9.08	120	102	1,99	6.29	10,89	120	102	1,99	6.29	10,89
ТК №6.8	МП,Л,Г	Запіканка рисово- з ягідним кулі	200/79/9 /20	365	22.5	14.2	60.35	200/79/9 /20	365	22.5	14.2	60.35	200/79/9 /20	365	22.5	14.2	60.35
Пром-ве вироб.	Г МП.Л Г,МП,Л	Хліб цільнозерновий Масло вершкове	**30 3** 30	**71** 71	**1.8** 1,8	**2.4** 2,4	**10** 10,0	**50 4** 50	**118** 118	**3.0** 3,0	**4.0** 4.0	**16.7** 16.7	**50 4.5** 50	**118** 118	**3.0** 3,0	**4.0** 4.0	**16.7** 16.7
ТК №13.1 1		Узвар з суміші сухофруктів	180/22	108	0,3	0,9	24,9	180/22	108	0,3	0,9	24,9	180/22	108	0,3	0,9	24,9
ТК 12.01		Виноград свіжий	80	95	1,5	0,2	21,8	80	95	1,5	0,2	21,8	80	**95**	**1,5**	**0,2**	**21,8**
Всього			**640**	**624**	**27.76**	**22.94**	**126.1**	**680**	**718**	**29.29**	**25.59**	**134.6**	**680**	**788**	**29.29**	**25.59**	**134.6**

2тиждень

Збірник рецептур, №ТК	Наявні алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11 р.					Діти 11-14 р.					Діти 14-18р.				
			Вихід,г	Енерго цінністьк кал	Б,г	Ж,г	В,г	Вихід,г	Енерго-цінністьк кал	Б,г	Ж,г	В,г	Вихід,г	Енерго-цінність,ккал	Б,г	Ж,г	В, г
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**
Понеділок																	
ТК№ 1.10		Салат зелений з томатів та огірків	100	87.76	14.4	3.49	2,08	120	92.6	16,7	4,5	2,3	120	92.6	16,7	4,5	2,3
ТК№ 8.01	МП,Л	Гречана каша з чебрецем	120	133	4,1	3,1	24,1	150	166	5,2	3,9	30,1	150	166	5,2	3,9	30,1
ТК№5.10		Омлет з прованськими травами	65	36	6.31	5,95	4.19	65	36	6.31	5,95	4.19	65	36	**6.31**	**5,95**	**4.19**
ТК №12.		Яблуко з каркаде	100	64	0,41	0,4	15,29	100	64	0,41	0,4	15,29	100	64	0,41	0,4	15,29
ТК №13.14		Молоко	200	104	5.64	5,0	9,46	200	104	5.64	5,0	9,46	200	104	5.64	5,0	9,46
Пром. вироб		**Суміш горіхів**	**25**	**5.4**	**2.1**	**1.6**	**24**	**25**	**5.4**	**2.1**	**1.6**	**24**	**25**	**5.4**	**2.1**	**1.6**	**24**
Пром-ве вироб	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4,0	16,7	50	118	3,0	4,0	16,7
Всього			**640**	**531.16**	**34.76**	**21.94**	**89.12**	**710**	**606**	**39.36**	**25.35**	**102.0**	**710**	**686**	**39.36**	**25.35**	**102.0**
Вівторок																	
Промве вироб.	МП,Л	Сир твердий	15	89	1.2	2.6	15	15	89	1,2	2,6	15	15	89	1,2	2,6	15
ТК№ 1.12	ГЦ	Салат з квашених огірків,свіжої капусти,моркви та горіхів	100/2.3	71	1.65	5.0	5.36	120/3	85.2	1.9	6.0	6.43	120/3	**85.2**	1.9	6.0	6.43
ТК№ 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

ТК4.13		Котлета натуральна з курячого філе	70	75	12,1	2,5	1,1	100	104	17,2	3,5	1,5	120	124	20,4	4,1	1,8
ТК№11.30		Соус томатний	25	7	0.08	0.5	0.51	25	7	0.08	0.5	0.51	25	7	0.08	0.5	0.51
ТК №13.1 1		Узвар зі суміші сухофруктів	180/22	56	0,58	-	23.81	180/22	56	0,58	0,0	23.81	180/22	56	0,58	0,0	23.81
ТК №12.0 1		**Банан**	100	39	0,3	0,3	8,9	100	39	0,3	0,3	8,9	100	39	0,3	0,3	8,9
Пром-вевироб.	Г	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2.4	10,0	50	118	3,0	4.0	16.7	50	118	3,0	4.0	16.7
Всього			**640**	**612**	**44.4**	**16.44**	**95.07**	**740**	**723.2**	**57.6**	**20.83**	**110. 84**	**760**	**773.2**	**60.82**	**21.43**	**111.1**

Середа

ТК№ 1.3		Салат з томатів та маринованої цибулі	100	66	0,01	3.63	7.45	120	77	0,1	4,5	9,0	120	77	0,1	4,5	9,0
ТК №11.6		Соус "Кетчуп"	25	13	0,3	0,0	3,0	25	13	0,3	0,0	3,0	25	13	0,3	0,0	3,0
ТК№ 9.64	Г, Я,МП ,Л	Курячий шніцель	55/70	151	18.96	3.7	10.83	80/100	220	27.59	5.37	15.75	95/120	261	32.76	6.38	18.71
ТК№ 8.13	МП,Л	Картопляне пюре	120/3	114	2.52	3.25	18.64	150/4	143	3.22	4.06	23.31	150/4	143	3.22	4.06	23.31
ТК№13.1 4	МП,Л	Йогурт	125	86	2,0	6,3	5,3	125	86	2,0	6,3	5,3	125	86	2,0	6,3	5,3
ТК №12.1 6		**Желе з апельсинів**	100/31	41	2.02	0,07	8.95	100/31	41	2.02	0,07	8.95	100/31	41	2.02	0,07	8.95
ТК№1 2.01		**Груші свіжі**	**70**	**28**	**0.28**	**0.07**	**7**	**70**	**28**	**0.28**	**0.07**	**7**	**70**	**28**	**0.28**	**0.07**	**7**
Всього			**595**	**599**	**26.09**	**17.02**	**61.17**	**670**	**608**	**35.51**	**20.37**	**72.31**	**685**	**679**	**40.68**	**21.38**	**75.27**
Четвер																	
ТК№ 1.15	ГЦ	Салат з морквою та імбирем	100	61	1.29	3.11	8.41	120	73.2	1.54	3.73	10,0	120	73.2	1.54	3.73	10,0
ТК№ 7.7	Р,Я,Г	Рибна паличка	70	128	12.11	2.59	13.45	105	192	18.17	3.89	20.18	140	256	24.22	5.19	26.9

ТК №295 ЗР	МП,Л, Г	Макарони відварні з вершковим маслом	120/3	161	3,5	4,3	26,5	150/4	201	4,4	5,4	33,2	150/4	201	4,4	5,4	33,2
ТК №11.05	МП,Л	Какао намолоці	200	84	4,6	4,1	7,4	200	84	4,6	4,1	7,4	200	84	4,6	4,1	7,4
ТК №12.01		**Яблука запечені з цукром**	100	95	1.5	0,2	21.8	100	95	1.5	0,2	21.8	100	95	1.5	0,2	21.8
Пром-вевироб.	Г,МП,Л	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4.0	16.7	50	118	**3.0**	4.0	**16.7**
Всього			**620**	**600**	**24.8**	**16.7**	**87.56**	**725**	**723.2**	**33.21**	**21,32**	**109.28**	**760**	**807.2**	**39.26**	**22,62**	**116**
		П'ятниця															
ТК№ 1.27		**Салат з капусти та моркви**	100	56	1,59	3.11	6,56	120	67.2	1,91	3.72	7.87	120	67.2	1,91	3.72	7.87
ТК№10.54	МП,Л,Г	Булгур	100	202	5.2	30.8	36,48	130	252	6.51	3,85	45.6	130	252	6.51	3,85	45.6
ТК№6.21	МП,Л, Г,Я,	Сирники з куркумою	**135/124**	**267**	**23.51**	**10.68**	**19.21**	**135/124**	**267**	**23.51**	**10.68**	**19.21**	**135/124**	**267**	**23.51**	**10.68**	**19.21**
ТК№11.15		Ягідне кулі	**20**	**14**	**0.16**	**0.1**	**3.06**	**20**	**14**	**0.16**	**0.1**	**3.06**	**20**	**14**	**0.16**	**0.1**	**3.06**
Пром-вевироб.		Сік мультивітамінний	200	84	1,0	0,0	19,1	200	84	1,0	0,0	19,1	200	84	1,0	0,0	19,1
ТК №12.01		**Виноград** свіжий	80	34	0,8	0,0	8,8	80	34	0,8	0,0	8,8	80	34	0,8	0,0	8,8
		Всього	**632**	**601**	**32.26**	**43.96**	**93.21**	**685**	**718.2**	**33.89**	**18.35**	**229.6**	**685**	**718.2**	**33.89**	**18.35**	**229.6**
		3 тиждень															
Збірник рецептур, №ТК	**Наявні алергени**	**Найменування страв та виробів**	**Діти 6-11 р.**					**Діти11-14 р.**					**Діти 14-18р.**				
			Вихід,г	Енергоцінність ккал	Б,г	Ж,г	В,г	Вихід,г	Енерго-цінністькал	Б,г	Ж,г	В,г	Вихід,г	Енерго-цінність,ккал	Б,г	Ж,г	В,г
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**
		Понеділок															

ТК1.25	А..8	Салат з гарбуза та яблук	100	57	0.79	3.18	6.75	120	68.4	0.96	3.82	8.1	120	68.4	0.96	3.82	8.1
		Хліб цільнозерновий	30	71	1.8	2.4	10	50	118	3.0	4.0	16.7	50	118	3.0	4.0	16.7
ТК№ 10.12	МП,Л,Г	Рис розсипчастий з орегано	120	160	2.98	2,64	30.23	150	200	3.73	3,3	37.78	150	200	3.73	3,3	37.78
ТК№5.14		Омлет з томатами та базиліком	70	93	6.10	5.94	3.78	70	93	6.1	5.94	3.78	70	93	6.1	5.94	3.78
ТК№12.01		Огірок свіжий	15	12	0.3	0.6	-	15	12	0.3	0.6		15	12			
ТК №13.1	МП,Л	Какао з молоком	200	112	6,1	5,5	9,9	200	112	6,1	5,5	9,86	200	112	6,1	5,5	9,9
ТК №12.4		**Яблуко з каркаде**	75	48	0,31	0,3	11.46	75	48	0.31	0,3	11.46	75	48	0.31	0,3	11,46
Всього			**610**	**553**	**18.11**	**20.56**	**72.12**	**680**	**651.4**	**20.5**	**23.46**	**87.68**	**675**	**681.4**	**20.5**	**23.46**	**87.68**
		Вівторок															
ТК№ 1.48	К	Салат із буряка і апельсина	120	88	3.84	6.5	2.65	150	110	4.8	8.12	3.31	150	110	4.8	8.12	3.31
ТК№ 9.28		Куряча паличка	64/70	112	17.56	2.42	5.2	96/100	168	26.34	3.63	7.8	110/120	193	30.18	4.16	8.94
ТК№ 10.54	МП,Л	Булгур	120	202	5.2	30.8	36.48	150	252	6.51	3.85	45.6	150	252	6.51	3.85	45.6
ТК № 13		Кисіль ягідний (вишня)	150	71	0.3	0.18	16.71	150	71	0.3	0.18	16.71	150	71	0.3	0.18	16.71
ТК №12.01		**Сливи свіжі**	40	25	0,2	0,0	4.1	40	25	0,2	0,0	4.1	40	25	0,2	0,0	4.1
		Хліб цільнозерновий з сиром твердим	**30/15**	**71/89**	**1,8/1.2**	**2,4/2.6**	**10/15**	**50/15**	**118/89**	**3,0/1.2**	**4,0/2.6**	**16,7/15**	**50/15**	**118/89**	**3,0/1.2**	**4,0/2.6**	**16,7/15**
Всього			**539**	**628**	**30.1**	**44.9**	**90.14**	**651**	**715**	**42.35**	**22.38**	**109.22**	**665**	**808**	**46.19**	**22.91**	**110.4**
		Середа															
ТК№1.3	МП, Я,Л,Г	Салат з томатів та маринованої цибулі	100	74	3,6	3,6	7,1	120	94	4.1	4.1	9,1	120	94	4.1	4.1	9,1
ТК№ 10.16	МП, Л,С	Кус-кус розсипчастий	120	235	7.55	2.03	42.6	150	294	9.44	2.54	53.3	150	294	9.44	2.54	53.3

ТК№6.20		**Запіканка з курагою**	**145/125/11**	**298**	**24.3**	**10.97**	**25.85**	**145/125/11**	**289**	**24.3**	**10.97**	**25.85**	**145/125/11**	**298**	**24.3**	**10.97**	**25.85**
Пром-вевироб.		Сік мультифруктовий	200	89	1,1	0,0	20,3	200	89	1,1	0,0	20,3	200	89	1,1	0,0	20,3
Прм виробн		Суміш горіхів	15	2.4	1.1	0.8	12	15	2.4	1.1	0.8	12	15	2.4	1.1	0.8	12
ТК№12.01		мандарин	100	36	0.5	-	6.5	100	36	0.5.	-	6.5	100	36	0.5	-	6.5
Всього			**680**	**598.7**	**38.15**	**17.4**	**114.35**	**730**	**704.4**	**40.54**	**18.41**	**127.05**	**730**	**804.4**	**40.54**	**18.41**	**127.0**
		Четвер															
ТК№ 1.20		Салат з моркви з карі з соусом «Вінігрет»	100	65	1,29	3.47	8.44	120	78	1,5	4,16	10,12	120	78	1,5	4,16	10,12
ТК№ 7.10	Г,Я,Р	Рибні нагетси	70/60	117	11,46	3,02	10.48	105/90	176	17,18	4.52	15,71	140/120	234	22,92	6.04	20.96
ТК№ 10.22	МП,Л	Картопляне пюре з орегано	120	112	2,6	**3.05**	18.68	150	140	3,26	3.81	23.36	150	140	3,26	3.81	23.36
ТК №13.14		Молоко	180	104	**5.64**	5,0	9.46	180	104	5.64	5,0	9.46	180	104	5.64	5,0	9.46
ТК №12.15		Груша з чаєм та корицею	110/100	69	0.53	0,33	17,06	110/100	69	0,53	0,33	17.06	110/100	69	0,53	0,33	17.06
Всього			**580**	**567**	**21.52**	**14.87**	**64.12**	**665**	**607**	**28.11**	**17.82**	**75.71**	**700**	**678.6**	**33.85**	**19.34**	**80.96**
		П'ятниця															
ТК№ 1.14		Салат з огірків та петрушки з часником	50	25	0.77	1.58	2.25	50	25	0.77	1.58	2.25	50	25	0.77	1.58	2.25
ТК№ 4.07		Відбивна з курки	80/70	74	12,1	2,5	1,1	110/100	105	17,2	3,5	1,5	130/120	124	20,2	4,1	1,8
ТК№4.4	МП,Л	Сочевиця тушкована з овочами	120	144	11.04	2.92	21.5	150	180	13.79	3.65	26.87	150	180	13.79	3.65	26.87
ТК №13.12		**Напій з шипшини**	200/10	42	0.7	0	11.42	200/10	42	0.7	0	**11.42**	200/10	42	0.7	0	11.42
Пром виробн		**Суміш сухофруктів(ізюм,)**	**15**	**44.85**	**9.9**	**0.3**	**0.3**	**15**	**44.85**	**9.9**	**0.3**	**0.3**	**15**	44.85	9.9	0.3	0.3
ТК №12.01		Яблука запечене з цукром	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8	100	52	0,4	0,4	11,8
Пром-вевироб.	Г,МП,Л	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/15	71/89	1,8/1.2	2.4/	10/15	50/15	118/89	3/1.2	4/2.6	16.7/1	50/15	118/89	3/1.2	4/2.6	16.7/

						2.6						5					15
Всього			**595**	**541**	**37.91**	**12.7**	**73.37**	**675**	**655.85**	**46.96**	**16.03**	**85.84**	**710**	**674.85**	**49.96**	**16.63**	**86.14**
4 тиждень																	
Збірникрецептур,	**Наявні алергени**	**Найменування страв та виробів**	**Діти 6-11 р.**					**Діти 11-14 р.**					**Діти 14-18р.**				
№ТК																	
			Вихід,г	Енергоцінністькк ал	Б,г	Ж,г	В,г	Вихід,г	Енерго-цінністькк кал	Б,г	Ж,г	В,г	Вихід,г	Енерго-цінність,ккал	Б,г	Ж,г	В,г
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**
Понеділок																	
ТК№ 1.13		Сала зелений з свіжих огірків та томатів	75	47	0.76	3.76	2.7	100	62	1.01	5.01	3.6	100	62	1.01	5.01	3.6
ТК№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
ТК№10.42		Альо альо	120/3	275	11.94	1.22	77.87	150/3.8	369	14.92	1.53	97.34	150/3.8	369	14.92	1.53	97.34
ТК№13.13		Кисіль ягідний	150/38	71	0.3	0.18	16.71	150/38	71	0.3	0.18	16.71	150/38	71	0.3	0.18	16.71
ТК№12.01		**Виноград свіжий**	65	43	8.2	0.4	0.15	65	43	8.2	0.4	0.15	65	43	8.2	0.4	0.15
Пром-вевироб.	Г	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/15	71/89	1,8/1.2	2.4/2.6	10.15	50/15	118/89	3,0/1.2	4/2.6	16.7/15	50/15	118/89	3,0/1.2	4/2.6	16.7/15
Всього			**518**	**583**	**30.78**	**16.98**	**109.67**	**593**	**639**	**35.21**	**20.14**	**151.59**	**593.8**	**809**	**35.21**	**20.14**	**151.5**
Вівторок																	
ТК№ 1.30		**Салат з червоної капусти з соусом вінігрет**	75	44	1.22	2.59	4.49	100	58	1.63	3.45	5.99	100	58	1.63	3.45	5.99
ТК№ 9.40		Курка тушкована в томатному соусі	73	98	16.55	2.5	2.5	105	141	23.8	3.6	3.6	125	168	28.34	4.29	4.29
ТК №10.20		**Картопля** відварна з вершковим маслом	120/3	118	2.49	**2.66**	21.07	150/3.75	147	3.12	3.33	26.34	150/3.75	147	3.12	3.33	26.34
ТК№13.14		Йогурт	125	93	3.47	3.12	12.4	125	93	3.47	3.12	12.4	125	**93**	**3.47**	**3.12**	**12.4**
ТК №12.0		Яблуко запечене з цукром	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8

1																	
Всього			**496**	**548**	**25.23**	**11.07**	**62.26**	**583.75**	**634**	**33.52**	**13.7**	**70.13**	**603.75**	**681**	**38.06**	**14.39**	**70.82**
		Середа															
ТК№ 1.4	ГЦ	Салат з томатів з солодким перцем	100	59	1.17	3.15	6.78	120	71	1.4	3.78	8.13	120	71	1.4	3.78	8.13
ТК№ 7.17	Р	Риба запечена у кукурудзяній паніровці	60	82	12.13	2.29	1.88	90	122	18.19	3.44	2.82	120	163	24.25	4.58	3.76
ТК№ 10.6	МП,Л	Гречана каша з чебрецем	120	184	6.2	3.78	30.9	150	230	7.75	4.72	38.63	150	230	7.75	4.72	38.63
ТК №13.14	МП,Л	**Кефір**	125	74	3.75	3.12	4.37	125	74	3.75	3.12	4.37	125	74	3.75	3.12	4.37
ТК №12.15		Груша з чаєм та корицею	110	69	0.53	0.33	17.06	110	69	0.53	0.33	17.06	110	69	0.53	0.33	17.06
Пром-вевироб.	Г,МП,Л	Хліб цільнозерновий	30	71	1,8	2,4	10,0	50	118	3,0	4.0	16.7	50	118	3,0	4.0	**16.7**
Всього			**545**	**539**	**25.58**	**15.07**	**71.56**	**645**	**684**	**34.62**	**19.39**	**87.71**	**675**	**725**	**40.68**	**20.53**	**89.35**
		Четвер															
ТК№ 1.27	ГЦ	Салат з капусти,та моркви	75	70	2.57	4.56	5.06	100	93	3.43.	6.08	6.74	100	93	3.43	6.08	6.74
ТК№ 9.54	МП, Л,Я,Г	Січеники з мяса птиці	81/70	132	11.33	7.14	5.69	116/100	189	16.22.	10.22	8.15	139/120	227	19.44	12.25	9.76
ТК№ 10.1	МП,Л	Каша пшенична	120	174	5.22	2.3	32.46	150	218	6.53.	2.88	40.58	150	218	6.53	2.88	40.58
Пром-ве вироб.		Сік мультифруктовий	200	63	0,2	0,0	14,9	200	63	0,2	0,0	14,9	200	63	0,2	0,0	14,9
ТК №12.5		Яблука запечені з сиром/соус сметанний ТК№11.13	120/15	170	5.6	8	16	120/15	170	5.6	8	16	120/15	170	5.6	8	16
Проми сл виробн		**Суміш горіхів**	**25**	**15**	**1.4**	**26**	**28**	**25**	**15**	**1.4**	**26**	**28**	**25**	**15**	**1.4**	**26**	**28**
Всього			**621**	**624**	**26.32**	**48**	**102.11**	**726**	**718**	**33.38**	**53.18**	**114.3**	**749**	**786**	**36.6**	**55.21**	**116**
		П'ятниця															
ТК№6.4		Запіканка сирна зяблуком та морквою	150	287	19.21	14.23	19.81	150	287	19.21	14.23	19.81	150	287	19.21	14.23	19.81
ТК№1.14		Салат з огірків та петрушки з часником	50	25	0.77	1.58	2.25	50	25	0.77	1.58	2.25	50	25	0.77	1.58	2.25

ТК№ 4.23		Квасоля з парикою та томатами	170	393	25.73	5.86	63.18	215	497	32.54	7.41	79.9	215	497	32.54	7.41	79.9
ТК №13.2 З		Компот ягідний з корицею(смородина)	200/10	33	0.34	0.07	8.14	200/10	33	0.34	0.07	8.14	200/10	33	0.34	0.07	8.14
ТК№ 12.01		Сливи свіжі	80	12	0,1	0,1	1,8	90	12	0,1	0,1	1,8	80	12	0,1	0,1	1,8
Пром-вевироб.	МП,Л,Г	Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/3	97	1,8	2.4	10,	50/4	118	3,0	4	16,7	50/4	118	3,0	4.0	16,7
Пром виробн		Суміш сухофруктів(Чорнослив)	**15**	**10**	**1**	**12**	**13**	**15**	**10**	**1**	**12**	**13**	**15**	**10**	**1**	**12**	**13**
Всього			**698**	**627**	**48.95**	**36.24**	**118.18**	**774**	**712**	**56.96**	**39.39**	**141.6**	**764**	**782**	**56.96**	**40.29**	**141.6**