

Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Вихід страв, їх харчова (поживна) та енергетична цінність (калорійність)									
			вікова група 6-11 р					вікова група 11-18 р				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
назва	№			25-29	25-29	98-114	720-840		27-32	27-32	112-131	810-945
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
		1-й тиждень										
			Понеділок (сніданок)									
Т.К.*	01.24.	Салат з капустию та морквою	100	1,51	3,45	5,80	64,02	100	1,51	3,45	5,80	64,02
Т.К.*	07.08.	Макарони відварні з твердим сиром	120	6,44	4,47	27,28	65,68	150	6,88	4,90	29,28	68,68
		Яйце варене	1 шт	13,00	1,00	11,00	152,00	1 шт	13,00	1,00	11,00	152,00
Т.К.*	11.02.	Компот	200	0,60	0,00	9,90	44,00	200	0,60	0,00	9,90	44,00
Т.К.*	12.01.	Фрукти (апельсини)	100	0,90	0,20	11,00	50,00	100	0,90	0,20	11,00	50,00
		Всього		22,45	9,12	64,98	375,70		22,89	9,55	66,98	378,70
			Вівторок (сніданок)									
Т.К.*	01.39.	Салат з буряка та селери з сиром	100	2,40	4,10	6,50	70,80	100	2,40	4,10	6,50	70,80
Т.К.*	04.04.	Плов з курячим м'ясом	180	14,58	11,34	29,66	280,90	200	16,58	13,34	33,66	310,99
		Хліб	30	3,90	0,90	12,30	71,10	50	6,50	1,50	20,50	118,50
		Сир твердий	10	2,20	0,50	2,80	34,70	15	2,20	0,50	2,80	34,70
Т.К.*	11.11.	Какао з молоком	200	6,11	5,50	9,85	112,48	200	6,11	5,50	9,85	112,48
Т.К.*	12.01.	Фрукти (яблука)	100	0,40	0,40	11,80	52,40	100	0,40	0,40	11,80	52,40
		Всього		29,59	22,74	61,11	569,98		34,19	25,34	73,31	647,47
			Середа (сніданок)									
Т.К.*	01.12.	Салат з моркви та імберя	100	1,30	3,21	7,51	63,14	100	1,30	3,21	7,51	63,14
Т.К.*	06.05.	Фрикадельки рибні	60	8,60	1,20	1,00	45,10	90	12,90	1,80	1,60	67,60
Т.К.*	08.12.	Відварена картопля з вершковим маслом	120	3,70	2,90	30,20	163,60	150	4,60	3,60	37,70	204,50
		Хліб	30	3,90	0,90	12,30	71,10	50	6,50	1,50	20,50	118,50
		Сік	200	0,00	0,00	20,60	98,00	200	0,00	0,00	20,60	98,00
Т.К.*	12.01.	Фрукти (Мандарини)	100	0,80	0,20	9,00	38,00	100	0,80	0,20	9,00	38,00
		Всього		18,30	8,41	80,61	478,94		26,10	10,31	96,91	589,74
			Четвер (сніданок)									
Т.К.*	01.28.	Салат з капустию з ароматною олією	100	1,50	3,30	4,40	55,40	100	1,50	3,30	4,40	55,40
Т.К.*	04.09.	Курячі нагетси	85	12,63	7,44	14,48	154,54	125	15,30	9,80	23,60	185,50
Т.К.*	08.26.	Каша пшенична	120	4,80	2,40	25,20	143,30	150	6,00	3,00	31,50	179,10
Т.К.*	11.02.	Узвар	200	0,60	0,00	9,90	44,00	200	0,60	0,00	9,90	44,00
		Хліб	30	3,90	0,90	12,30	71,10	50	6,50	1,50	20,50	118,50
Т.К.*	12.01.	Фрукти (банани)	100	1,50	0,20	21,80	95,00	100	1,50	0,20	21,80	95,00
		Всього		24,93	14,24	88,08	563,34		31,40	17,80	111,70	677,50
			П'ятниця (сніданок)									
Т.К.*	01.45.	Салат з гречки та овочів	100	2,30	3,40	13,40	89,40	100	2,30	3,40	13,40	89,40
Т.К.*	07.10.	Запіканка сирна з яблуком та морквою	215 (200/15)	25,26	23,26	32,82	348,80	215 (200/15)	25,02	18,72	28,09	362,58
Т.К.*	11.05.	Чай з каркаде	200	0,60	0,00	1,00	10,00	200	0,60	0,00	1,00	10,00
Т.К.*	12.01.	Фрукти (апельсини)	100	0,90	0,20	11,00	50,00	100	0,90	0,20	11,00	50,00
		Всього		29,06	26,86	58,22	498,20		28,82	22,32	53,49	511,98
Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Вихід страв, їх харчова (поживна) та енергетична цінність (калорійність)									
			вікова група 11-14 р					вікова група 14-18 р				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
назва	№			25-29	25-29	98-114	720-840		27-32	27-32	112-131	810-945
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
		2-й тиждень										
			Понеділок (сніданок)									
3.Р.*	12	Салат з капусти з насінням	100	2,21	7,73	5,93	102,09	100	2,21	7,73	5,93	102,09

<i>Т.К.*</i>	<i>03.03.</i>	<i>Пухкий омлет з орегано</i>	<i>80</i>	<i>9</i>	<i>8,06</i>	<i>5,09</i>	<i>128,85</i>	<i>100</i>	<i>11,21</i>	<i>10,08</i>	<i>6,36</i>	<i>161,06</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>08.03.</i>	<i>Рис з кмином</i>	<i>120</i>	<i>3,70</i>	<i>3,00</i>	<i>30,20</i>	<i>164,10</i>	<i>150</i>	<i>4,70</i>	<i>3,80</i>	<i>37,70</i>	<i>205,20</i>
		<i>Хліб</i>	<i>30</i>	<i>3,90</i>	<i>0,90</i>	<i>12,30</i>	<i>71,10</i>	<i>50</i>	<i>6,50</i>	<i>1,50</i>	<i>20,50</i>	<i>118,50</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.11.</i>	<i>Чай з каркаде</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>1,00</i>	<i>10,00</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>1,00</i>	<i>10,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (апельсини)</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>
		<i>Всього</i>		<i>20,31</i>	<i>19,89</i>	<i>65,52</i>	<i>526,14</i>		<i>26,12</i>	<i>23,31</i>	<i>82,49</i>	<i>646,85</i>
		Вівторок (сніданок)										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.36.</i>	<i>Салат із буряка з ароматною олією</i>	<i>100</i>	<i>1,55</i>	<i>3,19</i>	<i>9,23</i>	<i>69,25</i>	<i>100</i>	<i>1,55</i>	<i>3,19</i>	<i>9,23</i>	<i>69,25</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>06.03.</i>	<i>Риба тушкована з овочами під томатнтм соусом</i>	<i>60</i>	<i>8,50</i>	<i>2,80</i>	<i>1,70</i>	<i>60,90</i>	<i>90</i>	<i>12,70</i>	<i>4,20</i>	<i>2,50</i>	<i>91,30</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>08.25.</i>	<i>Булгур</i>	<i>120</i>	<i>3,70</i>	<i>3,80</i>	<i>22,30</i>	<i>132,00</i>	<i>150</i>	<i>4,70</i>	<i>4,80</i>	<i>27,90</i>	<i>165,00</i>
		<i>Сік</i>	<i>200</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>20,60</i>	<i>98,00</i>	<i>200</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>20,60</i>	<i>98,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (банани)</i>	<i>100</i>	<i>1,50</i>	<i>0,20</i>	<i>21,80</i>	<i>95,00</i>	<i>100</i>	<i>1,50</i>	<i>0,20</i>	<i>21,80</i>	<i>95,00</i>
		<i>Всього</i>		<i>15,25</i>	<i>9,99</i>	<i>75,63</i>	<i>455,15</i>		<i>20,45</i>	<i>12,39</i>	<i>82,03</i>	<i>518,55</i>
		Середа (сніданок)										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.24.</i>	<i>Салат з капустою та морквою</i>	<i>100</i>	<i>1,51</i>	<i>3,45</i>	<i>5,80</i>	<i>64,02</i>	<i>100</i>	<i>3,10</i>	<i>5,60</i>	<i>6,40</i>	<i>62,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>04.16.</i>	<i>Печеня по-домашньому</i>	<i>180 (50/130)</i>	<i>17,50</i>	<i>7,90</i>	<i>22,00</i>	<i>235,70</i>	<i>250 (69/181)</i>	<i>24,30</i>	<i>10,90</i>	<i>30,60</i>	<i>327,40</i>
		<i>Хліб</i>	<i>30</i>	<i>3,90</i>	<i>0,90</i>	<i>12,30</i>	<i>71,10</i>	<i>50</i>	<i>6,50</i>	<i>1,50</i>	<i>20,50</i>	<i>118,50</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.12.</i>	<i>Молоко</i>	<i>200</i>	<i>5,80</i>	<i>5,00</i>	<i>96,00</i>	<i>108,00</i>	<i>200</i>	<i>5,80</i>	<i>5,00</i>	<i>9,60</i>	<i>108,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (Мандарини)</i>	<i>100</i>	<i>0,80</i>	<i>0,20</i>	<i>9,00</i>	<i>38,00</i>	<i>100</i>	<i>0,80</i>	<i>0,20</i>	<i>9,00</i>	<i>38,00</i>
		<i>Всього</i>		<i>29,51</i>	<i>17,45</i>	<i>145,10</i>	<i>516,82</i>		<i>40,50</i>	<i>23,20</i>	<i>76,10</i>	<i>653,90</i>
		Четвер (сніданок)										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.44.</i>	<i>Вінігрет</i>	<i>100</i>	<i>3,38</i>	<i>4,62</i>	<i>12,06</i>	<i>98,67</i>	<i>120</i>	<i>3,38</i>	<i>4,62</i>	<i>11,06</i>	<i>105,67</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>07.20.</i>	<i>Вареники Ліниві</i>	<i>145 (120/25)</i>	<i>17,36</i>	<i>13,74</i>	<i>20,04</i>	<i>274,06</i>	<i>175 (150/25)</i>	<i>21,52</i>	<i>15,93</i>	<i>24,57</i>	<i>329,05</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.02.</i>	<i>Узвар</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (апельсини)</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>
		<i>Всього</i>		<i>22,24</i>	<i>18,56</i>	<i>53,00</i>	<i>466,73</i>		<i>26,40</i>	<i>23,05</i>	<i>56,53</i>	<i>691,92</i>
		П'ятниця (сніданок)										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.28.</i>	<i>Салат з капусти з ароматною олією</i>	<i>100</i>	<i>1,50</i>	<i>3,30</i>	<i>4,40</i>	<i>55,40</i>	<i>100</i>	<i>1,50</i>	<i>3,30</i>	<i>4,40</i>	<i>55,40</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>04.08.</i>	<i>Курячий шніцель</i>	<i>70</i>	<i>13,10</i>	<i>6,90</i>	<i>11,30</i>	<i>148,50</i>	<i>100</i>	<i>18,70</i>	<i>9,85</i>	<i>16,19</i>	<i>212,09</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>08.29.</i>	<i>Горохове пюре жовте</i>	<i>120</i>	<i>9,96</i>	<i>0,48</i>	<i>14,64</i>	<i>139,20</i>	<i>150</i>	<i>12,45</i>	<i>0,60</i>	<i>18,30</i>	<i>174,00</i>
		<i>Хліб</i>	<i>30</i>	<i>3,90</i>	<i>0,90</i>	<i>12,30</i>	<i>71,10</i>	<i>50</i>	<i>6,50</i>	<i>1,50</i>	<i>20,50</i>	<i>118,50</i>
		<i>Твердий сир</i>	<i>10</i>	<i>2,20</i>	<i>0,50</i>	<i>2,80</i>	<i>34,70</i>	<i>15</i>	<i>3,30</i>	<i>0,75</i>	<i>4,20</i>	<i>52,05</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.02.</i>	<i>Компот з фруктів</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (яблука)</i>	<i>100</i>	<i>0,40</i>	<i>0,40</i>	<i>11,80</i>	<i>52,40</i>	<i>100</i>	<i>0,40</i>	<i>0,40</i>	<i>11,80</i>	<i>52,40</i>
		<i>Всього</i>		<i>31,66</i>	<i>12,48</i>	<i>67,14</i>	<i>545,30</i>		<i>43,45</i>	<i>16,40</i>	<i>85,29</i>	<i>708,44</i>
Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Вихід страв, їх харчова (поживна) та енергетична цінність (калорійність)									
			вікова група 11-14 р					вікова група 14-18 р				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
назва	№			25-29	25-29	98-114	720-840		27-32	27-32	112-131	810-945
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>	<i>11</i>	<i>12</i>	<i>13</i>
		3-й тиждень										
		Понеділок (сніданок)										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.39.</i>	<i>Салат із буряка та селери з сиром</i>	<i>100</i>	<i>3,20</i>	<i>5,40</i>	<i>8,60</i>	<i>94.0</i>	<i>100</i>	<i>3,20</i>	<i>5,40</i>	<i>8,60</i>	<i>94.0</i>
		<i>Яйце варене</i>	<i>1 шт</i>	<i>13,00</i>	<i>1,00</i>	<i>11,00</i>	<i>152,00</i>	<i>1 шт</i>	<i>13,00</i>	<i>1,00</i>	<i>11,00</i>	<i>152,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>07.08.</i>	<i>Макарони відварні з твердим сиром</i>	<i>120</i>	<i>6,44</i>	<i>4,47</i>	<i>27,28</i>	<i>65,68</i>	<i>150</i>	<i>7,44</i>	<i>5,47</i>	<i>29,28</i>	<i>74,68</i>
		<i>Сік</i>	<i>200</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>20,60</i>	<i>98,00</i>	<i>200</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>20,60</i>	<i>98,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (апельсини)</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>
		<i>Всього</i>		<i>23,54</i>	<i>11,07</i>	<i>78,48</i>	<i>365,68</i>		<i>24,54</i>	<i>12,07</i>	<i>80,48</i>	<i>374,68</i>
		Вівторок (сніданок)										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.24.</i>	<i>Салат з капустою та морквою</i>	<i>100</i>	<i>1,51</i>	<i>3,45</i>	<i>5,80</i>	<i>64,02</i>	<i>100</i>	<i>1,51</i>	<i>3,45</i>	<i>5,80</i>	<i>64,02</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>04.09.</i>	<i>Курячі нагетси</i>	<i>85</i>	<i>12,63</i>	<i>6,44</i>	<i>14,48</i>	<i>139,54</i>	<i>125</i>	<i>16,30</i>	<i>2,80</i>	<i>19,60</i>	<i>182,50</i>

<i>Т.К.*</i>	<i>08.12.</i>	<i>Відварена картопля з вершковим маслом</i>	<i>120</i>	<i>3,70</i>	<i>2,90</i>	<i>30,20</i>	<i>163,60</i>	<i>150</i>	<i>4,60</i>	<i>3,60</i>	<i>37,70</i>	<i>204,50</i>
		<i>Хліб</i>	<i>30</i>	<i>3,90</i>	<i>0,90</i>	<i>12,30</i>	<i>71,10</i>	<i>50</i>	<i>6,50</i>	<i>1,50</i>	<i>20,50</i>	<i>118,50</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.02.</i>	<i>Узвар</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (банани)</i>	<i>100</i>	<i>1,50</i>	<i>0,20</i>	<i>21,80</i>	<i>95,00</i>	<i>100</i>	<i>1,50</i>	<i>0,20</i>	<i>21,80</i>	<i>95,00</i>
		<i>Всього</i>		<i>23,84</i>	<i>13,89</i>	<i>94,48</i>	<i>577,26</i>		<i>31,01</i>	<i>11,55</i>	<i>115,30</i>	<i>708,52</i>
		<u>Середа(сніданок)</u>										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.12.</i>	<i>Салат з моркви та імберя</i>	<i>100</i>	<i>1,30</i>	<i>3,21</i>	<i>7,51</i>	<i>63,14</i>	<i>100</i>	<i>1,30</i>	<i>3,21</i>	<i>7,51</i>	<i>63,14</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>07.10.</i>	<i>Запіканка сирна з яблуком та морквою</i>	<i>215 (200/15)</i>	<i>25,53</i>	<i>19,35</i>	<i>28,94</i>	<i>396,10</i>	<i>215 (200/15)</i>	<i>25,53</i>	<i>19,35</i>	<i>28,94</i>	<i>396,10</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.05.</i>	<i>Компот з фруктів</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (Мандарини)</i>	<i>100</i>	<i>0,80</i>	<i>0,20</i>	<i>9,00</i>	<i>38,00</i>	<i>100</i>	<i>0,80</i>	<i>0,20</i>	<i>9,00</i>	<i>38,00</i>
		<i>Всього</i>		<i>28,23</i>	<i>22,76</i>	<i>55,35</i>	<i>541,24</i>		<i>28,23</i>	<i>22,76</i>	<i>55,35</i>	<i>541,24</i>
		<u>Четвер (сніданок)</u>										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.44.</i>	<i>Вінігрет</i>	<i>100</i>	<i>2,38</i>	<i>4,62</i>	<i>11,06</i>	<i>94,67</i>	<i>100</i>	<i>2,38</i>	<i>4,62</i>	<i>11,06</i>	<i>94,67</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>06.03.</i>	<i>Риба тушкована з овочами під томатним соусом</i>	<i>60 (48/12)</i>	<i>10,70</i>	<i>3,20</i>	<i>1,50</i>	<i>79,30</i>	<i>90</i>	<i>12,70</i>	<i>4,20</i>	<i>2,50</i>	<i>91,30</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>08.02.</i>	<i>Гречка з томатною пастою</i>	<i>120</i>	<i>4,60</i>	<i>2,60</i>	<i>25,80</i>	<i>137,20</i>	<i>150</i>	<i>5,70</i>	<i>3,30</i>	<i>32,30</i>	<i>171,50</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.03.</i>	<i>Какао з молоком</i>	<i>200</i>	<i>6,11</i>	<i>5,50</i>	<i>9,85</i>	<i>112,48</i>	<i>200</i>	<i>6,11</i>	<i>5,50</i>	<i>9,85</i>	<i>112,48</i>
		<i>Хліб</i>	<i>30</i>	<i>3,90</i>	<i>0,90</i>	<i>12,30</i>	<i>71,10</i>	<i>50</i>	<i>6,50</i>	<i>1,50</i>	<i>20,50</i>	<i>118,50</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (апельсини)</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>
		<i>Всього</i>		<i>28,59</i>	<i>17,02</i>	<i>71,51</i>	<i>544,75</i>		<i>34,29</i>	<i>19,32</i>	<i>87,21</i>	<i>638,45</i>
		<u>П'ятниця (сніданок)</u>										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.36.</i>	<i>Салат із буряка з ароматною олією</i>	<i>100</i>	<i>1,55</i>	<i>3,19</i>	<i>9,23</i>	<i>69,25</i>	<i>120</i>	<i>3,20</i>	<i>4,40</i>	<i>8,90</i>	<i>64,90</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>04.01.</i>	<i>Плов з курячим м'ясом</i>	<i>200</i>	<i>16,58</i>	<i>13,34</i>	<i>33,66</i>	<i>310,90</i>	<i>250</i>	<i>16,58</i>	<i>13,34</i>	<i>33,66</i>	<i>310,90</i>
		<i>Твердий сир</i>	<i>10</i>	<i>2,20</i>	<i>0,50</i>	<i>2,80</i>	<i>34,70</i>	<i>15</i>	<i>3,30</i>	<i>0,75</i>	<i>4,20</i>	<i>52,05</i>
		<i>Хліб</i>	<i>30</i>	<i>3,90</i>	<i>0,90</i>	<i>12,30</i>	<i>71,10</i>	<i>50</i>	<i>6,50</i>	<i>1,50</i>	<i>20,50</i>	<i>118,50</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.11.</i>	<i>Чай з каркаде</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>1,00</i>	<i>10,00</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>1,00</i>	<i>10,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (банани)</i>	<i>100</i>	<i>1,50</i>	<i>0,20</i>	<i>21,80</i>	<i>95,00</i>	<i>100</i>	<i>1,50</i>	<i>0,20</i>	<i>21,80</i>	<i>95,00</i>
		<i>Всього</i>		<i>26,33</i>	<i>18,13</i>	<i>80,79</i>	<i>590,95</i>		<i>31,68</i>	<i>20,19</i>	<i>90,06</i>	<i>651,35</i>
Збірник рецептур, № розкладки		Найменування страв	Вихід страв, їх харчова (поживна) та енергетична цінність (калорійність)									
			вікова група 11-14 р					вікова група 14-18 р				
			Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал	Вихід, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергоцінність, ккал
				25-29	25-29	98-114	720-840		27-32	27-32	112-131	810-945
назва	№											
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>	<i>11</i>	<i>12</i>	<i>13</i>
		4-й тиждень										
		<u>Понеділок (сніданок)</u>										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.24.</i>	<i>Салат з капустию та морквою</i>	<i>100</i>	<i>1,51</i>	<i>3,45</i>	<i>5,80</i>	<i>64,02</i>	<i>100</i>	<i>1,51</i>	<i>3,45</i>	<i>5,80</i>	<i>64,02</i>
		<i>Яйце варене</i>	<i>1 шт</i>	<i>13,00</i>	<i>1,00</i>	<i>11,00</i>	<i>152,00</i>	<i>1 шт</i>	<i>13,00</i>	<i>1,00</i>	<i>11,00</i>	<i>152,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>08.12.</i>	<i>Відварена картопля з вершковим маслом</i>	<i>120</i>	<i>3,70</i>	<i>2,90</i>	<i>30,20</i>	<i>163,60</i>	<i>150</i>	<i>4,60</i>	<i>3,60</i>	<i>37,70</i>	<i>204,50</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.03.</i>	<i>Какао з молоком</i>	<i>200</i>	<i>6,11</i>	<i>5,50</i>	<i>9,85</i>	<i>112,48</i>	<i>200</i>	<i>6,11</i>	<i>5,50</i>	<i>9,85</i>	<i>112,48</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (апельсини)</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>
				<i>25,22</i>	<i>13,05</i>	<i>67,85</i>	<i>542,10</i>		<i>26,12</i>	<i>13,75</i>	<i>75,35</i>	<i>583,00</i>
		<u>Вівторок (сніданок)</u>										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.36.</i>	<i>Салат із буряка з ароматною олією</i>	<i>100</i>	<i>1,55</i>	<i>3,19</i>	<i>9,23</i>	<i>69,25</i>	<i>120</i>	<i>3,20</i>	<i>4,40</i>	<i>8,90</i>	<i>64,90</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>06.01.</i>	<i>Рибні нагетси</i>	<i>70</i>	<i>11,90</i>	<i>1,30</i>	<i>12,70</i>	<i>119,10</i>	<i>100</i>	<i>16,93</i>	<i>1,85</i>	<i>18,15</i>	<i>170,11</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>08.29.</i>	<i>Булгур</i>	<i>120</i>	<i>9,96</i>	<i>0,48</i>	<i>14,64</i>	<i>139,20</i>	<i>150</i>	<i>12,45</i>	<i>0,60</i>	<i>18,30</i>	<i>174,00</i>
		<i>Хліб</i>	<i>30</i>	<i>3,90</i>	<i>0,90</i>	<i>12,30</i>	<i>71,10</i>	<i>50</i>	<i>6,50</i>	<i>1,50</i>	<i>20,50</i>	<i>118,50</i>
		<i>Сік</i>	<i>200</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>20,60</i>	<i>98,00</i>	<i>200</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>20,60</i>	<i>98,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (яблука)</i>	<i>100</i>	<i>0,40</i>	<i>0,40</i>	<i>11,80</i>	<i>52,40</i>	<i>100</i>	<i>0,40</i>	<i>0,40</i>	<i>11,80</i>	<i>52,40</i>
				<i>27,71</i>	<i>6,27</i>	<i>81,27</i>	<i>549,05</i>		<i>39,48</i>	<i>8,75</i>	<i>98,25</i>	<i>677,91</i>
		<u>Середа (сніданок)</u>										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.12.</i>	<i>Салат з моркви та імберем</i>	<i>100</i>	<i>1,30</i>	<i>3,21</i>	<i>7,51</i>	<i>63,14</i>	<i>120</i>	<i>2,80</i>	<i>4,40</i>	<i>7,60</i>	<i>58,40</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>04.17.</i>	<i>Чахохлібі з куркою</i>	<i>120</i>	<i>18,24</i>	<i>5,40</i>	<i>6,36</i>	<i>151,60</i>	<i>150</i>	<i>22,80</i>	<i>6,70</i>	<i>7,90</i>	<i>189,40</i>
		<i>Твердий сир</i>	<i>10</i>	<i>2,20</i>	<i>0,50</i>	<i>2,80</i>	<i>34,70</i>	<i>15</i>	<i>3,30</i>	<i>0,75</i>	<i>4,20</i>	<i>52,05</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>08.03.</i>	<i>рис з кмином</i>	<i>120</i>	<i>3,70</i>	<i>3,00</i>	<i>30,20</i>	<i>164,10</i>	<i>150</i>	<i>4,70</i>	<i>3,80</i>	<i>37,70</i>	<i>205,20</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.11.</i>	<i>Чай з каркаде</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>1,00</i>	<i>10,00</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>1,00</i>	<i>10,00</i>

<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (банани)</i>	<i>100</i>	<i>1,50</i>	<i>0,20</i>	<i>21,80</i>	<i>95,00</i>	<i>100</i>	<i>1,50</i>	<i>0,20</i>	<i>21,80</i>	<i>95,00</i>
				<i>27,54</i>	<i>12,31</i>	<i>69,67</i>	<i>518,54</i>		<i>35,70</i>	<i>15,85</i>	<i>80,20</i>	<i>610,05</i>
		Четвер (сніданок)										
<i>З.Р.*</i>	<i>5</i>	<i>Салат з буряком та сухариками</i>	<i>100</i>	<i>3,75</i>	<i>5,36</i>	<i>21,73</i>	<i>150,17</i>	<i>100</i>	<i>3,75</i>	<i>5,36</i>	<i>21,73</i>	<i>150,17</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>07.20.</i>	<i>Вареники Ліниві</i>	<i>205 (180/25)</i>	<i>19,36</i>	<i>16,74</i>	<i>25,04</i>	<i>289,06</i>	<i>205 (180/25)</i>	<i>19,36</i>	<i>16,74</i>	<i>25,04</i>	<i>289,06</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.05.</i>	<i>Компот з фруктів</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (Мандарини)</i>	<i>100</i>	<i>0,80</i>	<i>0,20</i>	<i>9,00</i>	<i>38,00</i>	<i>100</i>	<i>0,80</i>	<i>0,20</i>	<i>9,00</i>	<i>38,00</i>
		<i>Всього</i>		<i>24,51</i>	<i>22,30</i>	<i>65,67</i>	<i>521,23</i>		<i>24,51</i>	<i>22,30</i>	<i>65,67</i>	<i>521,23</i>
		П'ятниця										
<i>Т.К.*</i>	<i>01.24.</i>	<i>Салат з капустою та морквою</i>	<i>100</i>	<i>1,51</i>	<i>3,45</i>	<i>5,80</i>	<i>64,02</i>	<i>100</i>	<i>1,51</i>	<i>3,45</i>	<i>5,80</i>	<i>64,02</i>
		<i>Сир твердий</i>	<i>10</i>	<i>2,20</i>	<i>0,50</i>	<i>2,80</i>	<i>34,70</i>	<i>15</i>	<i>3,30</i>	<i>0,75</i>	<i>4,20</i>	<i>52,05</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>08.02.</i>	<i>Гречка з томатною пастою</i>	<i>120</i>	<i>4,60</i>	<i>2,60</i>	<i>25,80</i>	<i>137,20</i>	<i>150</i>	<i>5,70</i>	<i>3,30</i>	<i>32,30</i>	<i>171,50</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>04.02.</i>	<i>Запечене філе з куркою</i>	<i>75</i>	<i>22,81</i>	<i>11,35</i>	<i>9,57</i>	<i>249,20</i>	<i>75</i>	<i>24,52</i>	<i>11,19</i>	<i>9,97</i>	<i>290,50</i>
		<i>Хліб</i>	<i>30</i>	<i>3,90</i>	<i>0,90</i>	<i>12,30</i>	<i>71,10</i>	<i>50</i>	<i>6,50</i>	<i>1,50</i>	<i>20,50</i>	<i>118,50</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>11.02.</i>	<i>Узвар</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>	<i>200</i>	<i>0,60</i>	<i>0,00</i>	<i>9,90</i>	<i>44,00</i>
<i>Т.К.*</i>	<i>12.01.</i>	<i>Фрукти (апельсини)</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>	<i>100</i>	<i>0,90</i>	<i>0,20</i>	<i>11,00</i>	<i>50,00</i>
				<i>36,52</i>	<i>19,00</i>	<i>77,17</i>	<i>650,22</i>		<i>43,03</i>	<i>20,39</i>	<i>93,67</i>	<i>790,57</i>

*Т.К.** - Технологічні картки страв та виробів для харчування дітей віком від 6 до 18 років у закладах освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку та *З.Б.** -Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах . Є.В. Клопотенко. 2019

Склав

Медсестра

Валентина РИБІЦЬКА

Кухар

Світлана АФІНЕЦЬ