

погоджую
 Начальник Уманського районного
 управління Головного управління
 Держпродспоживслужби
 в Черкаській області
 Л.П. Качанова

ЗАТВЕРДЖУЮ

ФОП

К.В. Іванов

Примірне чотиритижневе меню (сніданків) на осінній період 2026 навчального року
 Для харчування закладів загальної середньої освіти Уманської міської ради Черкаської області

підстава	наявні алергени	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	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
				Енерго- цінність, ккал	Білкл. г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білкл. г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білкл. г	Жири, г	Вуглеводи, г
1		2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
1 тиждень																	
Понеділок																	
ТК № 46	МП	Салат з редьки та яблук зі сметаною	83	74,7	1,7	3,3	9,8	83	74,7	1,7	3,3	9,8	83	74,7	1,7	3,3	9,8
ТК № 9.20	ЗП	Плов з курячим м'ясом	228	304,6	20,58	7,04	39,95	286	381,6	28,43	8,6	47,94	300	424,5	33,86	10,54	48,79
ТК №9	МП, Л	Сир твердий	5	17,7	1,15	1,45	0,00	5	17,7	1,15	1,45	0,00	5	17,7	1,15	1,45	0,00
ТК №1	МП, Л	Бутерброд з вершковим маслом	30/3	80,1	1,90	2,50	12,50	50/4	127,5	3,10	3,5	20,90	50/4,5	131,1	3,10	3,9	20,90
ТК № 13.11		Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34
		Яблуко	70	32,7	0,28	0,28	7,28	70	32,7	0,28	0,28	7,28	70	32,7	0,28	0,28	7,28
		Всього	589	571,79	26,29	14,59	84,87	647	696,12	35,34	17,13	101,26	661	742,63	40,77	19,49	102,11
Вівторок																	
ТК № 41		Салат "Вітамінний"	117	66,3	2,80	2,25	8,76	150	84,4	3,60	2,90	11,16	150	84,4	3,60	2,90	11,16
ТК № 5.16	Я, МП, Л	Скрамбл з овочами	75	94,0	5,88	6,29	3,86	75	94,0	5,88	6,29	3,86	75	94,0	5,88	6,29	3,86
ТК № 10.42	Г, МП, Л, ЗП	Альо-ольо	88/2,2	137,8	4,07	2,02	25,37	111/3,2	176,6	5,14	2,86	32,00	111/3,7	180,0	5,14	3,24	32,00
пром в-цтво		Хліб цільнозерновий	30	60,8	1,80	0,40	12,50	50	101,4	3,10	0,6	20,90	50	101,4	3,10	0,6	20,90
ТК № 11.6		Соус "Кетчуп"	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20
ТК № 13.1	МП, Л	Какао з молоком	210	118,0	6,51	5,63	10,66	210	118,0	6,51	5,63	10,66	210	118,0	6,51	5,63	10,66
		Банан	100	89,0	1,50	0,10	21,80	100	89,0	1,50	0,10	21,80	100	89,0	1,50	0,10	21,80
		Всього	532	579,89	22,89	16,71	86,15	585	677,32	26,06	18,40	103,58	585	680,76	26,06	18,78	103,58
Середа																	
ТК № 1.37	МП, Л	Салат з буряком та чорносливом зі сметаною	105	92,5	1,86	2,3	16,3	125	110,1	2,22	2,75	19,4	125	110,1	2,22	2,75	19,4
ТК № 6.06 Мар'єва	Р, Г, Я	Стіки рибні	70	117,1	10,8	2,5	15,2	105	168,2	16,1	2,8	22,7	140	237,0	22,6	4,0	31,8
ТК № 1.1	МП, Л	Картопля тушкована з цибулею та томатом	139/3	161,1	3	6,45	23,3	174/4	205,9	3,7	8,5	29,1	174/4,5	209,2	3,71	6,86	29,11

пром в-цтво		Хліб цільнозерновий	30	60,8	1,80	0,40	12,50	50	101,4	3,10	0,6	20,90	50	101,4	3,10	0,6	20,90
ТК №9	МП, Л	Сир твердий	9	31,7	2,07	2,61	0,00	8	28,2	1,84	2,32	0,00	8	28,2	1,84	2,32	0,00
		Сушені фрукти курага	20	50,6	1,06	0,00	11,60	20	50,6	1,06	0,00	11,60	20	50,6	1,06	0,00	11,60
ТК № 13.4		Чай з мелісою	200	0,3	0,02	0,01	0,04	200	0,3	0,02	0,01	0,04	200	0,3	0,02	0,01	0,04
		Груша	100	42,0	0,40	0,30	10,10	100	42,0	0,40	0,30	10,10	100	42,0	0,40	0,30	10,10
		Всього	534	556,0	21,0	14,6	89,0	608,0	706,7	28,4	17,3	113,8	643,0	778,8	35,0	16,8	123,0
Четвер																	
ТК № 1.43		Асорті овочеве	108	93,4	2,14	6,75	5,75	129	111,5	2,55	8,06	6,87	129	111,5	2,55	8,06	6,87
ТК № 08.01	МП, Л	Гречана каша з чебрецем	95/3	152,0	5,00	3,50	25,00	125/4	201,0	6,60	4,60	32,90	125/4,5	204,0	6,60	5,00	32,90
ТК № 07.11	МП, Л, Я, Г	Запіканка сирна	118	231,3	17,05	10,67	16,40	118	231,3	17,05	10,67	16,40	118	231,3	17,05	10,67	16,40
ТК 10.13		Ягідне кюлі	25	18,6	0,28	0,15	4,05	25	18,6	0,28	0,15	4,05	25	18,6	0,28	0,15	4,05
пром в-цтво		Сік яблучний	200	85,6	0,80	0,00	20,60	200	85,6	0,80	0,00	20,60	200	85,6	0,80	0,00	20,60
		Слива	75	32,3	0,60	0,00	7,60	75	32,3	0,60	0,00	7,60	75	32,3	0,60	0,00	7,60
		Всього	383	613	25,9	21,1	79,4	275,0	680,3	27,9	23,5	88,4	275,0	683,3	27,9	23,9	88,4
П'ятниця																	
ТК № 36		Салат з білоголової капусти	76	67,6	1,20	7,75	6,84	76	67,6	1,20	7,75	6,84	64	57,0	1,00	6,50	5,76
ТК № 4.17	Г	Чахохбілі з куркою	100	126,3	15,20	4,48	5,30	150	189,4	22,80	6,70	7,90	175	221,0	26,60	7,80	9,30
ТК № 437,438	МП,Л	Пюре із бобових з маслом вершковим	120/3	203,5	13,50	3,10	30,40	150/4	255,7	16,80	4,10	37,90	150/4,5	258,4	16,80	4,40	37,90
ТК № 11.12	МП,Л	Йогурт	125	86,0	2,00	6,30	5,30	125	86,0	2,00	6,30	5,30	125	86,0	2,00	6,30	5,30
		Виноград	100	65,0	0,60	0,20	15,60	100	65,0	0,60	0,20	15,60	100	65,0	0,60	0,20	15,60
		Всього	401	548,4	32,50	21,83	63,44	451,00	663,7	43,40	25,05	73,54	464,00	687,4	47,00	25,20	73,86
		Всього за I тиждень		573,86	25,71	17,75	80,58		684,83	32,22	20,27	96,13		714,56	35,33	20,84	98,18
2 тиждень																	
Понеділок																	
ТК № 25		Салат з цвітної капусти, помідорів та зелені	105	81,7	1,33	5,34	7,68	125	100,3	1,73	6,42	9,74	125	100,3	1,73	6,42	9,74
ТК № 444	Г, МП, Л	Макарони відварені з маслом вершковим та сиром твердим	120/3/15	212,6	8,00	7,00	29,40	150/4/15	253,4	9,10	7,80	36,70	150/4,5/15	257,0	9,10	8,20	36,70
ТК № 3.03	Г, Л, МП, Я	Пухкий омлет з орегано	50	87,0	6,00	6,00	0,40	50	87,0	6,00	6,00	0,40	50	87,0	6,00	6,00	0,40
ТК № 13.11		Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34
пром в-цтво		Хліб цільнозерновий	30	60,8	1,80	0,40	12,50	50	101,4	3,10	0,6	20,90	50	101,4	3,10	0,6	20,90
		Банан	100	89,0	1,50	0,10	21,80	100	89,0	1,50	0,10	21,80	100	89,0	1,50	0,10	21,80
		Всього	485,00	593,07	19,27	18,84	87,12	525,00	693,12	22,07	20,92	104,88	525,00	696,72	22,07	21,32	104,88
Вівторок																	
ТК № 24		Салат "Полонинський"	122	80,0	1,50	4,50	9,60	146	96,0	1,80	5,40	11,50	146	96,0	1,80	5,40	11,50

ТК № 4.08	Г, Я, Л, МП	Курячий шніцель	70	148,5	13,10	6,90	11,30	100	210,3	18,70	9,65	16,19	120	258,1	22,40	12,20	19,40
ТК № 103	МП, Л	Відварена картопля з маслом вершковим	120/3	147,4	2,2	7,06	18,79	150/4	186,0	2,7	9,04	23,49	150/4,5	189,3	2,7	9,4	23,5
пром в-цтво		Хліб цільнозерновий	30	60,8	1,80	0,40	12,50	50	101,4	3,10	0,6	20,90	50	101,4	3,10	0,6	20,90
ТК № 11.12	МП, Л	Кефір	125	62,5	3,50	3,10	5,00	125	62,5	3,50	3,10	5,00	125	62,5	3,50	3,10	5,00
		Абрикос	100	41,0	0,90	0,10	9,80	100	41,0	0,90	0,10	9,80	100	41,0	0,90	0,10	9,80
Всього			447,00	540,20	23,00	22,06	66,99	521	697,20	30,70	27,89	86,88	541	748,29	34,40	30,80	90,10

Середа

ТК № 1.2	МП, Л	Салат морквяно-яблучний з сиром твердим	129	119,0	2,8	5,9	15,10	152	141,0	3,4	6,90	18,00	129	119,0	2,8	5,9	15,10
ТК № 6.03	Р	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	60	60,9	8,5	2,80	1,70	90	91,3	12,7	4,20	2,50	120	121,7	16,9	5,50	3,30
ТК № 437,438	МП, Л	Пюре із бобових з маслом вершковим	120/3	203,5	13,50	3,10	30,40	150/4	255,7	16,80	4,10	37,90	150/4,5	258,4	16,80	4,40	37,90
ТК №9	МП, Л	Сир твердий	8	28,6	1,90	2,40	0,00	6	21,5	1,40	1,80	0,00	8	28,6	1,90	2,40	0,00
		Сушені фрукти курага	25	63,3	1,30	0,00	14,50	25	63,3	1,30	0,00	14,50	25	63,3	1,30	0,00	14,50
пром в-цтво		Хліб цільнозерновий	30	60,8	1,80	0,40	12,50	50	101,4	3,10	0,6	20,90	50	101,4	3,10	0,6	20,90
ТК № 1.3		Чай трав'яний з лимоном	200/5	1,7	0,05	0,01	0,22	200/5	1,7	0,05	0,01	0,22	200/5	1,7	0,05	0,01	0,22
		Груша	65	27,3	0,26	0,19	6,56	55	23,1	0,22	0,16	5,55	65	27,3	0,26	0,19	6,56
Всього			188,00	565,10	30,11	14,80	80,98	226,00	699,00	38,97	17,77	99,57	268,00	721,40	43,11	19,00	98,48

Четверг

ТК № 1.3		Салат з томатів та маринованої цибулі	100	59,0	1,2	3,2	6,8	120	70,8	1,4	3,8	8,1	120	70,8	1,4	3,8	8,1
ТК № 08.03	МП, Л, ЗП	Рис з кмином	88/3	115,0	2,22	1,74	22,60	118/4	155,7	3,02	2,43	30,30	118/4,5	158,4	3,02	2,83	30,30
ТК № 07.11	МП, Л, Я, Г	Запіканка сирна	118	231,3	17,05	10,67	16,40	118	231,3	17,05	10,67	16,40	118	231,3	17,05	10,67	16,40
ТК 10.13		Ягідне кюлі	15	11,2	0,17	0,09	2,43	15	11,2	0,17	0,09	2,43	15	11,2	0,17	0,09	2,43
пром в-цтво		Сік персиковий	200	128,0	0,20	0,00	31,80	200	128,0	0,20	0,00	31,80	200	128,0	0,20	0,00	31,80
		Банан	85	79,9	1,30	0,09	18,53	85	79,9	1,30	0,09	18,53	85	79,9	1,30	0,09	18,53
Всього			400,00	624,36	22,11	15,74	98,54	420	676,86	23,14	17,06	107,60	420	679,56	23,14	17,46	107,60

П'ятниця

ТК № 36		Салат з білокачанної капусти	110	79,0	1,7	4,10	10,00	136	99,0	2,2	5,10	12,50	136	99,0	2,2	5,10	12,50
ТК № 4.09	Г, Л, Я, МП, ЗП	Курячі нагетси	85	188,1	15,10	8,00	17,70	125	270,4	22,10	10,90	26,00	150	330,7	26,60	13,80	31,20
ТК № 291	МП, Л, Г, ЗП	Каша ячна вязка з маслом вершковим	120/3	105,3	2,7	2,50	18,00	150/4	133,3	3,4	3,30	22,50	150/4,5	136,9	3,4	3,70	22,50
ТК № 11.6		Соус "Кетчуп"	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20
ТК № 13.1	МП, Л	Какао з молоком	200	112,0	6,18	5,34	10,12	200	112,0	6,18	5,34	10,12	200	112,0	6,18	5,34	10,12

		Персик	100	43,0	0,90	0,10	10,40	100	43,0	0,90	0,10	10,40	100	43,0	0,90	0,10	10,40
		Всього	385	541,40	26,91	20,06	69,42	425	671,70	35,11	24,76	84,72	450	735,60	39,61	28,06	89,92
		Всього за II тиждень		572,83	24,28	18,30	80,61		687,58	30,00	21,68	96,73		716,31	32,47	23,33	98,20
3 тиждень																	
Понеділок																	
ТК № 1.4		Салат з свіжої моркви та часнику	110	82,5	1,60	3,60	12,50	127	95,8	1,80	4,10	14,80	127	95,8	1,80	4,10	14,80
ТК № 4.07		Курка по-італійськи	60	76,2	12,1	2,70	1,10	85	104,5	17,2	3,40	1,50	100	128,5	20,23	4,64	1,77
ТК № 290	МП, Л, Г	Каша пшенична розсипчаста	120/3	178,4	5,30	2,80	33,00	150/4	223,6	6,60	3,60	41,20	150/4,5	227,2	6,60	4,00	41,20
ТК №9	МП, Л	Сир твердий	15	53,6	3,50	4,40	0,00	15	53,6	3,50	4,40	0,00	15	53,6	3,50	4,40	0,00
пром в-цтво		Хліб цільнозерновий	30	60,8	1,80	0,40	12,50	50	101,4	3,10	0,6	20,90	50	101,4	3,10	0,6	20,90
ТК № 13.11		Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34
		Груша	100	42,0	0,40	0,30	10,10	100	42,0	0,40	0,30	10,10	100	42,0	0,40	0,30	10,10
		Всього	515	555,50	25,34	14,20	84,54	577	682,90	33,24	16,40	103,84	592	710,50	36,27	18,04	104,11
Вівторок																	
ТК № 41		Салат "Вітамінний"	139	97,5	2,8	3,6	15	169	123,5	3,5	4,6	19	169	123,5	3,5	4,6	19
ТК № 338	Я	Ячна кашка	52	81,0	5,10	6,60	0,30	52	81,0	5,10	6,60	0,30	52	81,0	5,10	6,60	0,30
ТК № 164	Г, МП, Л	Макарони відварені з маслом вершковим	95/3	133,0	3,60	2,50	23,40	117/4	165,0	4,40	3,40	28,70	117/4,5	168,0	4,40	3,70	28,70
ТК № 11.6		Соус "Кетчуп"	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20
пром в-цтво		Хліб цільнозерновий	30	60,8	1,80	0,40	12,50	50	101,4	3,10	0,6	20,90	50	101,4	3,10	0,6	20,90
ТК № 13.1	МП, Л	Какао з молоком	210	118,0	6,51	5,63	10,66	210	118,0	6,51	5,63	10,66	210	118,0	6,51	5,63	10,66
		Банан	100	89,0	1,50	0,10	21,80	100	89,0	1,50	0,10	21,80	100	89,0	1,50	0,10	21,80
		Всього	531	593,26	21,64	18,85	86,86	581,00	691,86	24,44	20,95	104,56	581,00	695	24,44	21,25	104,56
Середа																	
ТК № 39	МП, Л	Салат з білокачанної капусти з яблуками	128	80,0	2,1	3,3	11,6	153	95,9	2,5	4	13,9	153	95,9	2,5	4	13,9
ТК №9	МП, Л	Сир твердий	6	21,4	1,4	1,76	0	4	14,3	0,93	1,17	0	4	14,3	0,93	1,17	0
ТК № 6.01	Г, Я, Р	Рибні нагетси	70	113,8	11,3	2,2	14,5	105	165,3	17	2,6	21,8	140	224,9	22,6	4	29
ТК № 1.5	МП, Л	Картопля тушкована з цибулею та томатом	139/3	164,2	3	6,8	23,3	174/4	205,9	3,7	8,5	29,1	174/4,5	209,2	3,71	6,86	29,11
пром в-цтво		Сік виноградний	200	120,0	1,00	0,00	29,00	200	120,0	1,00	0,00	29,00	200	120,0	1,00	0,00	29,00
		Яблуко	80	36,0	0,32	0,32	8,32	76	34,2	0,30	0,30	7,90	76	34,2	0,30	0,30	7,90
		Всього	404	535,48	19,12	14,38	86,72	462	635,60	25,43	16,57	101,70	497	698,50	31,04	16,33	108,91
Четвер																	
ТК № 1.4		Салат зі свіжих томатів з солодким перцем	100	50,0	1,15	3,13	5,00	120	60,0	1,38	3,80	6,00	120	60,0	1,38	3,80	6,00
ТК № 6.8	МП, Л, Я, ЗП, Г	Запіванка рисова	165	295,0	10	10	40,6	201	355,0	12,3	11,3	50,4	201	355,0	12,3	11,3	50,4

TK №1	МП, Л	Бутерброд з вершковим маслом	30/3	80,1	1,90	2,50	12,50	50/4	127,5	3,10	3,5	20,90	50/4,5	131,1	3,10	3,9	20,90
TK № 13.11		Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34
		Банан	100	89,0	1,50	0,10	21,80	100	89,0	1,50	0,10	21,80	100	89,0	1,50	0,10	21,80
		Всього	565	576,10	15,19	15,73	95,24	621	693,50	18,92	18,70	114,44	621	697,10	18,92	19,10	114,44
П'ятниця																	
TK № 24		Салат "Полонинський"	113	84,0	1,40	5,10	9,30	137	100,5	1,60	6,60	12,30	137	100,5	1,60	6,60	12,30
TK № 9.39	МП, Л	Курячий кебаб з сиром твердим	60	145,6	15,02	8,63	1,20	85	203,7	20,65	12,10	1,65	103	248,6	24,40	15,18	1,95
TK №9	МП, Л	Сир твердий	6	21,4	1,4	1,76	0	3	10,7	0,70	0,88	0,00					
TK № 11.6		Соус "Кетчуп"	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20
TK № 437,438	МП, Л	Пюре із бобових з маслом вершковим	120/3	206,0	14,40	2,80	30,80	150/4	259,3	18,00	3,70	38,50	150/4,5	262,0	18,00	4,00	38,50
TK № 13.4		Чай з мелісою	200	0,3	0,02	0,01	0,04	200	0,3	0,02	0,01	0,04	200	0,3	0,02	0,01	0,04
		Виноград	100	65,0	0,60	0,20	15,60	100	65,0	0,60	0,20	15,60	100	65,0	0,60	0,20	15,60
		Всього	366	536,25	33,17	18,52	60,14	388,00	653,40	41,90	23,51	71,29	403,00	690,36	44,95	26,01	71,59
		Всього за III тиждень		559,32	22,89	16,34	82,70		671,45	28,79	19,23	99,17		698,26	31,12	20,15	100,72
4 тиждень																	
Понеділок																	
TK № 36		Салат з білокачанної капусти	112	89,8	1,7	5,3	10	138	118,8	2,2	7,3	12,5	138	118,8	2,2	7,3	12,5
TK № 444	Г, МП, Л	Макарони відварені з маслом вершковим та сиром твердим	120/3/15	212,6	8,00	7,00	29,40	150/4/15	253,4	9,10	7,80	36,70	150/4,5/15	257,0	9,10	8,20	36,70
TK № 3.03	Г, Л, МП, Я	Пухкий омлет з орегано	50	87,0	6,00	6,00	0,40	50	87,0	6,00	6,00	0,40	50	87,0	6,00	6,00	0,40
TK № 11.6		Соус "Кетчуп"	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20
пром в-цтво		Хліб цільнозерновий	30	60,8	1,80	0,40	12,50	50	101,4	3,10	0,6	20,90	50	101,4	3,10	0,6	20,90
пром в-цтво		Сік яблучний	200	85,6	0,80	0,00	20,60	200	85,6	0,80	0,00	20,60	200	85,6	0,80	0,00	20,60
		Персик	100	43,0	0,90	0,10	10,40	100	43,0	0,90	0,10	10,40	100	43,0	0,90	0,10	10,40
		Всього	492,0	592,8	19,5	18,8	86,5	538,0	703,2	22,4	21,8	104,7	538,0	706,8	22,4	22,2	104,7
Вівторок																	
TK № 41		Салат "Вітамінний"	118	105,7	2,30	5,60	12,80	118	105,7	2,30	5,60	12,80	100	89,8	1,90	4,80	10,60
TK № 9.43		Шашлички курячі з овочами	76	121,0	18,42	4,63	1,17	110	175,0	26,66	6,71	1,69	130	207,0	31,5	7,93	2
TK № 824	Г	Соус "Томатний"	30	21,6	0,80	0,00	4,60	30	21,6	0,80	0,00	4,60	30	21,6	0,80	0,00	4,60
TK № 290	МП, Л, Г	Каша пшенична розсипчаста	97/3	142,0	4,30	1,90	26,40	127/4	182,0	5,60	2,10	34,70	130/4,5	191,0	5,70	2,40	35,70
TK № 13.1	МП, Л	Какао з молоком	210	118,0	6,51	5,63	10,66	210	118,0	6,51	5,63	10,66	210	118,0	6,51	5,63	10,66
		Виноград	100	65,0	0,60	0,20	15,60	100	65,0	0,60	0,20	15,60	100	65,0	0,60	0,20	15,60
		Всього	504	573,26	32,93	17,96	71,23	538	667,26	42,47	20,24	80,05	540	692,36	47,01	20,96	79,16

Середа

ТК № 1.6	МП, Л	Салат морквяно-яблучний з сиром твердим	155	148,0	4,9	7,60	16,70	182	163,0	5,2	7,70	20,00	182	163,0	5,2	7,70	20,00
ТК № 6.06	Р, Г, Я	Стіки рибні	70	112,2	10,8	1,9	15,2	105	168,2	16,1	2,8	22,7	140	235,5	22,6	3,9	31,8
ТК № 10.26	МП, Л	Картопля запечена з маслом вершковим	122	129,0	2,4	4,2	20,8	152	164,0	3	5,4	26	153	167,0	3	5,8	26
пром в-цтво		Хліб цільнозерновий	30	60,8	1,80	0,40	12,50	50	101,4	3,10	0,6	20,90	50	101,4	3,10	0,6	20,90
ТК № 13.11		Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34
		Груша	68	30,4	0,27	0,20	6,90	62	27,7	0,25	0,18	6,30	62	27,7	0,25	0,18	6,30
		Всього	645	542,40	20,81	14,30	87,44	751	686,30	28,29	16,68	111,24	787	756,60	34,79	18,18	120,34

Четвер

ТК № 16.17		Салат зі свіжих огірків	114	45,0	0,8	1,90	7,30	136	54,1	1	2,30	8,55	136	54,1	1	2,30	8,55
ТК № 23.32	МП, Л	Філе мяса курки запечене під сиром	83	182,4	15,9	11,40	4,00	114	228,2	21,3	13,50	5,60	135	264,0	24,8	15,50	6,80
ТК № 437.438	МП, Л	Пюре із бобових з маслом вершковим	120/3	203,5	13,50	3,10	30,40	150/4	255,7	16,80	4,10	37,90	150/4,5	258,4	16,80	4,40	37,90
ТК № 11.6		Соус "Кетчуп"	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20	25	14,0	0,33	0,02	3,20
пром в-цтво		Хліб цільнозерновий	30	60,8	1,80	0,40	12,50	50	101,4	3,10	0,6	20,90	50	101,4	3,10	0,6	20,90
ТК № 13.4		Чай з мелісою	200	0,3	0,02	0,01	0,04	200	0,3	0,02	0,01	0,04	200	0,3	0,02	0,01	0,04
		Слива	77	33,1	0,60	0,00	7,80	67	28,8	0,54	0,00	6,80	60	25,8	0,48	0,00	6,06
		Всього	504	539,06	32,95	16,83	65,24	567	682,40	43,09	20,53	82,99	581	717,90	46,53	22,83	83,45

П'ятниця

ТК № 1.43		Асорті овочеве	108	93,4	2,14	6,75	5,75	129	111,5	2,55	8,06	6,87	129	111,5	2,55	8,06	6,87
ТК № 08.01	МП, Л	Гречана каша з чебрецем	95/3	152,0	5,00	3,50	25,00	125/4	201,0	6,60	4,60	32,90	125/4,5	204,0	6,60	5,00	32,90
ТК № 07.11	МП, Л, Я, Г	Запіканка сирна	118	231,3	17,05	10,67	16,40	118	231,3	17,05	10,67	16,40	118	231,3	17,05	10,67	16,40
ТК 10.13		Ягідне кюлі	25	18,6	0,28	0,15	4,05	25	18,6	0,28	0,15	4,05	25	18,6	0,28	0,15	4,05
ТК № 13.11		Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34	200	62,0	0,64	0,00	15,34
		Банан	75	70,6	1,12	0,08	16,35	75	70,6	1,12	0,08	16,35	75	70,6	1,12	0,08	16,35
		Всього	383,00	627,91	26,23	21,15	82,89	275	695,01	28,24	23,56	91,91	275	698,01	28,24	23,96	91,91
		Всього за IV тиждень		575,09	26,49	17,81	78,66		686,83	32,90	20,57	94,18		714,33	35,80	21,63	95,91

Технолог Іванов К.В