

ПОГОДЖУЮ

Начальник Сумського районного управління
Головного управління Держпродспоживслужби
в Сумській області


О.А. СКВАРЧА

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Сумського обласного академічного
ліцею імені Дмитра Євдокимова


Інеса ПЕССОЦЬКА

**ПЕРСПЕКТИВНЕ МЕНЮ ЇДАЛЬНИ
на зимовий період 2025-2026 р.**

**КЗСОР «Сумський обласний академічний ліцей імені Дмитра Євдокимова»
(діти 9-11 років, 11-14 років, 14-18 років)**

2025 рік

Збір рецептур, номер розкладки	День тижня	Індекс алергену або непереноси мої речовини	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
				Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
І тиждень																			
TK 08.01	Понеділок	ЗП	Гречана каша з чебрецем	120	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	150	165,8	5,2	3,9	30,1	
		Я	Яйце варене	1	63,00	51,00	4,60	0,30	1	63,00	51,00	4,60	0,30	1	63,00	5,10	4,60	0,30	
TK 12				Салат з буряка з курагою, горіхом та йогуртом	120	124,9	2,04	6,44	14,76	120	124,9	2,04	6,44	14,76	120	124,9	2,04	6,44	14,76
TK 11.12				Сік фруктовий	200	122,00	6,20	5,00	9,40	200	122,00	6,20	5,00	9,40	200	122,0	6,2	5,0	9,4
			ЗП, Г	Хліб цільнозерновий	30	42,6	1,2	1,2	6,00	50	71,00	2,00	2,00	10,00	50	118	3,0	4,0	16,7
TK 12.01				Яблука	100	95,00	0,90	0,20	11,00	100	95,00	0,90	0,20	11,00	100	95	0,4	0,4	11,8
				Всього		563,80	65,44	20,54	65,56		563,80	65,80	17,90	68,30		688,70	21,94	24,34	83,06
TK 4.04	Вівторок	ЗП	Плов з курячим м'ясом	100/70	155,45	8,29	6,67	16,83	150/100	279,81	14,92	12,01	30,23	150/120	279,81	14,92	12,01	30,23	
TK 15				Салат із запеченої капусти з родзинками	120	94,43	3,20	5,47	8,67	120	94,43	3,20	5,47	8,67	120	95,00	0,9	0,2	11,0
TK 11.05			МП, Л	Какао з молоком	200	84,00	4,60	4,10	7,40	200	84,00	4,60	4,10	7,40	200	84,00	4,6	4,1	7,4
				Груша	100	95,00	0,90	0,20	11,00	100	95	0,90	0,20	11,00	100	95,00	0,9	0,2	11,0
				Всього		428,88	16,99	16,44	43,9		553,24	25,42	21,78	57,3		553,81	21,32	16,51	59,63

Збір рецептур, номер розкладки	День тижня	Індекс алергену або не переноси мої речовини	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 9-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
				Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
І тиждень																			
TK 5.04	Середа	ЗП	Лінові голубці з курячим м'ясом	150/100	186,3	15,1	7,7	17,7	150/100	274,0	22,1	11,3	26,0	150/120	328,9	26,6	13,6	31,2	
TK 11.11			Чай	200	0,74	-	-	0,23	200	0,74	-	-	0,23	200	0,74	-	-	0,23	
				Груші	100	42,0	0,40	0,43	11,0	100	42,0	0,40	0,43	11,0	100	42,0	0,40	0,43	11,0
			ЗП, Г	Хліб цільнозерновий	30	42,6	1,2	1,2	6,00	50	118	3,0	4,0	16,70	50	118	3,0	4,0	16,7
			МП, Л	Сир твердий	15	53,50	3,75	3,75	4,50	15	53,50	3,75	3,75	4,50	15	53,5	3,75	3,75	4,5
				Всього		325,14	20,45	13,08	39,43		488,24	29,25	19,48	58,43		543,14	33,75	21,78	63,63
TK 08.25	Четвер	ЗП	Булгур	120	132,00	3,70	3,80	22,30	150	132,00	3,70	3,80	22,30	150	132,0	3,7	3,8	22,3	
TK 6.03		Р	Риба тушкована з овочами та томатами	60	60,9	8,5	2,8	1,7	90	51,00	1,50	2,70	4,70	120	101,44	14,10	4,62	2,78	
				Салат із капусти, моркви, зеленого горошку	120	94,43	3,2	5,47	8,67	120	94,43	3,2	5,47	8,67	120	94,43	3,20	5,47	8,67
			МП, Л	Сир твердий	15	53,50	3,75	3,75	4,50	15	53,50	3,75	3,75	4,50	15	53,5	3,75	3,75	4,5
TK 11.03				Узвар із с/фр	180	80,80	0,20	0,70	18,70	180	80,80	0,20	0,70	18,70	180	80,80	0,2	0,70	18,7
				Банани	100	95	0,40	0,40	11,80	100	95	0,40	0,40	11,80	100	95	0,4	0,4	11,8
				Всього		451,2	20,4	20,0	48,75		557,17	25,35	22,54	68,75		557,17	29,05	18,74	93,77

Збір рецептур, номер розкладки	День тижня	Індекс алергену або не переноси мої печивни	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 9-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
				Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
І тиждень																			
Збірник рецептів с. 114	П'ятниця		Картопля смажена брусочками, або часточками, або кубиками, або скибочками	120	413,60	5,72	21,15	49,88	150	413,60	5,72	21,15	49,88	150	413,6	5,72	21,15	49,88	
		МП, Л	Омлет	50	87,0	6,0	6,0	0,4	50	87,0	6,0	6,0	0,4	50	87,0	6,0	6,0	0,4	
ТК 1.28				Салат із свіжої капусти з ароматною олією	120	124,90	2,04	6,44	17,76	120	124,90	2,04	6,44	17,76	120	124,9	2,04	6,44	17,76
ТК 11.12		МП, Л		Йогурт	125	68,70	1,58	5,00	4,26	125	68,70	1,58	5,00	4,26	125	68,7	1,58	5,0	4,26
				Банани	100	95	0,40	0,40	11,80	100	95	0,40	0,40	11,80	100	95	1,5	0,2	21,8
			Всього		788,6	15,74	38,99	83,38		789,2	15,74	38,99	83,38		789,2	15,74	38,99	83,38	

Збір рецептур, номер розкладки	День тижня	Індекс алергену або не переноси мої речовини	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 9-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
				Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
II тиждень																			
TK 1.19	Понеділок		Салат із моркви, капусти зі сметаною	120	64,03	1,37	3,21	7,06	120	64,03	1,37	3,21	7,06	120	64,03	1,37	3,21	7,06	
TK 3.05		Я	Фрітата	50	90,20	5,40	6,70	0,40	50	90,20	5,40	6,70	0,40	50	90,20	5,40	6,7	0,4	
TK 08.01		ЗП	Гречана каша з чебрецем	120	165,80	5,20	3,90	30,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10	
TK 11.12				Сік фруктовий	200	122,00	6,20	5,00	9,40	200	122,00	6,20	5,00	9,40	200	122,0	6,2	5,0	9,4
				Яблука	100	95	1,50	0,20	21,80	100	95	1,50	0,20	21,80	100	95	1,5	0,20	21,8
			ЗП, Г	Хліб цільнозерновий	30	42,6	1,2	1,2	6,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118	3,0	4,0	16,7
				Всього		635,03	22,67	23,01	85,46		655,03	22,67	23,01	85,46		655,03	22,67	23,01	85,46
TK 1.20	Вівторок		Салат з буряка з ароматною олією	120	67,98	1,98	3,65	6,21	120	67,98	1,98	3,65	6,21	120	67,98	1,98	3,65	6,21	
TK 6.02		Р, МП, Л	Риба запечена з морквою та цибулею під соусом «Бешамель»	60	71,3	9,6	2,7	4,0	90	107,00	14,40	4,10	6,00	120	118,88	16,0	4,52	6,65	
TK 08.04		ЗП	Рис розсипчастий з орегано	120	136,30	3,10	2,40	25,20	150	136,30	3,10	2,40	25,20	150	136,3	3,1	2,4	25,2	
		МП, Л	Сир твердий	15	53,50	3,75	3,75	4,50	15	53,50	3,75	3,75	4,50	15	52	3,4	4,3	0,7	
TK 11.03				Узвар із с/х	200	0,74	-	-	0,23	200	0,74	-	-	0,23	200	0,74	-	-	0,23
				Яблука	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,5	0,20	21,8
				Всього		424,82	19,93	12,7	61,94		460,52	24,73	14,1	63,94		470,9	25,98	15,07	60,79

Збір рецептур, номер розкладки	День тижня	Індекс алергену або не переноси мої речовини	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 9-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
				Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
II тиждень																			
TK 1.19	Середа		Салат із моркви, капусти зі сметаною	120	64,03	1,37	3,21	7,06	120	64,03	1,37	3,21	7,06	120	64,03	1,37	3,21	7,06	
TK 4.06		Я, МП, Л, Г	Котлета – по- міланськи з сиром	90/70	228,2	16,6	10,0	21,3	125/100	316,90	23,00	13,90	29,50	150/120	316,9	23,0	13,9	29,5	
TK 08.25		ЗП	Булгур	120	165,00	4,70	4,80	27,90	150	165,00	4,70	4,80	27,90	150	165,00	4,70	4,80	27,90	
TK 11.05		МП, Л	Какао з молоком	200	80,80	0,20	0,70	18,70	200	80,80	0,20	0,70	18,70	200	107,7	0,3	0,9	24,9	
			Груша	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	95	0,4	0,4	11,8	
			ЗП, Г	Хліб цільнозерновий	30	42,6	1,2	1,2	6,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118	30	4,0	16,7
				Всього		688,1	28,6	25,0	96,4		797,13	32,67	27,01	111,66		866,63	32,77	30,42	154,42
TK 1.13	Четвер	МП, Л	Салат з моркви з родзинками та сметани	120	74	0,70	3,60	9,70	120	74	0,70	3,60	9,70	120	74	0,70	3,60	9,70	
TK 07.12		МП, Л	Запіканка із сиру кисломолочного	150/15	305,47	17,01	13,41	28,76	150/15	305,47	17,01	13,41	28,76	150/15	305,47	17,01	13,41	28,76	
TK 11.03			Узвар с/х	200	80,80	0,20	0,70	18,70	200	80,80	0,20	0,70	18,70	200	80,80	0,20	0,70	18,70	
			Банани	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	
				Всього		512,67	21,91	18,11	68,96		512,67	21,91	18,11	68,96		512,67	21,91	18,11	68,96
TK 4.16	П'ятниця		Печеня по- домашньому з куркою	120/100	235,7	17,5	7,9	22,0	150/100	235,70	17,50	7,90	22,00	150/120	392,9	29,2	13,1	36,7	
TK 12			Салат з буряка з ароматною олією	120	52,40	1,59	3,23	4,02	120	52,40	1,59	3,23	4,02	120	52,40	1,59	3,23	4,02	
		МП, Л	Кефір	125	62,5	3,50	3,10	5,00	125	62,5	3,50	3,10	5,00	125	62,5	3,5	3,1	5,0	
			Банани	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	95,00	0,4	0,4	11,8	
			ЗП, Г	Хліб цільнозерновий	30	42,6	1,2	1,2	6,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118,00	3,0	4,0	16,70
			Всього		445,6	24,19	15,83	48,82		521,00	25,99	18,63	59,52		720,08	37,69	23,83	74,22	

Збір рецептур, номер розкладки	День тижня	Індекс алергену або не переноси м'я печивини	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 9-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років				
				Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
III тиждень																		
ТК 08.05	Понеділок	ЗП,	Ризотто з зеленим горошком та твердим сиром	150	238,40	7,60	8,70	32,60	200	238,40	7,60	8,70	32,60	200	238,40	7,60	8,7	32,6
ТК 03.03		МП, Л, Г, Я	Пухкий омлет з орегано	50	87,00	6,00	6,00	0,40	50	87,00	6,00	6,00	0,40	50	87,0	6,0	6,0	0,4
ТК 01.02			Салат з буряка з чорносливом зі сметаною	120	49,51	1,02	3,38	3,97	120	49,51	1,02	3,38	3,97	120	49,51	1,02	3,38	3,97
		Г	Хліб цільнозерновий	30	42,6	1,2	1,2	6,00	50	118	3,00	4,00	16,70	50	118	3,0	4,0	16,7
ТК 11.05		МП, Л	Какао з молоком	200	109,91	6,08	5,36	9,55	200	109,91	6,08	5,36	9,55	200	109,91	6,08	5,36	9,55
			Яблука	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95	1,50	0,20	21,80
			Всього		697,82	25,20	27,64	85,02		697,82	25,20	27,64	85,02		697,82	25,2	27,64	85,02
ТК 01.02	Вівторок	МП, Л	Салат із капусти з сметаною	120	41,0	1,76	1,89	4,91	120	41,0	1,76	1,89	4,91	120	41,0	1,76	1,89	4,91
ТК 6.06		Р	Стіки рибні	70	112,2	10,8	1,9	15,2	90	160,23	15,38	2,66	21,65	120	235,50	22,60	3,90	31,80
ТК 8.13		МП, Л	Картопляне пюре з орегано	120	203,30	3,50	9,30	26,40	150	203,30	3,50	9,30	26,40	150	203,27	3,54	9,27	26,39
			Яблука	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,8
ТК 11.03			Узвар	180	80,80	0,20	0,70	18,70	180	80,80	0,20	0,70	18,70	180	80,80	0,20	0,70	18,70
			Всього		329,00	17,76	13,99	87,01		580,33	22,34	14,75	93,46		655,57	26,06	15,96	103,6

Збір рецептур, номер розкладки	День тижня	Індекс алергену або не переноси мої печовини	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 9-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
				Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
III тиждень																			
ТК 07.20	Середа	МП, Л, Г, Я	Вареники ліниві	120	218,36	16,66	8,74	18,14	120	218,36	16,66	8,74	18,14	150	273,0	20,8	10,9	22,7	
ТК 1.15			Салат із моркви з яблуками	120	86,01	2,18	0,82	15,69	120	86,01	2,18	0,82	15,69	120	86,01	2,18	0,82	15,69	
				Сік фруктовий	200	98,70	1,20	0	22,50	200	98,70	1,20	0	22,50	200	98,70	1,20	0	22,50
				Банани	100	95	1,50	0,20	21,80	100	95	1,50	0,20	21,80	100	95	1,50	0,20	21,80
			ЗП, Г	Хліб цільнозерновий	30	42,6	1,2	1,2	6,00										
				Всього		590,0	20,78	12,09	78,70		635,16	24,57	20,83	86,12		635,16	24,57	20,83	86,12
ТК 4.17	Четвер		Чохохбілі з куркою	100/70	126,29	15,2	4,48	5,3	150/100	126,20	15,20	4,48	5,30	175/120	189,4	22,80	6,70	7,90	
ТК 08.26		ЗП, Г	Каша пшенична	200	179,10	6,00	3,00	31,50	200	179,10	6,00	3,00	31,50	200	179,10	6,00	3,00	31,50	
ТК 1.19			Салат із капусти з ароматною олією	120	124,90	2,04	6,44	17,76	120	124,90	2,04	6,44	17,76	120	124,90	2,04	6,44	17,76	
ТК 11.11			Чай каркаде	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36	
				Банани	100	95	1,50	0,20	21,80	100	50,09	0,90	0,20	11,00	100	50,00	0,9	0,2	11,0
			МП, Л	Сир твердий	15	53,50	3,75	3,75	4,50	15	53,50	3,75	3,75	4,50	15	53,50	3,75	3,75	4,5
				Всього		576,0	36,04	16,61	71,59		610,65	31,64	20,92	76,42		673,76	39,24	23,14	86,92
ТК 4.07	П'ятниця		Курка по-італійськи	100	74,4	12,1	3,5	1,5	100	123,90	20,23	4,14	1,77	120	123,90	20,23	4,14	1,77	
ТК 08.01		ЗП	Булгур	200	165,00	4,70	4,80	27,90	200	165,00	4,70	4,80	27,90	200	165,00	4,70	4,80	27,90	
				Салат із свіжих помідорів	100	64,03	1,37	3,21	7,06	100	64,03	1,37	3,21	7,06	100	64,03	1,37	3,21	7,06
				Йогурт	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30
				Груші	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80
			ЗП, Г	Хліб цільнозерновий	30	42,6	1,2	1,2	6,00	50	118	3,00	4,00	16,70	50	118	3,0	4,0	16,7
			Всього		475,6	28,88	14,86	55,83		534,73	30,30	17,75	66,03		534,73	30,30	17,75	66,03	

Збір рецептур, номер розкладки	День тижня	Індекс алергену або не переноси мої печивини	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 9-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
				Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
IV тиждень																			
TK 16	Понеділок		Салат капусти, моркви, зеленого горошку	120	49,51	1,02	3,38	3,97	120	49,51	1,02	3,38	3,97	120	49,51	1,02	3,38	3,97	
TK 3.02		Я	Скрамбл	50	79,00	5,50	5,00	3,00	50	79,00	5,50	5,00	3,00	50	79,00	5,50	5,00	3,00	
TK 07.08		МП, Г	Мак-енд чіз	200	226,00	7,70	12,70	21,60	200	226,00	7,70	12,70	21,60	200	226,00	7,70	12,70	21,60	
		ЗП	Хліб цільнозерновий	30	42,6	1,2	1,2	6,00	50	118,00	3,00	4,00	16,70	50	118	3,0	4,0	16,7	
				Груші	100	95	0,40	0,40	11,80	100	95	0,40	0,40	11,80	100	95	0,40	0,40	11,80
				Сік фруктовий	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,0	22,50
				Всього		635,7	18,2	23,4	98,0		666,21	18,82	25,48	105,05		666,21	18,82	25,48	105,05
TK 1.39	Вівторок		Салат із буряка з ароматною олією	120	32,40	1,59	3,23	4,02	120	32,40	1,59	3,23	4,02	120	32,40	1,59	3,23	4,02	
TK 6.01		Р	Рибні нагетси	70	113,8	11,3	2,2	14,5	90	170,70	17,00	3,20	21,80	120	227,60	22,60	4,30	29,00	
TK 08.12		МП, Л	Відварена картопля з вершковим маслом	120	189,00	2,70	9,50	23,40	150	189,00	2,70	9,50	23,40	150	189,00	2,70	9,50	23,40	
				Чай	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36
				Яблука	100	95	0,40	0,40	11,80	100	95	0,40	0,40	11,80	100	95	0,40	0,40	11,8
				Всього		507,06	19,74	18,38	60,8		563,96	25,44	19,38	67,38		620,86	31,04	20,48	75,58

Збір рецептур, номер розкладки	День тижня	Індекс алергену або не переноси мої чл. 10	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 9-11 років					Енергетична цінність для дітей 11-14 років					Енергетична цінність для дітей 14-18 років					
				Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Вихід, г	Ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
ТК 07.10	Середа	МП, Л, Г, Я	Запіканка із сиру кисло- молочного з сметаною	180/15	359,58	23,02	17,72	26,09	180/15	359,58	23,02	17,72	26,09	180/15	359,58	23,02	17,72	26,09	
			Салат із моркви з яблуками	120	86,01	2,18	0,82	15,69	120	86,01	2,18	0,82	15,69	120	86,01	2,18	0,82	15,69	
				Узвар	180	97,00	0,30	0,80	22,40	180	97,00	0,30	0,80	22,40	180	97,00	0,30	0,80	22,40
				Яблука	100	95	1,50	0,20	21,80	100	95	1,50	0,20	21,80	100	95	1,5	0,2	21,8
				Всього		715,68	28,52	21,72	100,49		715,68	28,52	21,72	100,49		715,68	28,52	21,72	100,49
ТК 27	Четвер		Салат із капусти, моркви та зеленого горошку	120	69,0	2,39	3,46	8,08	120	69,0	2,39	3,46	8,08	120	69,0	2,39	3,46	8,08	
ТК 4.03		ЗП	Куліш з курячим м'ясом	200/100	150,0	8,69	6,76	14,82	200/120	277,50	15,80	12,06	27,50	200/120	375,10	21,70	16,90	370	
				Банани	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,50	0,20	21,80	100	95,00	1,5	0,2	21,8
ТК 11.03				Узвар	200	80,80	0,20	0,70	18,70	200	80,80	0,20	0,70	18,70	200	80,80	0,20	0,70	18,70
				Всього		394,8	12,78	12,32	63,4		522,3	19,89	16,42	76,08		619,9	25,79	21,26	418,58
ТК 4.08	П'ятниця	Я, МП, Л	Курячий шніцель із соусом	100/70	148,5	13,1	6,9	11,3	100/100	212,09	18,7	9,85	16,19	120/120	254,5	22,4	11,08	19,4	
ТК 166		ЗП	Булгур	200	165,00	4,70	4,80	27,90	200	165,00	4,70	4,80	27,90	200	165,00	4,70	4,80	27,90	
ТК 23			Салат з капусти з ароматною олією	120	67,98	1,98	3,65	6,21	120	67,98	1,98	3,65	6,21	120	67,98	1,98	3,65	6,21	
			МП, Л	Йогурт	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00	125	86,00	4,00	3,00	10,00
				Банан	100	95,00	0,90	0,20	11,00	100	95,00	0,90	0,20	11,00	100	95,00	0,90	0,20	11,00
			ЗП, Г	Хліб цільнозерновий	30	70,00	3,00	4,00	16,7	50	118	3,00	4,00	16,70	50	118	3,0	4,0	16,7
				Всього		580,9	27,68	18,55	83,11		644,07	33,28	25,5	88,0		786,48	36,98	26,73	91,21