

ПОГОДЖЕНО

Начальник Сумського районного
управління Головного управління
Держпродспоживслужби
в Сумській області

Олександр СКВАРЧА
2026 рік

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач Сумського дошкільного
навчального закладу (центр розвитку дитини)
№ 26 «Ласкавушка»
Сумської міської ради

Наталія КРИВОРОТЕНКО
2026 рік

**ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ
на весняний період**

**Сумського дошкільного навчального закладу (центр розвитку дитини)
№ 26 «Ласкавушка» Сумської міської ради**

Понеділок 1 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Каша пшенична в'язка-ЗП,Г,МП,Л	110	4,03	2,04	24,86	136,16	130	4,76	2,41	29,38	160,91
Омлет з твердим сиром -л,мп,я	48/10	6,47	8,21	16,12	183,91	48/15	7,03	8,92	17,45	199,91
Салат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
Родзинки	20	0,36	0,00	13,82	52,40	25	0,45	0,00	17,27	65,50
Сік фруктовий	120	0,60	0,00	13,99	56,40	180	0,90	0,00	20,99	84,60
Всього за сніданок		12,51	12,56	74,77	469,98		14,54	14,41	93,06	565,73
Обід										
Суп пшоняний-ЗП,Л,МП	200	1,70	2,96	15,72	86,98	250	2,13	3,70	19,65	108,73
Пюре картопляне-Л,МП	100	2,32	2,21	14,46	89,59	120	2,78	2,65	17,35	107,51
Беф-строганов з м'яса свинини	60/50	11,90	14,50	6,13	205,20	80/60	14,76	16,12	8,15	227,15
Салат зі свіжої капусти	60	0,92	3,65	5,38	55,37	80	1,23	4,86	7,17	73,82
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот із свіжих фруктів(яблуко)	150	0,29	0,29	15,02	61,05	180	0,34	0,34	18,02	73,26
Апельсин	60	0,54	0,12	4,86	25,80	80	0,72	0,16	6,48	34,40
Всього за обід		21,57	25,11	73,87	587,89		25,86	29,21	89,12	688,77
Вечеря										
Каша гречана розсипчаста-Л,МП,ЗП	110	3,54	4,91	17,44	128,50	130	4,19	5,80	20,61	151,87
Чахохбілі з курячого м'яса-Г	45/15	8,10	2,58	10,27	73,14	60/25	11,48	3,66	14,54	103,62
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	80	2,16	2,88	11,79	71,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Молоко кип'ячене-Л,МП	150	4,23	3,75	7,10	78,00	200	5,64	5,00	9,46	104,00
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за вечерю		21,62	15,00	61,93	423,03		27,67	19,02	76,68	529,37
Всього		55,70	52,67	210,57	1480,90		68,07	62,64	258,86	1783,87

Вівторок 1 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Каша рисова розсипчаста-ЗП,Л,МП	100	2,57	3,26	25,89	145,25	120	3,08	3,91	31,07	174,30
Товченики рибні-Г,Л,МП	60	9,07	2,62	5,47	80,71	80	12,10	3,50	7,30	107,61
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	80	2,16	2,88	11,79	71,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Какао з молоком-МП,Л	150	5,15	4,40	8,34	92,27	200	6,86	5,86	11,12	123,02
Всього за сніданок		22,31	13,82	60,84	435,70		28,10	17,53	73,58	540,25
Обід										
Борщ український зі сметаною-Л,МП	200/15	2,99	3,84	12,83	99,56	250/25	3,83	4,43	16,11	126,82
Каша ячна в'язка-ЗП,Л,МП	110	2,35	2,71	20,57	96,67	130	2,78	3,20	24,31	114,24
Азу з курячого м'яса-Г	45/15	4,66	2,74	11,26	132,50	60/25	6,60	3,88	15,95	187,71
Салат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот з сухофруктів	150	0,35	0,00	15,75	58,58	180	0,41	0,00	18,90	70,29
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Всього за обід		16,20	13,28	91,29	549,92		20,12	16,37	112,34	694,57
Вечеря										
Запіканка вермішеливо-сирна-МП,Л,Г,Я	45/100	11,60	9,98	18,48	187,92	60/125	14,50	12,47	23,11	234,90
Соус молочний-Л,МП	10	0,20	0,46	1,38	10,12	20	0,40	0,92	2,75	20,23
Салат зі свіжої капусти та яблук	60/60	0,62	3,06	5,09	83,29	80/80	0,83	4,08	6,36	111,06
Кисіль молочний-Л,МП	150	3,99	3,56	26,58	151,40	200	5,32	4,74	35,44	201,86
Всього за вечерю		16,41	17,06	51,53	432,73		21,05	22,21	67,66	568,05
Всього		54,92	44,16	203,66	1418,35		69,27	56,11	253,58	1802,87

Середа 1 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Каша гречана розсипчаста-Л,МП,ЗП	100	3,22	4,46	27,40	116,82	120	3,86	5,35	32,88	140,18
Гуляш курячий-Г	60	7,68	5,86	6,52	109,26	85	10,88	8,30	9,23	139,79
Салат зі свіжої капусти	60	0,92	3,65	5,38	55,37	80	1,23	4,86	7,17	73,82
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Молоко кип'ячене-Л,МП	150	4,23	3,75	7,10	78,00	200	5,64	5,00	9,46	104,00
Всього за сніданок		19,95	19,10	58,69	423,35		25,51	24,89	71,04	521,69
Обід										
Суп гороховий-МП,Л	200	4,60	1,90	21,32	132,54	250	5,75	2,38	26,65	165,68
Каша булгур розсипчаста-Г,ЗП,Л,МП	110	4,96	1,64	30,94	151,03	130	5,86	1,94	36,57	178,49
Тюфтеля з м'яса свинини-Г,Л,МП,Я	70	12,62	11,55	16,86	173,31	95	17,13	15,68	22,89	235,21
Грінки з цільнозернового хліба -Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	80	2,16	2,88	11,79	71,42
Сир твердий-Л,МП	10	2,40	3,80	10,34	38,00	15	3,60	5,70	15,51	57,00
Чай	150	0,00	0,00	8,31	31,58	180	0,00	0,00	9,97	37,89
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Всього за обід		31,00	22,73	121,51	701,53		39,60	30,36	152,48	886,39
Вечеря										
Зрази картопляні-Я,МП,Л	100	2,46	3,49	8,54	124,55	120	3,29	4,36	13,18	185,68
Соус сметанний-МП,Л,Г	15	0,16	0,18	0,39	14,43	25	0,21	0,36	1,26	18,86
Салат зі свіжої моркви та яблука -Ф	60/60	0,72	3,36	15,36	66,00	80/80	0,96	4,48	20,48	88,00
Кефір-МП,Л	100	2,97	2,47	3,46	58,41	125	3,71	3,09	4,33	73,01
Всього за вечерю		6,31	9,50	27,75	263,39		8,17	12,29	39,25	365,55
Всього		57,26	51,33	207,95	1388,27		73,28	67,54	262,77	1773,63

Четвер 1 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Каша вівсяна в'язка-ЗП,Л,МП,Г	110	2,95	3,55	16,94	109,46	130	3,48	4,20	20,02	129,36
Сир кисломолочний зі свіжою морквою та сметаною-Л,МП	100/60/15	12,11	10,15	28,54	298,76	125/80/25	15,92	13,34	37,51	392,66
Сік фруктовий	120	0,60	0,00	13,99	56,40	180	0,90	0,00	20,99	84,60
Всього за сніданок		15,66	13,70	59,47	464,62		20,30	17,54	78,52	606,62
Обід										
Суп селянський зі сметаною-ЗП,МП,Л	200/15	2,31	5,88	17,83	121,58	250/25	2,97	7,73	22,36	156,15
Картопля відварена з маслом-Л,МП	80	1,59	1,88	12,82	77,06	100	1,99	2,35	16,02	96,33
Риба тушкована з овочами-Р	40/15	5,89	3,81	3,62	94,85	60/25	9,10	5,88	5,59	146,59
Свіжий огірок	60	0,22	0,03	0,89	3,80	80	0,29	0,04	1,19	5,06
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Кисіль яблучний	150	0,11	0,09	12,90	63,51	200	0,14	0,12	17,20	84,68
Апельсин	60	0,54	0,12	4,86	25,80	80	0,72	0,16	6,48	34,40
Всього за обід		14,56	13,19	65,22	450,50		19,11	17,66	81,14	587,11
Вечеря										
Макарони відварні-Г,Л,МП	100	3,38	3,26	22,37	134,29	120	4,06	3,91	26,84	161,15
Курка по-італійські	60	6,90	2,62	10,31	91,67	85	9,78	3,71	14,60	129,87
Салат зі свіжої капусти	60	0,92	3,65	5,38	55,37	80	1,23	4,86	7,17	73,82
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Какао з молоком-МП,Л	150	5,15	4,40	8,34	92,27	200	6,86	5,86	11,12	123,02
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за вечерю		20,48	15,54	64,69	463,42		26,13	20,02	80,01	586,32
Всього		50,70	42,43	189,38	1378,54		65,54	55,22	239,67	1779,95

П'ятниця 1 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Печеня по-домашньому з м'ясом курки-Л,МП	100/45	4,54	7,46	20,88	301,17	120/60	8,05	11,67	25,92	373,86
Салат зі свіжих огірків	60	0,47	5,33	2,06	57,32	80	0,63	7,11	2,75	76,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Чай з молоком-Л,МП	150	2,70	2,48	9,59	70,23	200	3,60	3,30	12,78	93,64
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Всього за сніданок		12,51	16,95	57,43	550,22		17,38	23,86	70,55	684,62
Обід										
Суп-хатчо зі сметаною-Л,МП,ЗП	200/5	1,80	3,72	12,74	123,68	250/10	2,25	4,65	15,93	154,60
Пюре з гороху-Б,Л,МП	110	9,10	2,82	21,47	147,14	130	10,75	3,33	25,38	173,89
Курка тушкована в сметані-Л,МП	60/10	6,09	1,52	5,04	97,30	78/15	8,09	2,02	6,70	129,27
Салат зі свіжої капусти	60	0,92	3,65	5,38	55,37	80	1,23	4,86	7,17	73,82
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот з сухофруктів	150	0,35	0,00	15,75	58,58	180	0,41	0,00	18,90	70,29
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за обід		22,39	13,32	78,67	571,89		26,93	16,54	94,36	700,33
Вечеря										
Каша гречана розсипчаста-Л,МП,ЗП	100	3,22	4,46	27,40	116,82	120	3,86	5,35	32,88	140,18
Ячня-Я	48	9,72	12,36	2,52	148,56	48	9,72	12,36	2,52	148,56
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	80	2,16	2,88	11,79	71,42
Кефір-МП,Л	100	2,97	2,47	3,46	58,41	125	3,71	3,09	4,33	73,01
Всього за вечерю		17,53	21,45	42,22	377,36		19,45	23,68	51,52	433,17
Всього		52,43	51,72	178,32	1499,47		63,76	64,08	216,43	1818,12

Понеділок 2 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Макарони з твердим сиром-Г,Л,МП,ЗП	110	6,17	4,84	26,07	174,32	135	7,57	5,94	32,00	213,93
Яйце варене-Я	48	3,90	3,53	1,12	83,00	48	3,90	3,53	1,12	83,00
Салат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
Сік фруктовий	120	0,60	0,00	13,99	56,40	180	0,90	0,00	20,99	84,60
Всього за сніданок		11,72	10,68	47,16	354,83		13,77	12,55	62,08	436,34
Обід										
Суп гороховий-МП,Л	200	4,60	1,90	21,32	132,54	250	5,75	2,38	26,65	165,68
Рагу овочеve з м'ясом свини-Л,МП	110/45	12,54	10,35	31,54	242,22	130/60	15,37	12,69	35,92	296,91
Салат зі свіжого буряка зі сметаною-Л,МП	60/15	1,46	2,21	8,29	50,41	80/25	2,02	3,06	11,48	69,80
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот з сухофруктів	150	0,35	0,00	15,75	58,58	180	0,41	0,00	18,90	70,29
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за обід		23,07	16,07	95,19	573,57		27,76	19,81	113,23	701,14
Вечеря										
Каша ячна в'язка-ЗП,Л,МП	100	2,14	2,46	18,70	87,88	120	2,57	2,95	22,44	105,46
Тюфтеля з курячого м'яса-Г,Л,МП,Я	70	11,34	11,77	18,38	198,30	95	15,39	15,97	24,94	269,12
Салат зі свіжої капусти	60	0,92	3,65	5,38	55,37	80	1,23	4,86	7,17	73,82
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Кисіль молочний-Л,МП	150	3,99	3,56	26,58	151,40	200	5,32	4,74	35,44	201,86
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Всього за вечерю		23,19	23,12	93,94	614,45		29,61	30,30	119,09	790,96
Всього		57,98	49,87	236,29	1542,85		71,14	62,66	294,40	1928,44

Вівторок 2 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вугле-води	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вугле-води	Енергетична цінність
Сніданок										
Рис "Паелья" з м'ясом курки-ЗП	100/45	9,56	7,32	30,41	225,72	120/60	11,86	9,09	37,75	280,21
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	80	2,16	2,88	11,79	71,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Кефір-МП,Л	100	2,97	2,47	3,46	58,41	125	3,71	3,09	4,33	73,01
Всього за сніданок		18,05	13,33	55,01	401,60		21,63	16,44	66,17	488,55
Обід										
Борщ український зі сметаною-Л,МП	200/15	2,99	3,84	12,83	98,28	250/25	3,82	5,18	16,11	126,82
Пюре картопляне-Л,МП	100	2,32	2,21	23,46	115,59	120	2,78	2,65	28,15	138,71
Риба смажена-Г	40	7,52	2,88	1,48	62,54	60	11,29	4,31	2,23	93,81
Свіжий огірок	60	0,22	0,03	0,89	3,80	80	0,29	0,04	1,19	5,06
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот із свіжих фруктів(яблуко)	150	0,29	0,29	15,02	61,05	180	0,34	0,34	18,02	73,26
Апельсин	60	0,54	0,12	4,86	25,80	80	0,72	0,16	6,48	34,40
Всього за обід		17,78	10,75	70,84	430,96		23,14	14,06	84,48	535,96
Вечеря										
Гратен "Зебра"-МП,Л,Я,ЗП,Г	150	15,11	11,21	30,63	384,92	190	19,13	14,19	38,80	487,56
Соус молочний-Л,МП	10	0,20	0,46	1,38	10,12	20	0,40	0,92	2,75	20,23
Салат зі свіжої моркви та яблука -Ф	60/60	0,75	3,36	15,36	66,00	80/80	0,96	4,48	20,48	88,00
Чай	150	0,00	0,00	8,31	31,58		0,00	0,00	9,97	37,89
Всього за вечерю		16,06	15,03	55,68	492,62		20,49	19,59	72,00	633,68
Всього		51,89	39,11	181,53	1325,18		65,26	50,09	222,65	1658,19

Середа 2 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Каша пшенична в'язка-ЗП,Г,МП,Л	100	3,66	1,85	22,60	123,78	120	4,39	2,22	27,12	148,54
Чахохбілі з курячого м'яса-Г	45/45	8,10	2,58	10,27	73,14	60/25	11,48	3,66	14,54	103,62
Салат зі свіжої капусти та моркви	60	0,88	2,45	3,35	36,77	80	1,17	3,26	4,46	49,02
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Какао з молоком-МП,Л	150	5,15	4,40	8,34	92,27	200	6,86	5,86	11,12	123,02
Всього за сніданок		21,69	12,66	56,86	389,86		27,80	16,38	69,54	488,10
Обід										
Суп овочевий зі сметаною-Л,МП	200/15	3,29	5,76	17,31	127,64	250/25	3,73	7,58	21,71	163,52
Каша гречана розсипчаста-Л,МП,ЗП	100	3,22	4,46	27,40	116,82	120	3,86	5,35	32,88	140,18
Гуляш з м'яса свинини-Г	65	14,81	14,84	9,24	176,18	80	18,22	18,26	11,38	216,83
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	80	2,16	2,88	11,79	71,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Чай	150	0,00	0,00	8,31	31,58	180	0,00	0,00	9,97	37,89
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за обід		27,07	28,83	89,39	595,61		32,17	35,75	108,01	728,30
Вечеря										
Макарони відварні-Г,Л,МП	110	3,72	3,58	24,61	147,72	130	4,39	4,24	29,08	174,58
Омлет-Я,Г,Л,МП	50	0,20	0,46	1,38	10,12	50	0,20	0,46	1,38	10,12
Салат зі свіжих огірків	60	0,47	5,33	2,06	57,32	80	0,63	7,11	2,75	76,42
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Молоко кип'ячене-Л,МП	150	4,23	3,75	7,10	78,00	200	5,64	5,00	9,46	104,00
Всього за вечерю		9,52	13,42	47,75	350,76		12,06	17,21	59,47	441,92
Всього		58,28	54,91	194,00	1336,23		72,03	69,34	237,02	1658,32

Четвер 2 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Печеня по-домашньому з м'ясом курки-Л,МП	100/45	4,54	7,46	20,88	301,17	120/60	8,05	11,67	25,92	373,86
Салат з свіжої капусти та огірків	60	1,56	1,32	5,40	35,39	80	2,08	1,76	7,20	47,18
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Чай з молоком-Л,МП	150	2,70	2,48	9,59	70,23	200	3,60	3,30	12,78	93,64
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за сніданок		12,93	12,87	54,16	496,61		17,93	18,41	66,18	613,14
Обід										
Суп болгарський зі сметаною-Я,МП,Л,ЗП,Г	200/5	2,22	3,48	14,62	97,88	250/10	2,78	4,35	8,28	122,35
Пюре з гороху-Б,Л,МП	120	9,92	3,07	23,42	160,51	150	12,41	3,84	29,28	200,64
Нагетси курячі-Г,Я	55	6,58	3,69	11,34	125,09	75	8,97	5,03	15,47	170,57
Салат зі свіжого буряка зі сметаною-Л,МП	60/10	1,62	2,16	8,84	53,57	80/15	2,16	2,88	11,97	71,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Кисіль з сухофруктів	150	0,30	0,00	72,59	96,26	190	0,38	0,00	91,94	121,92
Апельсин	60	0,54	0,12	4,86	25,80	80	0,72	0,16	6,48	34,40
Всього за обід		25,08	13,90	147,97	623,01		31,32	17,64	175,72	785,20
Вечеря										
Пудинг з кисломолочного сиру-ЗП,Л,МП,Г,Я	100/50	17,97	11,09	34,92	253,63	125/65	22,30	13,77	43,34	314,84
Соус молочний-Л,МП	10	0,20	0,46	1,38	10,12	20	0,40	0,92	2,75	20,23
Салат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
Сік фруктовий	120	0,60	0,00	13,99	56,40	180	0,90	0,00	20,99	84,60
Всього за вечерю		19,82	13,86	56,27	361,26		25,00	17,77	75,05	474,48
Всього		57,83	40,63	258,40	1480,88		74,25	53,82	316,95	1872,82

П'ятниця 2 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Каша "Янтарна"(із пшона з яблуками та родзинками)-ЗП,Л,МП	100/20/15	7,68	7,98	36,99	251,29	120/25/20	9,33	9,69	44,94	305,27
Салат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
Кефір-МП,Л	100	2,97	2,47	3,46	58,41	125	3,71	3,09	4,33	73,01
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Всього за сніданок		12,60	13,06	59,03	408,41		15,64	16,26	74,04	509,89
Обід										
Борщ буряковий зі сметаною-Л,МП	200/5	1,82	2,76	13,26	82,54	250/10	2,28	3,45	16,58	103,18
Бігос з гречкою та куркою -ЗП	110/45	13,06	22,29	67,22	278,69	130/60	18,62	27,67	83,45	345,96
Салат зі свіжої капусти	60	0,92	3,65	5,38	55,37	80	1,23	4,86	7,17	73,82
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот з сухофруктів	150	0,35	0,00	15,75	58,58	180	0,41	0,00	18,90	70,29
Сир твердий-Л,МП	10	2,40	3,80	10,34	38,00	15	3,60	5,70	15,51	57,00
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за обід		22,68	34,11	130,24	603,00		30,34	43,36	161,89	748,71
Вечеря										
Фіш боли з риби та рису-Р,Я,ЗП,Г	110/40	7,81	3,48	17,21	288,13	140/60	13,74	4,64	22,94	350,84
Свіжий огірок	60	0,22	0,03	0,89	3,80	80	0,29	0,04	1,19	5,06
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Какао з молоком-МП,Л	150	5,15	4,40	8,34	92,27	200	6,86	5,86	11,12	123,02
Всього за вечерю		17,08	9,29	38,74	448,10		24,79	11,92	47,55	542,82
Всього		52,36	56,46	228,01	1459,51		70,77	71,54	283,48	1801,42

Понеділок 3 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Каша гречана розсипчаста-Л,МП,ЗП	100	3,22	4,46	27,40	116,82	120	3,86	5,35	32,88	140,18
Омлет-Я,Г,Л,МП	50	4,68	5,70	2,15	90,50	50	4,68	5,70	2,15	90,50
Салат зі свіжої моркви та сиру твердого-Л,МП	60/10	4,90	7,95	22,81	118,45	80/15	6,65	10,79	30,95	160,75
Сік фруктовий	150	2,70	2,48	9,59	70,23	200	3,60	3,30	12,78	93,64
Всього за сніданок		15,50	20,59	61,95	396,00		18,79	25,14	78,76	485,07
Обід										
Суп з макаронними виробами-Г,Л,МП	200	2,28	1,78	17,44	126,98	250	2,85	2,23	21,80	158,73
Картопля відварена з маслом-Л,МП	80	1,59	1,88	12,82	77,06	100	1,99	2,35	16,02	96,33
Тюфтеля з м'яса свинини-Г,Л,МП,Я	70	12,62	11,55	16,86	173,31	95	17,13	15,68	22,89	235,21
Салат зі свіжого буряка зі сметаною-Л,МП	60/15	1,46	2,21	8,29	50,41	80/25	2,02	3,06	11,48	69,80
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот із свіжих фруктів(яблуко)	150	0,29	0,29	15,02	61,05	180	0,34	0,34	18,02	73,26
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Всього за обід		23,04	19,39	95,33	610,31		29,43	25,44	119,31	774,03
Вечеря										
Пюре з гороху-Б,Л,МП	100	8,27	2,56	19,52	133,76	120	9,92	3,07	23,42	160,51
Суфле з курячого м'яса-Я,Г,Л,МП	55	9,82	11,00	6,78	165,04	75	13,40	15,00	9,24	225,06
Салат зі свіжих огірків	60	0,47	5,33	2,06	57,32	80	0,63	7,11	2,75	76,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Молоко кип'ячене-Л,МП	150	4,23	3,75	7,10	78,00	200	5,64	5,00	9,46	104,00
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за вечерю		26,92	24,25	53,75	523,94		33,79	31,86	65,15	664,45
Всього		65,46	64,23	211,03	1530,25		82,01	82,44	263,22	1923,55

Вівторок 3 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Каша рисова розсипчаста-ЗП,Л,МП	100	2,57	3,26	25,89	145,25	120	3,08	3,91	31,07	174,30
Кнелі рибні-Р,Я,Л,МП,Г	53	6,04	1,22	3,39	67,97	78	8,89	1,79	4,99	100,03
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	80	2,16	2,88	11,79	71,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Какао з молоком-МП,Л	150	5,15	4,40	8,34	92,27	200	6,86	5,86	11,12	123,02
Всього за сніданок		19,28	12,42	58,76	422,96		24,89	15,82	71,27	532,67
Обід										
Борщ картопляний зі сметаною-Л,МП	200/15	5,59	7,10	12,51	142,88	250/25	7,07	9,25	15,71	182,57
Каша пшоняна в'язка-ЗП,Л,МП	100	2,87	3,35	16,49	108,41	120	3,44	4,02	19,79	130,09
Курка по-італійські	60	6,90	2,62	10,31	91,67	85	9,78	3,71	14,60	129,87
Свіжий огірок	60	0,22	0,03	0,89	3,80	80	0,29	0,04	1,19	5,06
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот з сухофруктів	150	0,35	0,00	15,75	58,58	180	0,41	0,00	18,90	70,29
Апельсин	60	0,54	0,12	4,86	25,80	80	0,72	0,16	6,48	34,40
Всього за обід		20,37	14,60	73,11	495,04		25,61	18,56	88,97	616,18
Вечеря										
Запіканка з кисломолочного сиру-Л,МП,Я,Г,ЗП	100/50	12,77	13,54	33,31	284,93	125/60	18,77	16,81	41,35	353,70
Соус молочний-Л,МП	10	0,20	0,46	1,38	10,12	20	0,40	0,92	2,75	20,23
Салат зі свіжої моркви та яблука -Ф	60/60	0,75	3,36	15,36	66,00	80/80	0,96	4,48	20,48	88,00
Чай	150	0,00	0,00	8,31	31,58	180	0,00	0,00	9,97	37,89
Всього за вечерю		13,72	17,36	58,36	392,63		20,13	22,21	74,55	499,82
Всього		53,37	44,38	190,23	1310,63		70,63	56,59	234,79	1648,67

Середа 3 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Макарони відварні-Г,Л,МП	100	3,38	3,26	22,37	134,29	120	4,06	3,91	26,84	161,15
Азу з курячого м'яса-Г	45/15	4,66	2,74	11,26	132,50	60,/25	6,60	3,88	15,95	187,71
Салат зі свіжої капусти	60	0,92	3,65	5,38	55,37	80	1,23	4,86	7,17	73,82
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Кефір-МП,Л	100	2,97	2,47	3,46	58,41	125	3,71	3,09	4,33	73,01
Всього за сніданок		15,83	13,50	54,77	444,47		19,50	17,12	66,59	559,59
Обід										
Суп гречаний-Л,МП,ЗП	200	2,96	4,58	18,62	131,94	250	3,70	5,73	23,28	164,93
Картопля тушкована з м'ясом свинини	100/45	16,95	10,14	48,58	390,14	120/60	21,04	12,58	60,30	484,31
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	80	2,16	2,88	11,79	71,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот із свіжих фруктів(яблуко)	150	0,29	0,29	15,02	61,05	180	0,34	0,34	18,02	73,26
Сир твердий-Л,МП	10	2,40	3,80	10,34	38,00	15	3,60	5,70	15,51	57,00
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Всього за обід		29,02	22,65	126,30	796,20		35,94	29,01	158,00	991,62
Вечеря										
Каша вівсяна в'язка-ЗП,Л,МП,Г	100	2,68	3,23	15,40	99,51	120	3,22	3,88	18,48	119,41
Яйце варене-Я	48	3,90	3,53	1,12	83,00	48	3,90	3,53	1,12	83,00
Салат зі свіжих огірків	60	0,47	5,33	2,06	57,32	80	0,63	7,11	2,75	76,42
Молоко кип'ячене-Л,МП	150	4,23	3,75	7,10	78,00	200	5,64	5,00	9,46	104,00
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за вечерю		11,51	16,07	31,67	343,75		13,69	19,82	39,79	417,39
Всього		56,36	52,22	212,74	1584,42		69,13	65,95	264,38	1968,60

Четвер 3 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Каша ячна в'язка-ЗП,Л,МП	100	2,14	2,46	18,70	87,88	120	2,57	2,95	22,44	105,46
Яблуко фаршироване кисломолочним сиром-Л,МП,Я	150	7,55	9,00	31,83	267,06	180	9,05	10,80	38,20	320,47
Салат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
Родзинки	20	0,36	0,00	13,82	52,40	25	0,45	0,00	17,27	65,50
Сік фруктовий	120	0,60	0,00	13,99	56,40	180	0,90	0,00	20,99	84,60
Всього за сніданок		11,70	13,77	84,32	504,85		14,37	16,83	106,87	630,84
Обід										
Борщ буряковий зі сметаною-Л,МП	200/15	2,11	4,26	13,57	98,42	250/25	2,72	5,70	17,04	127,00
Пюре з гороху-Б,Л,МП	100	8,27	2,56	19,52	133,76	120	9,92	3,07	23,42	160,51
Паличка куряча-Г,Я	52	11,59	5,11	6,90	117,21	68	15,15	6,68	9,02	153,27
Салат з свіжої капусти та огірків	60	1,56	1,32	5,40	35,39	80	2,08	1,76	7,20	47,18
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Кисіль яблучний	150	0,11	0,09	12,90	63,51	200	0,14	0,12	17,20	84,68
Апельсин	60	0,54	0,12	4,86	25,80	80	0,72	0,16	6,48	34,40
Всього за обід		28,08	14,84	75,45	537,99		34,63	18,87	92,66	670,94
Вечеря										
Каша булгур розсипчаста-Г,ЗП,Л,МП	100	4,51	1,49	28,13	137,30	120	5,41	1,79	33,76	164,76
Курка тушкована в сметані-Л,МП	45/15	4,79	1,19	3,96	76,45	60/25	6,53	1,63	5,40	104,25
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	80	2,16	2,88	11,79	71,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Какао з молоком-МП,Л	150	5,15	4,40	8,34	92,27	200	6,86	5,86	11,12	123,02
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60		1,20	0,40	16,80	76,80
Всього за вечерю		20,87	10,92	74,17	481,09		26,06	13,94	91,17	604,15
Всього		60,65	39,53	233,94	1523,93		75,06	49,64	290,70	1905,93

П'ятниця 3 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Хліб пшеничний в'язка-ЗП,Г,МП,Л	100	3,66	1,85	22,60	123,78	120	4,39	2,22	27,12	148,54
Хліб з курячого м'яса-Г	45/15	8,10	2,58	10,27	73,14	60/25	11,48	3,66	14,54	103,62
Сніданок овсяний	60	0,22	0,03	0,89	3,80	80	0,29	0,04	1,19	5,06
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Молоко кип'ячене-Л,МП	150	4,23	3,75	7,10	78,00	200	5,64	5,00	9,46	104,00
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за сніданок		20,34	9,82	59,15	368,54		26,00	12,60	72,59	459,68
Обід										
Хліб пшеничний зі сметаною-ЗП,МП,Л	200/5	3,40	3,30	14,20	173,40	250/10	4,25	4,13	17,75	216,75
Суп картопляний-Л,МП	100	2,32	2,21	23,46	115,59	120	2,78	2,65	28,15	138,71
Суп овсяний з курячого м'яса-Р,Я,Л,МП,Г	55	7,72	4,81	6,03	85,65	80	11,23	7,00	8,77	124,58
Суп овсяний зі свіжого буряка зі сметаною-Л,МП	60/10	1,34	2,04	7,66	46,54	80/15	1,79	2,72	10,21	62,05
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот з сухофруктів	150	0,35	0,00	15,75	58,58	180	0,41	0,00	18,90	70,29
Чай з лимоном	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Всього за обід		19,93	14,04	92,00	601,26		25,57	18,28	112,88	753,08
Вечеря										
Хліб пшеничний з яблуком-ЗП,МП,Л,Я	160	4,50	4,90	38,37	213,23	185	5,20	5,66	44,36	246,55
Суп молочний-Л,МП	10	0,20	0,46	1,38	10,12	20	0,40	0,92	2,75	20,23
Суп овсяний зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
Хліб цільнозерновий-МП,Л	100	2,97	2,47	3,46	58,41	125	3,71	3,09	4,33	73,01
Всього за вечерю		8,72	10,14	49,19	322,87		10,71	12,75	59,41	394,60
Всього		48,99	34,00	200,34	1292,67		62,28	43,63	244,88	1607,36

Понеділок 4 тиждень

айменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
сніданок										
аша вівсяна в'язка-ЗП,Л,МП,Г	100	2,68	3,23	15,40	99,51	120	3,22	3,88	18,48	119,41
ечня-Я	48	9,72	12,36	2,52	148,56	48	9,72	12,36	2,52	148,56
алат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
ир твердий-Л,МП	10	2,40	3,80	10,34	38,00	15	3,60	5,70	15,51	57,00
ай	150	0,00	0,00	8,31	31,58	180	0,00	0,00	9,97	37,89
сього за сніданок		15,85	21,70	42,55	358,75		17,94	25,02	54,45	417,67
обід										
уп гороховий-МП,Л	200	4,60	1,90	21,32	132,54	250	5,75	2,38	26,65	165,68
еченя по-домашньому з м'яса свинини-Л,МП	100/45	13,05	13,22	32,12	222,85	120/60	16,20	6,42	39,87	276,64
алат зі свіжої капусти	60	0,92	3,65	5,38	55,37	80	1,23	4,86	7,17	73,82
ліб цільозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
омпот з сухофруктів	150	0,35	0,00	15,75	58,58	180	0,41	0,00	18,90	70,29
блуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
сього за обід		23,05	20,38	92,85	559,15		27,80	15,34	112,87	684,89
вечеря										
олубці ліниві з курячим м'ясом-ЗП,МП,Л	160	17,57	7,14	32,69	254,18	120	13,18	5,35	24,52	190,63
алат зі свіжих огірків	60	0,47	5,33	2,06	57,32	80	0,63	7,11	2,75	76,42
ліб цільозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
олоко кип'ячене-Л,МП	150	4,23	3,75	7,10	78,00	180	5,08	4,50	8,51	93,60
пельсин	60	0,54	0,12	4,86	25,80	80	0,72	0,16	6,48	34,40
сього за вечерю		26,71	17,72	59,01	479,20		23,51	18,50	54,56	458,95
сього		65,61	59,80	194,41	1397,10		69,25	58,86	221,88	1561,51

Вівторок 4 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Пюре картопляне-Л,МП	100	2,32	2,21	23,46	115,59	120	2,78	2,65	28,15	138,71
Риба тушкована з овочами-Р	40/15	5,89	3,81	3,65	94,85	60/25	9,10	5,88	5,59	146,59
Салат з свіжої капусти та огірків	60	1,56	1,32	5,40	35,39	80	2,08	1,76	7,20	47,18
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Какао з молоком-МП,Л	150	5,15	4,40	8,34	92,27	200	6,86	5,86	11,12	123,02
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за сніданок		19,05	13,35	59,14	427,92		25,02	17,83	72,34	553,96
Обід										
Суп картопляний з грінками з цільнозернового хліба-ЗП,Л,МП,Г	200/30	2,40	3,80	16,80	203,00	250/30	3,00	4,75	21,00	253,75
Каша гречана розсипчаста-Л,МП,ЗП	100	3,22	4,46	27,40	116,82	120	3,86	5,35	32,88	140,18
Тюфтеля з курячого м'яса-Г,Л,МП,Я	53	8,59	8,91	13,91	150,14	78	12,64	13,11	20,48	220,96
Салат зі свіжого буряка зі сметаною-Л,МП	60/15	1,57	2,38	8,93	54,29	80/25	2,13	3,23	12,12	73,68
Кисіль з сухофруктів	150	0,30	0,00	72,59	96,26	180	0,36	0,00	87,10	115,51
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Всього за обід		16,98	19,85	152,23	678,11		23,19	26,84	190,38	880,88
Вечеря										
Сирники з кисломолочного сиру-Л,МП,Я,Г	125	18,03	14,36	29,30	288,33	155	22,31	17,81	33,93	357,52
Соус молочний-Л,МП	10	0,20	0,46	1,38	10,12	20	0,40	0,92	2,75	20,23
Салат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
Сік фруктовий	120	0,60	0,00	13,99	56,40	180	0,90	0,00	20,99	84,60
Всього за вечерю		19,88	17,13	50,65	395,96		25,01	21,81	65,64	517,16
Всього		55,91	50,33	262,02	1501,99		73,22	66,48	328,36	1952,00

Середа 4 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Плов з булгура та куркою-Г,ЗП,Л,МП	110/45	17,15	11,13	52,74	250,55	130/60	19,72	12,69	69,11	325,82
Свіжий огірок	60	0,22	0,03	0,89	3,80	80	0,29	0,04	1,19	5,06
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Кефір-МП,Л	100	2,97	2,47	3,46	58,41	125	3,71	3,09	4,33	73,01
Всього за сніданок		24,24	15,01	69,39	376,66		27,62	17,20	86,93	467,79
Обід										
Борщ буряковий зі сметаною-Л,МП	200/15	2,11	4,26	13,57	98,42	250/25	2,72	5,70	17,04	127,00
Каша ячна в'язка-ЗП,Л,МП	100	2,14	2,46	18,70	87,88	120	2,57	2,95	22,44	105,46
Гуляш з м'яса свинини-Г	65	14,81	14,84	9,24	176,18	80	18,22	18,26	11,38	216,83
Салат зі свіжої капусти	60	0,92	3,65	5,38	55,37	80	1,23	4,86	7,17	73,82
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Компот із свіжих фруктів(яблуко)	150	0,29	0,29	15,02	61,05	180	0,34	0,34	18,02	73,26
Всього за обід		25,07	27,18	86,81	600,40		30,18	33,89	105,15	737,07
Вечеря										
Макарони з твердим сиром-Г,Л,МП,ЗП	100/10	6,17	4,84	26,07	174,32	120/15	7,57	5,94	32,00	213,93
Омлет драчена	60	6,78	7,79	2,80	108,03	60	6,78	7,79	2,80	108,03
Салат зі свіжої моркви та яблука -Ф	60/60	3,84	5,52	15,00	130,80	80/80	5,12	7,36	20,00	174,40
Чай з молоком-Л,МП	150	2,70	2,48	9,59	70,23	200	3,60	3,30	12,78	93,64
Всього за вечерю		19,49	20,63	53,46	483,38		23,07	24,39	67,58	590,00
Всього		68,80	62,82	209,66	1460,44		80,87	75,48	259,66	1794,86

Четвер 4 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Каша вівсяна в'язка-ЗП,Л,МП,Г	100	2,68	3,23	15,40	99,51	120	3,22	3,88	18,48	119,41
Пудинг яблучно-сирний -Л,МП,Я,ЗП,Г	50/100	10,84	9,94	22,11	276,16	55/125	12,68	11,62	25,86	323,11
Соус молочний-Л,МП	10	0,20	0,46	1,38	10,12	20	0,40	0,92	2,75	20,23
Салат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
Сік фруктовий	120	0,60	0,00	13,99	56,40	180	0,90	0,00	20,99	84,60
Всього за сніданок		15,37	15,94	58,86	483,30		18,60	19,50	76,05	602,16
Обід										
Суп болгарський зі сметаною-Я,МП,Л,ЗП,Г	200/15	2,51	4,98	14,93	113,76	250/25	3,22	6,60	18,74	146,17
Картопля відварена з маслом-Л,МП	100	1,99	2,35	16,02	96,33	120	2,39	2,82	19,22	115,60
Оладки курячі-Г,Л,МП,Я	70	10,63	14,09	12,41	178,60	93	14,13	18,72	16,49	237,28
Салат зі свіжих огірків	60	0,47	5,33	2,06	57,32	80	0,63	7,11	2,75	76,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот з сухофруктів	150	0,35	0,00	15,75	58,58	180	0,41	0,00	18,90	70,29
Апельсин	60	0,54	0,12	4,86	25,80	80	0,72	0,16	6,48	34,40
Всього за обід		20,39	28,25	78,33	594,29		25,40	36,79	94,88	744,06
Вечеря										
Бігос з гречкою та куркою -ЗП	110/45	13,06	22,29	67,22	278,69	130/60	18,62	27,67	83,45	345,96
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	80	2,16	2,88	11,79	71,42
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Молоко кип'ячене-Л,МП	150	4,23	3,75	7,10	78,00	200	5,64	5,00	9,46	104,00
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
Всього за вечерю		23,04	29,81	101,45	500,08		30,62	37,23	124,98	619,84
Всього		58,80	74,00	238,64	1577,67		74,62	93,52	295,91	1966,06

П'ятниця 4 тиждень

Найменування продуктів	Від 2 до 4 років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність	Від 4 до 6(7) років	Білки	Жири	Вуглеводи	Енергетична цінність
Сніданок										
Ризотто з твердим сиром-ЗП,Л,МП	130/10	5,04	6,86	19,88	162,40	145/15	5,76	7,84	22,72	185,60
Салат зі свіжої моркви та яблука -Ф	60/60	0,72	3,36	15,36	66,00	80/80	0,96	4,48	20,48	88,00
Какао з молоком-МП,Л	150	5,15	4,40	8,34	92,27	200	6,86	5,86	11,12	123,02
Всього за сніданок		10,91	14,62	43,58	320,67		13,58	18,18	54,32	396,62
Обід										
Борщ полтавський з галушками-Г,Я,МП,Л	200/15	3,71	6,18	21,93	155,64	250/25	4,71	8,10	27,49	197,89
Каша пшоняна в'язка-ЗП,Л,МП	100	2,87	3,35	16,49	108,41	120	3,44	4,02	19,79	130,09
Азу з курячого м'яса-Г	45/15	4,66	2,74	11,26	132,50	60/25	6,60	3,88	15,95	187,71
Салат зі свіжої капусти	60	0,92	3,65	5,38	55,37	80	1,23	4,86	7,17	73,82
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Компот із свіжих фруктів(яблуко)	150	0,29	0,29	15,02	61,05	180	0,34	0,34	18,02	73,26
Всього за обід		16,35	17,59	82,38	576,87		20,22	22,58	100,72	726,67
Вечеря										
Пюре з гороху-Б,Л,МП	100	8,27	2,56	19,52	133,76	200	16,54	5,12	39,04	267,52
Хлібець рибний-Р,Г,МП,Л,Я	55	8,77	4,30	5,78	91,70	75	11,96	5,87	7,88	125,04
Свіжий огірок	60	0,22	0,03	0,89	3,80	80	0,29	0,04	1,19	5,06
Хліб цільнозерновий-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
Кефір-МП,Л	100	2,97	2,47	3,46	58,41	125	3,71	3,09	4,33	73,01
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
Всього за вечерю		25,03	11,04	54,55	409,17		37,60	15,90	81,54	611,33
Всього		52,29	43,25	180,51	1306,71		71,40	56,66	236,58	1734,62