

ПОГОДЖЕНО  
Начальник Сумського районного  
управління Головного управління  
Держпродспоживслужби  
в Сумській області

Олександр СКВАРЧА  
2025 рік

ЗАТВЕРДЖУЮ

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

Наталія КРИВОРОТЕНКО  
2025 рік

### **ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ**

**на весняний період 2025 року**

**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
<b>Сніданок</b>										
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	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
Сік фруктовий	120	0,60	0,00	13,99	56,40	180	0,90	0,00	20,99	84,60
<b>Всього за сніданок</b>		<b>12,15</b>	<b>12,56</b>	<b>60,95</b>	<b>417,58</b>		<b>14,09</b>	<b>14,41</b>	<b>75,79</b>	<b>500,23</b>
<b>Обід</b>										
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
Котлета з м'яса свинини-Я,Г,Л,МП	55	11,24	12,24	6,94	163,92	75	15,33	16,69	9,47	223,53
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
<b>Всього за обід</b>		<b>20,91</b>	<b>22,84</b>	<b>74,67</b>	<b>546,61</b>		<b>26,43</b>	<b>29,79</b>	<b>90,43</b>	<b>685,15</b>
<b>Вечеря</b>										
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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>21,62</b>	<b>15,00</b>	<b>61,93</b>	<b>423,03</b>		<b>27,67</b>	<b>19,02</b>	<b>76,68</b>	<b>529,37</b>
<b>Всього</b>		<b>54,68</b>	<b>50,40</b>	<b>197,56</b>	<b>1387,22</b>		<b>68,19</b>	<b>63,21</b>	<b>242,90</b>	<b>1714,75</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
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	45/15	7,68	5,86	6,52	109,26	60/25	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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>19,95</b>	<b>19,10</b>	<b>58,69</b>	<b>423,35</b>		<b>25,52</b>	<b>24,90</b>	<b>71,04</b>	<b>521,70</b>
<b>Обід</b>										
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
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	60	1,62	2,16	8,84	53,57
Грінки з цільнозернового хліба-Г,ЗП	30	3,90	1,38	12,30	63,90	30	3,90	1,38	12,30	63,90
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
<b>Всього за обід</b>		<b>31,00</b>	<b>22,73</b>	<b>121,52</b>	<b>701,53</b>		<b>39,06</b>	<b>29,63</b>	<b>149,53</b>	<b>868,54</b>
<b>Вечеря</b>										
Зрази картопляні-Я,МП,Л	100	2,46	3,49	8,54	124,55	120	3,29	4,36	13,18	185,68
Соус сметанно-томатний-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	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	73,00
<b>Всього за вечерю</b>		<b>6,31</b>	<b>9,50</b>	<b>27,75</b>	<b>263,39</b>		<b>8,17</b>	<b>12,29</b>	<b>39,25</b>	<b>365,54</b>
<b>Всього</b>		<b>57,27</b>	<b>51,33</b>	<b>207,96</b>	<b>1388,26</b>		<b>72,75</b>	<b>66,82</b>	<b>259,82</b>	<b>1755,78</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
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 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
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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>13,09</b>	<b>13,93</b>	<b>61,34</b>	<b>534,01</b>		<b>18,15</b>	<b>19,83</b>	<b>75,77</b>	<b>663,01</b>
<b>Обід</b>										
Суп-харчо зі сметаною-Л,МП,ЗП	200/5	1,80	3,72	12,74	123,68	250/9	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
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 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
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
<b>Всього за обід</b>		<b>26,88</b>	<b>24,68</b>	<b>84,01</b>	<b>634,58</b>		<b>32,91</b>	<b>31,65</b>	<b>101,44</b>	<b>783,54</b>
<b>Вечеря</b>										
Биточок гречаний-Л,МП,Г,ЗП,Я	150	3,62	2,90	33,00	144,69	170	4,34	2,48	36,96	173,63
Соус овочевий червоний-ЗП,Г	15	0,23	0,48	1,43	11,00	25	0,38	0,80	2,38	18,33
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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>8,44</b>	<b>8,01</b>	<b>46,73</b>	<b>267,66</b>		<b>10,59</b>	<b>9,25</b>	<b>55,45</b>	<b>336,39</b>
<b>Всього</b>		<b>48,40</b>	<b>46,62</b>	<b>192,08</b>	<b>1436,25</b>		<b>61,65</b>	<b>60,72</b>	<b>232,66</b>	<b>1782,94</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
Макарони з твердим сиром-Г,Л,МП,ЗП	120/10	6,17	4,84	26,07	174,32	150/15	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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>11,72</b>	<b>10,68</b>	<b>47,16</b>	<b>354,82</b>		<b>13,77</b>	<b>12,55</b>	<b>62,07</b>	<b>436,33</b>
<b>Обід</b>										
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 свинини-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	60/10	1,46	2,21	8,29	50,41	80/15	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
<b>Всього за обід</b>		<b>23,07</b>	<b>16,07</b>	<b>95,19</b>	<b>573,57</b>		<b>27,76</b>	<b>19,81</b>	<b>113,23</b>	<b>701,14</b>
<b>Вечеря</b>										
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
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
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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>18,75</b>	<b>13,96</b>	<b>85,86</b>	<b>507,82</b>		<b>24,00</b>	<b>18,04</b>	<b>108,75</b>	<b>651,71</b>
<b>Всього</b>		<b>53,54</b>	<b>40,71</b>	<b>228,21</b>	<b>1436,20</b>		<b>65,52</b>	<b>50,40</b>	<b>284,06</b>	<b>1789,18</b>

## Вівторок 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
<b>Сніданок</b>										
Рис "Паелья" з м'ясом курки-ЗП	120/45	9,56	7,32	30,41	225,72	140/60	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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>18,05</b>	<b>13,33</b>	<b>55,01</b>	<b>401,60</b>		<b>21,63</b>	<b>16,44</b>	<b>66,17</b>	<b>488,55</b>
<b>Обід</b>										
Борщ український зі сметаною-Л,МП	200/5	2,70	2,34	12,52	82,40	250/8	3,38	2,93	15,65	103,00
Пюре картопляне-Л,МП	100	2,32	2,21	23,46	115,59	120	2,78	2,65	28,15	138,71
Рибні стіки-Р,Я,Г	45	6,93	1,17	9,52	72,09	70	10,78	1,82	14,81	112,14
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
<b>Всього за обід</b>		<b>17,60</b>	<b>11,15</b>	<b>83,05</b>	<b>476,20</b>		<b>23,14</b>	<b>14,15</b>	<b>102,58</b>	<b>599,23</b>
<b>Вечеря</b>										
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	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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>16,06</b>	<b>15,03</b>	<b>55,68</b>	<b>492,61</b>		<b>20,49</b>	<b>19,59</b>	<b>72,00</b>	<b>633,68</b>
<b>Всього</b>		<b>51,70</b>	<b>39,51</b>	<b>193,74</b>	<b>1370,41</b>		<b>65,26</b>	<b>50,18</b>	<b>240,74</b>	<b>1721,46</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
Каша гречана розсипчаста-Л,МП,ЗП	110	3,54	4,91	30,14	128,50	130	4,19	5,80	35,62	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 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
Апельсин	60	0,54	0,12	4,86	25,80	80	0,72	0,16	6,48	34,40
<b>Всього за сніданок</b>		<b>22,10</b>	<b>15,83</b>	<b>69,26</b>	<b>420,38</b>		<b>28,31</b>	<b>20,12</b>	<b>84,52</b>	<b>525,83</b>
<b>Обід</b>										
Суп овочевий зі сметаною-Л,МП	200/5	3,00	4,26	17,00	111,76	250/9	3,75	5,33	21,25	139,70
Макарони відварні-Г,Л,МП	110	3,72	3,58	24,61	147,72	130	4,39	4,24	29,08	174,58
Січеники з м'яса свинини-Я,Г,Л,МП	65	11,28	11,92	14,40	205,76	80	13,89	14,67	17,72	253,25
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
Кисіль яблучний	150	0,11	0,09	12,90	63,51	180	0,13	0,11	15,48	76,21
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
<b>Всього за обід</b>		<b>24,53</b>	<b>23,69</b>	<b>102,65</b>	<b>703,82</b>		<b>29,42</b>	<b>29,01</b>	<b>124,42</b>	<b>855,86</b>
<b>Вечеря</b>										
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
Омлет-Я,Г,Л,МП	50	0,20	0,46	1,38	10,12	50	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
Молоко кип'ячене-Л,МП	150	4,23	3,75	7,10	78,00	200	5,64	5,00	9,46	104,00
<b>Всього за вечерю</b>		<b>8,16</b>	<b>9,75</b>	<b>29,86</b>	<b>228,74</b>		<b>10,66</b>	<b>12,88</b>	<b>38,66</b>	<b>298,45</b>
<b>Всього</b>		<b>54,79</b>	<b>49,27</b>	<b>201,76</b>	<b>1352,94</b>		<b>68,39</b>	<b>62,00</b>	<b>247,61</b>	<b>1680,14</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
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 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
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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>12,29</b>	<b>15,19</b>	<b>54,13</b>	<b>516,59</b>		<b>17,09</b>	<b>21,52</b>	<b>66,15</b>	<b>639,78</b>
<b>Обід</b>										
Суп польовий зі сметаною-ЗП,МП,Л	200/5	2,22	3,48	14,62	97,88	250/9	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	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	200	0,38	0,38	20,02	81,40
Апельсин	60	0,54	0,12	4,86	25,80	80	0,72	0,16	6,48	34,40
<b>Всього за обід</b>		<b>25,07</b>	<b>14,18</b>	<b>90,40</b>	<b>587,80</b>		<b>31,32</b>	<b>18,02</b>	<b>103,62</b>	<b>744,69</b>
<b>Вечеря</b>										
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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>19,82</b>	<b>13,86</b>	<b>56,26</b>	<b>361,25</b>		<b>25,00</b>	<b>17,77</b>	<b>75,05</b>	<b>474,48</b>
<b>Всього</b>		<b>57,18</b>	<b>43,23</b>	<b>200,80</b>	<b>1465,64</b>		<b>73,40</b>	<b>57,30</b>	<b>244,82</b>	<b>1858,95</b>



## 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
<b>Сніданок</b>										
Каша "Янтарна"(із пшона з яблуками та родзинками)-ЗП,Л,МП	120/20/15	7,68	7,98	36,99	251,29	150/25/20	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
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	80	1,20	0,40	16,80	76,80
<b>Всього за сніданок</b>		<b>14,78</b>	<b>14,99</b>	<b>63,91</b>	<b>442,26</b>		<b>18,79</b>	<b>19,03</b>	<b>80,83</b>	<b>559,90</b>
<b>Обід</b>										
Борщ буряковий зі сметаною-Л,МП	200/5	1,82	2,76	13,26	82,54	250/9	2,28	3,45	16,58	103,18
Бігос с гречкою та куркою-ЗП,Л,МП	120/45	13,06	22,29	67,22	278,69	150/60	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
Яблуко свіже	60	0,23	0,23	5,99	25,92	80	0,30	0,30	7,98	34,56
<b>Всього за обід</b>		<b>20,28</b>	<b>30,31</b>	<b>119,89</b>	<b>564,99</b>		<b>26,75</b>	<b>37,67</b>	<b>146,38</b>	<b>691,71</b>
<b>Вечеря</b>										
Фіш боли з риби та рису-Р,Я,ЗП,Г	120/40	7,81	3,48	17,21	188,13	160/60	13,74	4,64	22,94	255,65
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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>16,30</b>	<b>9,49</b>	<b>41,81</b>	<b>364,01</b>		<b>23,51</b>	<b>11,99</b>	<b>51,36</b>	<b>463,99</b>
<b>Всього</b>		<b>51,35</b>	<b>54,78</b>	<b>225,61</b>	<b>1371,26</b>		<b>69,05</b>	<b>68,69</b>	<b>278,57</b>	<b>1715,60</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
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	120	0,60	0,00	13,99	56,40	180	0,90	0,00	20,99	84,60
<b>Всього за сніданок</b>		<b>13,40</b>	<b>18,11</b>	<b>66,35</b>	<b>382,17</b>		<b>16,09</b>	<b>21,84</b>	<b>86,97</b>	<b>476,03</b>
<b>Обід</b>										
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
Шніцель з м'яса свинини-Г	55	6,44	11,15	12,87	172,93	80	9,36	16,22	18,72	251,54
Салат зі свіжого буряка зі сметаною-Л,МП	60/10	1,46	2,21	8,29	50,41	80/15	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
<b>Всього за обід</b>		<b>16,85</b>	<b>18,99</b>	<b>91,33</b>	<b>609,94</b>		<b>21,66</b>	<b>25,98</b>	<b>115,14</b>	<b>790,35</b>
<b>Вечеря</b>										
Пюре з гороху-Б,Л,МП	100	8,27	2,56	19,52	133,76	120	9,92	3,07	23,42	160,51
Битки курячі-Г,Л,МП	55	5,21	5,34	8,88	82,58	80	7,58	7,76	12,92	120,12
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
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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>22,76</b>	<b>16,91</b>	<b>59,16</b>	<b>439,53</b>		<b>28,58</b>	<b>22,38</b>	<b>73,26</b>	<b>556,92</b>
<b>Всього</b>		<b>53,01</b>	<b>54,01</b>	<b>216,84</b>	<b>1431,63</b>		<b>66,34</b>	<b>70,20</b>	<b>275,36</b>	<b>1823,30</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>19,28</b>	<b>12,42</b>	<b>58,76</b>	<b>422,95</b>		<b>24,89</b>	<b>15,82</b>	<b>71,27</b>	<b>532,67</b>
<b>Обід</b>										
Борщ картопляний зі сметаною-Л,МП	200/5	5,30	5,60	12,20	127,00	250/8	6,63	7,00	15,25	158,75
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	45/15	6,90	2,62	10,31	91,67	60/25	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
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
<b>Всього за обід</b>		<b>20,78</b>	<b>16,72</b>	<b>77,29</b>	<b>530,72</b>		<b>26,12</b>	<b>21,13</b>	<b>94,49</b>	<b>661,13</b>
<b>Вечеря</b>										
Запikanка 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	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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>13,72</b>	<b>17,36</b>	<b>58,36</b>	<b>392,63</b>		<b>20,13</b>	<b>22,21</b>	<b>74,55</b>	<b>499,82</b>
<b>Всього</b>		<b>53,77</b>	<b>46,49</b>	<b>194,41</b>	<b>1346,30</b>		<b>71,14</b>	<b>59,17</b>	<b>240,31</b>	<b>1693,62</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
Макарони відварні-Г,Л,МП	100	3,38	3,26	22,37	134,29	120	4,06	3,91	26,84	161,15
Котлета куряча-Г,Я,МП,Л	60	8,47	10,36	9,17	164,40	80	11,30	13,81	12,22	219,20
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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>19,65</b>	<b>21,11</b>	<b>52,67</b>	<b>476,37</b>		<b>24,20</b>	<b>27,05</b>	<b>62,86</b>	<b>591,08</b>
<b>Обід</b>										
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	290,14	120/60	21,04	12,58	60,30	384,31
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
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
<b>Всього за обід</b>		<b>26,62</b>	<b>18,85</b>	<b>115,96</b>	<b>658,20</b>		<b>32,34</b>	<b>23,31</b>	<b>142,49</b>	<b>834,62</b>
<b>Вечеря</b>										
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
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
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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>12,04</b>	<b>15,16</b>	<b>51,30</b>	<b>321,88</b>		<b>15,81</b>	<b>19,97</b>	<b>66,87</b>	<b>418,72</b>
<b>Всього</b>		<b>58,30</b>	<b>55,12</b>	<b>219,93</b>	<b>1456,45</b>		<b>72,35</b>	<b>70,33</b>	<b>272,22</b>	<b>1844,43</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
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
Яблуко фаршироване кисломолочним сиром-Л,МП,Я	150	7,55	9,00	31,83	167,06	180	9,05	10,80	38,20	220,47
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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>11,55</b>	<b>14,02</b>	<b>72,37</b>	<b>361,23</b>		<b>14,14</b>	<b>17,08</b>	<b>91,46</b>	<b>474,12</b>
<b>Обід</b>										
Борщ буряковий зі сметаною-Л,МП	200/5	1,82	2,76	13,26	82,54	250/9	2,28	3,45	16,58	103,18
Пюре з гороху-Б,Л,МП	120	9,92	3,07	23,42	160,51	150	12,41	3,84	29,28	200,64
Паличка куряча-Г,Я	52	11,59	5,11	6,90	117,21	68	15,15	6,68	9,02	153,27
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
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
<b>Всього за обід</b>		<b>28,80</b>	<b>16,18</b>	<b>79,02</b>	<b>568,84</b>		<b>35,83</b>	<b>20,49</b>	<b>98,02</b>	<b>713,90</b>
<b>Вечеря</b>										
Каша булгур розсипчаста-Г,ЗП,Л,МП	120	5,41	1,79	33,76	164,76	140	6,31	2,09	39,38	192,22
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	80	1,20	0,40	16,80	76,80
<b>Всього за вечерю</b>		<b>21,77</b>	<b>11,21</b>	<b>79,80</b>	<b>508,54</b>		<b>26,96</b>	<b>14,24</b>	<b>96,79</b>	<b>631,61</b>
<b>Всього</b>		<b>62,11</b>	<b>41,41</b>	<b>231,18</b>	<b>1438,62</b>		<b>76,93</b>	<b>51,81</b>	<b>286,28</b>	<b>1819,63</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
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
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 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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>19,92</b>	<b>12,11</b>	<b>56,27</b>	<b>386,98</b>		<b>25,08</b>	<b>15,40</b>	<b>67,71</b>	<b>475,27</b>
<b>Обід</b>										
Суп болгарський зі сметаною-Я,МП,Л,ЗП,Г	200/5	3,40	3,30	14,20	173,40	250/8	4,25	4,13	17,75	216,75
Пюре картопляне-Л,МП	100	2,32	2,21	23,46	115,59	120	2,78	2,65	28,15	138,71
Тюфтеля рибна-Р,Я,Л,МП,Г	55	7,72	4,81	6,03	85,65	80	11,23	7,00	8,77	124,58
Салат зі свіжого буряка зі сметаною-Л,МП	60	1,34	2,04	7,66	46,54	80	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
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
<b>Всього за обід</b>		<b>19,93</b>	<b>14,04</b>	<b>91,99</b>	<b>601,25</b>		<b>25,57</b>	<b>18,28</b>	<b>112,88</b>	<b>753,08</b>
<b>Вечеря</b>										
Зрази рисові-ЗП,Г,Л,МП,Я	130	4,50	4,90	18,37	266,86	175	5,20	5,66	24,36	333,57
Соус овочевий червоний-ЗП,Г	15	0,23	0,48	1,43	11,00	25	0,38	0,80	2,38	18,33
Салат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>8,70</b>	<b>10,39</b>	<b>41,34</b>	<b>415,11</b>		<b>10,88</b>	<b>13,14</b>	<b>55,47</b>	<b>534,90</b>
<b>Всього</b>		<b>48,55</b>	<b>36,55</b>	<b>189,60</b>	<b>1403,34</b>		<b>61,53</b>	<b>46,82</b>	<b>236,06</b>	<b>1763,25</b>

## Понеділок 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
<b>Сніданок</b>										
Каша вівсяна в'язка-ЗП,Л,МП,Г	110	2,95	3,55	16,94	109,46	135	3,62	4,36	20,79	134,34
Ячня-Я	48	9,72	12,36	2,52	148,56	48	9,72	12,36	2,52	148,56
Салат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>16,12</b>	<b>22,02</b>	<b>44,09</b>	<b>368,70</b>		<b>18,34</b>	<b>25,50</b>	<b>56,76</b>	<b>432,60</b>
<b>Обід</b>										
Суп гороховий-МП,Л	200	4,60	1,90	21,32	132,54	250	5,75	2,38	26,65	165,68
Печеня 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
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
<b>Всього за обід</b>		<b>23,05</b>	<b>20,38</b>	<b>92,85</b>	<b>559,15</b>		<b>27,80</b>	<b>15,34</b>	<b>112,87</b>	<b>684,89</b>
<b>Вечеря</b>										
Голубці ліниві з курячим м'ясом-ЗП,МП,Л	160	17,57	7,14	32,69	254,18	200	21,96	8,92	40,86	317,72
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
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
<b>Всього за вечерю</b>		<b>28,22</b>	<b>14,73</b>	<b>73,53</b>	<b>507,24</b>		<b>34,86</b>	<b>18,58</b>	<b>91,21</b>	<b>633,84</b>
<b>Всього</b>		<b>67,38</b>	<b>57,13</b>	<b>210,47</b>	<b>1435,10</b>		<b>81,00</b>	<b>59,42</b>	<b>260,84</b>	<b>1751,33</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
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 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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>18,41</b>	<b>15,67</b>	<b>59,11</b>	<b>447,89</b>		<b>24,18</b>	<b>20,94</b>	<b>72,31</b>	<b>580,60</b>
<b>Обід</b>										
Суп картопляний-Л,МП	200	2,40	3,80	6,80	103,50	250	3,00	4,75	11,00	153,75
Каша гречана розсипчаста-Л,МП,ЗП	120	3,86	5,35	32,88	140,18	140	4,51	6,24	38,36	163,55
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	1,57	2,38	8,93	54,29	80/15	2,13	3,23	12,12	73,68
Грінки з цільнозернового хліба-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	180	0,13	0,11	15,48	76,21
Апельсин	60	0,54	0,12	4,86	25,80	80	0,72	0,16	6,48	34,40
<b>Всього за обід</b>		<b>18,96</b>	<b>16,81</b>	<b>90,01</b>	<b>576,27</b>		<b>23,35</b>	<b>20,90</b>	<b>111,21</b>	<b>736,06</b>
<b>Вечеря</b>										
Сирники з кисломолочного сиру-Л,МП,Я,Г	125	18,03	14,36	29,30	228,33	155	22,31	17,81	33,93	285,41
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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>19,88</b>	<b>17,13</b>	<b>50,64</b>	<b>335,95</b>		<b>25,01</b>	<b>21,81</b>	<b>65,64</b>	<b>445,05</b>
<b>Всього</b>		<b>57,24</b>	<b>49,61</b>	<b>199,77</b>	<b>1360,11</b>		<b>72,54</b>	<b>63,65</b>	<b>249,16</b>	<b>1761,71</b>



## 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
<b>Сніданок</b>										
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
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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>25,64</b>	<b>17,14</b>	<b>77,34</b>	<b>426,43</b>		<b>29,49</b>	<b>20,04</b>	<b>97,53</b>	<b>534,16</b>
<b>Обід</b>										
Їорщ буряковий зі сметаною-Л,МП	200/5	1,82	2,76	13,29	82,54	250/9	2,28	3,45	16,58	103,18
Каша ячна в'язка-ЗП,Л,МП	120	2,57	2,95	22,44	105,46	140	3,00	3,44	26,18	123,03
Ковбаски по львівські з м'яса свинини-Г,Я,Л,МП	55	15,45	12,05	12,51	284,66	75	21,25	16,43	17,06	351,88
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
Банан	60	0,90	0,30	12,60	57,60	80	1,20	0,40	16,80	76,80
<b>Всього за обід</b>		<b>25,85</b>	<b>23,38</b>	<b>93,53</b>	<b>710,57</b>		<b>33,20</b>	<b>30,31</b>	<b>114,11</b>	<b>865,88</b>
<b>Вечеря</b>										
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
Салат зі свіжої моркви	60	1,05	2,31	5,98	41,11	80	1,40	3,08	7,97	54,81
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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>10,15</b>	<b>9,85</b>	<b>47,62</b>	<b>311,58</b>		<b>12,87</b>	<b>12,62</b>	<b>60,73</b>	<b>396,94</b>
<b>Всього</b>		<b>61,64</b>	<b>50,37</b>	<b>218,50</b>	<b>1448,58</b>		<b>75,57</b>	<b>62,97</b>	<b>272,37</b>	<b>1796,97</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
Бігос с гречкою та куркою-ЗП,Л,МП	120/45	13,06	22,29	67,22	278,69	150/60	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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>23,04</b>	<b>29,81</b>	<b>101,45</b>	<b>500,08</b>		<b>30,62</b>	<b>37,23</b>	<b>124,99</b>	<b>619,84</b>
<b>Обід</b>										
Суп болгарський зі сметаною-Я,МП,Л,ЗП,Г	200/5	2,22	3,48	14,62	97,88	250/8	2,78	4,35	18,28	122,35
Картопля відварена з маслом-Л,МП	100	1,99	2,35	16,02	96,33	120	2,39	2,82	19,22	115,60
Тюфтеля з курячого м'яса-Г,Л,МП,Я	55	8,91	9,25	14,44	155,80	80	12,96	13,45	21,00	226,62
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
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
<b>Всього за обід</b>		<b>18,78</b>	<b>19,02</b>	<b>81,34</b>	<b>535,06</b>		<b>24,33</b>	<b>25,42</b>	<b>100,65</b>	<b>682,18</b>
<b>Вечеря</b>										
Пудинг яблучно-сирний-Л,МП,Я,ЗП,Г	150	10,84	9,94	22,11	276,16	180	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
<b>Всього за вечерю</b>		<b>12,69</b>	<b>12,71</b>	<b>43,45</b>	<b>383,78</b>		<b>15,38</b>	<b>15,62</b>	<b>57,57</b>	<b>482,75</b>
<b>Всього</b>		<b>54,51</b>	<b>61,54</b>	<b>226,24</b>	<b>1418,92</b>		<b>70,33</b>	<b>78,28</b>	<b>283,20</b>	<b>1784,78</b>

## 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
<b>Сніданок</b>										
Ризотто з твердим сиром-ЗП,Л,МП	140	5,04	6,86	19,88	162,40	160	5,76	7,84	22,72	185,60
Салат зі свіжої моркви та яблука	60/60	0,72	3,36	15,36	66,00	80/80	0,96	4,48	20,48	88,00
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
<b>Всього за сніданок</b>		<b>12,63</b>	<b>14,07</b>	<b>51,00</b>	<b>350,71</b>		<b>14,33</b>	<b>16,79</b>	<b>59,83</b>	<b>410,51</b>
<b>Обід</b>										
Борщ полтавський з галушками-Г,Я,МП,Л	200/5	3,42	4,68	21,62	139,76	250/8	4,27	5,85	27,03	174,07
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
Гуляш курячий-Г	60	7,68	5,86	6,52	169,26	85	10,88	8,30	9,23	239,79
Салат зі свіжої капусти	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 із свіжих фруктів(яблуко)	150	0,29	0,29	15,02	61,05	180	0,34	0,34	18,02	73,26
<b>Всього за обід</b>		<b>19,21</b>	<b>17,86</b>	<b>77,92</b>	<b>583,49</b>		<b>24,24</b>	<b>22,97</b>	<b>94,34</b>	<b>735,92</b>
<b>Вечеря</b>										
Пюре з гороху-Б,Л,МП	100	8,27	2,56	19,52	133,76	120	9,92	3,07	23,42	160,51
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
Салат зі свіжого буряка	60	1,62	2,16	8,84	53,57	80	2,16	2,88	11,79	71,42
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	80	1,20	0,40	16,80	76,80
<b>Всього за вечерю</b>		<b>24,71</b>	<b>13,72</b>	<b>55,08</b>	<b>428,89</b>		<b>32,10</b>	<b>18,08</b>	<b>71,01</b>	<b>556,79</b>
<b>Всього</b>		<b>56,54</b>	<b>45,65</b>	<b>184,00</b>	<b>1363,09</b>		<b>70,67</b>	<b>57,83</b>	<b>225,17</b>	<b>1703,22</b>