

	Найменування страв	1-й тиждень обіди														
		Вихід страв, г			Білки,г			Жири, г			Вуглеводи,г			Енерго-цінність, ккал		
		6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років
	Понеділок															
	Салат з капусти, огірків та кропу	50	50	50	0,7	0,7	0,7	1,6	1,6	1,6	2,4	2,4	2,4	24,5	24,5	24,5
зп, г	Борщ з картоплею	250	250	250	1,4	1,4	1,4	4,1	4,1	4,1	9,6	9,6	9,6	78,0	78,0	78,0
мп, л	Сметана	25	25	25	0,7	0,7	0,7	5,3	5,3	5,3	0,8	0,8	0,8	53,0	53,0	53,0
	Запечене філе курки з орегано	50	75	90	16,1	23,2	27,4	2,9	4,2	4,9	0,5	0,7	0,8	87,7	126,3	149,1
зп, г, мп, л	Каша пшенична розсипчаста	120	150	150	4,4	5,5	5,5	0,5	0,6	0,6	33,7	42,1	42,1	158,0	197,0	197,0
зп, г	Хліб житній	30	50	50	1,8	1,8	1,8	0,4	0,4	0,4	12,5	12,5	12,5	61,8	61,8	61,8
	Фрукти свіжі сезонні (банани)	100	100	100	1,5	1,5	1,5	0,1	0,1	0,1	21,8	21,8	21,8	89,0	89,0	89,0
	Всього				26,6	34,8	39,0	14,8	16,2	16,9	81,2	89,8	90,0	552,0	629,5	652,3
	Вівторок															
	Суп гороховий	250	250	250	7,0	6,9	6,9	6,3	6,2	6,2	23,3	22,7	22,7	177,5	173,6	173,6
зп, г	Грінки	30	30	30	2,8	2,8	2,8	1,2	1,2	1,2	10,2	10,2	10,2	62,7	62,7	62,7
р, я, зп, г, мп, л	Рибні стіки	70	105	140	12,1	18,2	24,2	2,6	3,9	5,2	13,5	20,2	26,9	128,0	192,0	256,0
	Соус "Кетчуп" Збірник Є. Клопотенко	25	25	25	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	1,7	1,7	1,7	50,3	50,3	50,3
	Овочеве соте	120	120	120	2,1	2,1	2,1	6,2	6,2	6,2	11,1	11,1	11,1	101,0	101,0	101,0
	Чай з мелісою	150	150	150												
зп, г	Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,8	2,8	2,8	1,2	1,2	1,2	10,2	10,2	10,2	62,7	62,7	62,7
	Фрукти свіжі сезонні (яблука або груші)	75	75	75	0,8	0,8	0,8	0,1	0,1	0,1	10,9	10,9	10,9	44,5	44,5	44,5
	Всього				27,8	33,8	39,8	17,5	18,7	20,0	80,9	86,9	93,7	626,6	686,8	750,8
	Середа															
я, мп, л	Салат з яйцем, сиром та куркумою	75	75	75	6,4	6,4	6,4	8,8	8,8	8,8	1,7	1,7	1,7	112,0	112,0	112,0
зп, г	Борщ український	250	250	250	2,6	2,6	2,6	2,6	2,6	2,6	17,7	17,7	17,7	101,9	101,9	101,9
мп, л	Сметана	25	25	25	0,7	0,7	0,7	5,3	5,3	5,3	0,8	0,8	0,8	53,0	53,0	53,0
	Печеня по-домашньому зі свининою	200	250	300	2,7	4,0	4,8	5,9	7,4	8,9	22,2	30,3	36,4	150,2	200,2	240,2
зп, г	Хліб житній	30	30	30	1,8	1,8	1,8	0,4	0,4	0,4	12,5	12,5	12,5	61,8	61,8	61,8
	Фрукти свіжі сезонні (апельсини або яблука)	75	75	75	0,8	0,8	0,8	0,1	0,1	0,1	10,9	10,9	10,9	44,5	44,5	44,5
	Всього				15,0	16,3	17,1	23,0	24,5	26,0	65,8	73,8	79,9	523,4	573,3	613,3
	Четвер															
	Салат з капусти білокачанної	50	50	50	0,9	0,9	0,9	1,5	1,5	1,5	2,8	2,8	2,8	26,7	26,7	26,7
	Суп квасолевий	250	250	250	7,0	7,0	7,0	6,3	6,2	6,2	23,3	22,7	22,7	177,5	173,6	173,6
	Болоньезе з яловичини	120	170	200	14,8	21,2	25,4	3,6	5,1	6,1	5,2	7,5	9,0	111,8	160,1	191,9
зп, мп, л	Каша рисова розсипчаста	120	150	150	2,5	3,0	3,8	2,2	2,6	3,3	25,6	30,7	38,4	134,0	160,8	201,0
зп, г	Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,8	2,8	2,8	1,2	1,2	1,2	10,2	10,2	10,2	62,7	62,7	62,7
	Фрукти свіжі сезонні (банани)	100	100	100	0,8	0,8	0,8	0,1	0,1	0,1	10,9	10,9	10,9	44,5	44,5	44,5
	Всього				28,8	35,6	40,6	14,8	16,7	18,4	78,0	84,8	94,0	557,2	628,5	700,5
	П'ятниця															
	Салат зі свіжих томатів	50	50	50	0,5	0,5	0,5	4,9	4,9	4,9	2,2	2,2	2,2	54,3	54,3	54,3
зп, г	Капусняк "Запорізький"	250	250	250	2,9	2,9	2,9	6,6	6,6	6,6	16,4	16,4	16,4	134,0	134,0	134,0
зп, г	Плов з булгура та свининою	150	200	250	14,7	21,1	25,2	23,5	33,5	40,1	29,0	41,5	49,7	391,5	559,7	670,1
	Сік фруктовий	200	200	200	0,8	0,8	0,8	0,0	0,0	0,0	20,6	20,6	20,6	84,0	84,0	84,0
зп, г	Хліб житній	30	30	30	1,8	1,8	1,8	0,4	0,4	0,4	12,5	12,5	12,5	61,8	61,8	61,8
	Фрукти свіжі сезонні (яблука або сливи)	75	75	75	0,8	0,8	0,8	0,1	0,1	0,1	10,9	10,9	10,9	44,5	44,5	44,5
	Всього				21,5	27,8	32,0	35,5	45,5	52,2	91,6	104,1	112,3	770,1	938,3	1048,7

		2-й тиждень обіди														
	Найменування страв	Вихід страв, г			Білки,г			Жири, г			Вуглеводи,г			Енерго-цінність, ккал		
		6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років
	Понеділок															
	Салат з томатів та огірків	75	75	75	0,7	0,7	0,7	2,9	2,9	2,9	3,5	3,5	3,5	41,5	41,5	41,5
	Суп овочевий	250	250	250	2,8	2,8	2,8	2,9	2,9	2,9	21,1	21,1	21,1	132,2	132,2	132,2
мп, л	Ліниві голубці з яловичиною	180	250	300	14,8	21,2	25,4	3,6	5,1	6,1	5,2	7,5	9,0	111,8	160,1	191,9
	Компот зі свіжих фруктів	150	150	150	0,6	0,6	0,6	0,3	0,3	0,3	12,1	12,1	12,1	52,0	52,0	52,0
	Хліб житній	30	30	30	1,8	1,8	1,8	0,4	0,4	0,4	12,5	12,5	12,5	61,8	61,8	61,8
	Фрукти свіжі сезонні (груші)	75	75	75	0,8	0,8	0,8	0,1	0,1	0,1	10,9	10,9	10,9	44,5	44,5	44,5
	Всього				21,5	27,9	32,1	10,1	11,7	12,7	65,3	67,6	69,1	443,9	492,2	523,9
	Вівторок															
	Салат з відвареного буряка з олією	75	75	75	1,5	1,5	1,5	2,8	2,8	2,8	10,0	10,0	10,0	66,7	66,7	66,7
зп, г, мп, л, я	Суп з галушками	250	250	250	18,1	18,1	14,5	13,7	13,7	10,9	59,1	59,1	47,3	433,5	433,5	346,8
зп, г	Гуляш з вареної яловичини	43/27	62/38	74/46	0,7	0,7	0,7	5,3	5,3	5,3	0,8	0,8	0,8	53,0	53,0	53,0
мп, л, зп	Каша гречана розсипчаста	120	150	150	6,0	7,6	7,6	3,7	4,6	4,6	30,4	38,0	38,0	180,2	225,2	225,2
зп, г	Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,8	2,8	2,8	1,2	1,2	1,2	10,2	10,2	10,2	62,7	62,7	62,7
	Фрукти свіжі сезонні (банани)	100	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	10,4	10,4	10,4	45,0	45,0	45,0
	Всього				29,5	31,0	27,4	27,0	28,0	25,2	120,8	128,4	116,6	841,1	886,1	799,4
	Середа															
я	Салат з овочів та яєць	75	75	75	2,0	2,0	2,0	3,4	3,4	3,4	3,1	3,1	3,1	84,8	84,8	84,8
	Капусняк "Запорізький"	250	250	250	2,9	2,9	2,9	6,6	6,6	6,6	16,4	16,4	16,4	134,0	134,0	134,0
зп, г, мп, л, я	Рибні стіки	70	105	140	12,1	18,2	24,2	2,6	3,9	5,2	13,5	20,2	26,9	128,0	192,0	256,0
	Соус "Кетчуп"	25	25	25	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	1,7	1,7	1,7	50,3	50,3	50,3
мп, л	Картопля відварена з маслом вершковим	120	150	150	2,5	3,1	3,1	2,7	3,3	3,3	21,1	26,3	26,3	118,0	147,0	147,0
зп, г	Хліб житній	30	30	30	1,8	1,8	1,8	0,4	0,4	0,4	12,5	12,5	12,5	61,8	61,8	61,8
	Фрукти свіжі сезонні (апельсини або сливи)	100	100	100	0,9	0,9	0,9	0,2	0,2	0,2	9,5	9,5	9,5	40,0	40,0	40,0
	Всього				22,5	29,1	35,2	15,9	17,8	19,1	77,7	89,7	96,4	616,9	709,9	773,9
	Четвер															
г	Салат з моркви, яблука та соусом "Вінегрет"	75	75	75	0,9	0,9	0,9	3,6	3,6	3,6	9,2	9,2	9,2	69,0	69,0	69,0
зп, г	Борщ по-бахмацьки	250	250	250	4,1	4,1	4,1	5,4	5,4	5,4	23,2	23,2	23,2	151,8	151,8	151,8
мп, л	Сметана	25	25	25	0,7	0,7	0,7	5,3	5,3	5,3	0,8	0,8	0,8	53,0	53,0	53,0
	Курка запечена в соусі "Імбирному"	60	85	100	12,2	17,4	20,7	9,8	14,0	16,6	2,7	3,9	4,6	148,7	211,7	252,0
зп, г, мп, л	Каша пшенична розсипчаста	120	150	150	4,4	5,5	5,5	0,5	0,6	0,6	33,7	42,1	42,1	158,0	197,0	197,0
	Хліб житній	30	30	30	1,8	1,8	1,8	0,4	0,4	0,4	12,5	12,5	12,5	61,8	61,8	61,8
	Фрукти свіжі сезонні (сливи або яблука)	75	75	75	0,8	0,8	0,8	0,1	0,1	0,1	10,9	10,9	10,9	44,5	44,5	44,5
	Всього				24,8	31,0	34,4	25,0	29,2	31,9	93,0	102,6	103,3	686,8	788,8	829,1
	П'ятниця															
	Помідор свіжий/ Огірок свіжий	50	50	50	0,6	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	2,3	2,3	2,3	11,5	11,5	11,5
	Суп Міністроне	250	250	250	2,2	2,2	2,2	4,7	4,7	4,7	17,9	17,9	17,9	120,5	120,5	120,5
мп, л, зп, г	Кебаб з сиром твердим	65	75	100	17,0	24,3	29,2	6,0	8,6	10,4	0,7	0,9	1,1	125,8	179,7	215,7
зп, г, мп, л	Каша ячна розсипчаста	120	150	150	4,4	5,5	5,5	0,5	0,6	0,6	33,7	42,1	42,1	158,0	197,0	197,0
	Сік фруктовий	200	200	200	0,8	0,8	0,8	0,0	0,0	0,0	20,6	20,6	20,6	84,0	84,0	84,0
зп, г	Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,8	2,8	2,8	1,2	1,2	1,2	10,2	10,2	10,2	62,7	62,7	62,7
	Фрукти свіжі сезонні (банани)	100	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	10,4	10,4	10,4	45,0	45,0	45,0
	Всього				28,2	36,6	41,4	12,9	15,7	17,4	95,7	104,4	104,6	607,5	700,5	736,4

	Найменування страв	3-й тиждень обіди														
		Вихід страв, г			Білки,г			Жири, г			Вуглеводи,г			Енерго-цінність, ккал		
		6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років
	Понеділок															
	Салат з квашених (свіжих) огірків та свіжої капусти	50	50	50	1,8	1,8	1,8	3,1	3,1	3,1	5,6	5,6	5,6	54,0	54,0	54,0
	Суп квасолевий	250	250	250	5,4	5,4	5,4	3,8	3,8	3,8	17,4	17,4	17,4	141,2	141,2	141,2
зп, г, мп,л, я	Курячі нагетси	85	125	150	16,8	23,9	28,6	5,5	7,8	9,4	18,4	26,1	31,4	191,7	272,4	326,8
	Соус "Кетчуп"	25	25	25	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	1,7	1,7	1,7	50,3	50,3	50,3
зп, мп,л	Гречана каша розсипчаста	120	150	150	6,0	7,6	7,6	3,7	4,6	4,6	30,4	38,0	38,0	180,2	225,2	225,2
зп, г	Хліб житній	30	30	30	1,8	1,8	1,8	0,4	0,4	0,4	12,5	12,5	12,5	61,8	61,8	61,8
	Фрукти свіжі сезонні (яблука або груші)	100	100	100	0,9	0,9	0,9	0,2	0,2	0,2	9,5	9,5	9,5	40,0	40,0	40,0
	Всього				33,0	41,6	46,3	16,7	20,0	21,5	95,4	110,8	116,0	719,2	844,9	899,4
	Вівторок															
	Салат з огірків, петрушки та часником	50	50	50	1,8	1,8	1,8	2,7	2,7	2,7	3,8	3,8	3,8	41,3	41,3	41,3
зп,г	Розсольник з перловою крупю	250	250	250	2,3	2,3	2,3	4,0	4,0	4,0	18,1	18,1	18,1	116,5	116,5	116,5
мп,л, зп, г	Кебаб з сиром	60	80	100	17,0	24,3	29,2	6,0	8,6	10,4	0,7	0,9	1,1	125,8	179,7	215,7
	Соус "Кетчуп"	25	25	25	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	1,7	1,7	1,7	50,3	50,3	50,3
зп,г, мп,л	Каша пшенична	120	150	150	4,4	5,5	5,5	0,5	0,6	0,6	33,7	42,1	42,1	158,0	197,0	197,0
зп, г	Хліб цілнозерновий	30	50	50	2,8	2,8	2,8	1,2	1,2	1,2	10,2	10,2	10,2	62,7	62,7	62,7
	Фрукти свіжі сезонні (яблука або сливи)	75	75	75	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	10,4	10,4	10,4	45,0	45,0	45,0
	Всього				29,0	37,4	42,3	14,8	17,6	19,3	78,5	87,2	87,4	599,6	692,5	728,5
	Середа															
	Салат з помідорів та огірків	100	100	100	0,8	0,8	0,8	3,1	3,1	3,1	3,7	3,7	3,7	43,8	43,8	43,8
	Суп гороховий	250	250	250	7,0	6,9	6,9	6,3	6,2	6,2	23,3	22,7	22,7	177,5	173,6	173,6
зп,г	Грінки	30	30	30	2,8	2,8	2,8	1,2	1,2	1,2	10,2	10,2	10,2	62,7	62,7	62,7
	Печеня по-домашньому з курятиною	44/115	63/165	76/197	2,1	3,6	4,3	4,7	6,7	8,1	17,7	27,6	33,1	119,4	182,5	218,6
зп, г	Хліб житній	30	30	30	1,8	1,8	1,8	0,4	0,4	0,4	12,5	12,5	12,5	61,8	61,8	61,8
	Фрукти свіжі сезонні (груші)	75	75	75	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	10,4	10,4	10,4	45,0	45,0	45,0
	Всього				15,0	16,3	17,0	16,0	18,0	19,3	77,8	87,1	92,6	510,2	569,5	605,5
	Четвер															
	Овоче соте	75	75	75	2,1	2,1	2,1	6,2	6,2	6,2	11,1	11,1	11,1	101,0	101,0	101,0
	Суп овочевий	250	250	250	2,8	2,8	2,8	2,9	2,9	2,9	21,1	21,1	21,1	132,2	132,2	132,2
зп, г	Плов з булгура та свининою	150	200	250	14,7	21,1	25,2	23,5	33,5	40,1	29,0	41,5	49,7	391,5	559,7	670,1
	Сік фруктовий	200	200	200	0,8	0,8	0,8	0,0	0,0	0,0	20,6	20,6	20,6	84,0	84,0	84,0
зп,г	Хліб цілнозерновий	30	30	30	2,8	2,8	2,8	1,2	1,2	1,2	10,2	10,2	10,2	62,7	62,7	62,7
	Фрукти свіжі сезонні (апельсини або яблука)	75	75	75	0,40	0,40	0,40	0,40	0,40	0,40	10,40	10,40	10,40	45,00	45,00	45,00
	Всього				23,7	30,0	34,1	34,2	44,2	50,8	102,5	115,0	123,2	816,4	984,6	1094,9
	П'ятниця															
г	Салат з моркви, яблука та соусом "Вінегрет"	75	75	75	0,9	0,9	0,9	3,6	3,6	3,6	9,2	9,2	9,2	69,0	69,0	69,0
	Борщ з картоплею	250	250	250	1,4	1,4	1,4	4,1	4,1	4,1	9,6	9,6	9,6	78,0	78,0	78,0
мп, л	Сметана	25	25	25	0,7	0,7	0,7	5,3	5,3	5,3	0,8	0,8	0,8	53,0	53,0	53,0
мп,л, зп, г	Риба запечена з морквою та цибулею під соусом "Бешамель"	60	90	120	10,4	15,6	20,8	2,9	4,3	5,8	1,8	2,7	3,6	74,1	111,1	148,2
мп, л	Картопля відварена з маслом вершковим	120	150	150	2,5	3,1	3,1	2,7	3,3	3,3	21,1	26,3	26,3	118,0	147,0	147,0
зп, г	Хліб житній	30	30	30	1,8	1,8	1,8	0,4	0,4	0,4	12,5	12,5	12,5	61,8	61,8	61,8
	Фрукти свіжі сезонні (банани)	100	100	100	0,9	0,9	0,9	0,2	0,2	0,2	9,5	9,5	9,5	40,0	40,0	40,0
	Всього				18,6	24,4	29,6	19,0	21,1	22,6	64,4	70,6	71,5	493,9	559,9	597,0

		4 тиждень обіди														
Найменування страв		Вихід страви, г			Білки,г			Жири, г			Вуглеводи,г			Енерго-цінність, ккал		
		6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років	6-11 років	11-14 років	14-18 років
Понеділок																
	Овочі свіжі натуральні	75	75	75	1,1	1,1	1,1	0,2	0,2	0,2	4,6	4,6	4,6	23,0	23,0	23,0
зп, г	Борщ український	250	250	250	2,6	2,6	2,6	2,6	2,6	2,6	17,7	17,7	17,7	101,9	101,9	101,9
мп, л	Сметана	25	25	25	0,7	0,7	0,7	5,3	5,3	5,3	0,8	0,8	0,8	53,0	53,0	53,0
зп, г	Гуляш з вареної яловичини	43/27	62/38	74/46	0,7	0,7	0,7	5,3	5,3	5,3	0,8	0,8	0,8	53,0	53,0	53,0
зп, г, мп, л	Каша гречана розсипчаста	120	150	150	6,0	7,6	7,6	3,7	4,6	4,6	30,4	38,0	38,0	180,2	225,2	225,2
	Сік фруктовий	200	200	200	0,8	0,8	0,8	0,0	0,0	0,0	20,6	20,6	20,6	84,0	84,0	84,0
зп, г	Хліб житній	30	30	30	1,8	1,8	1,8	0,4	0,4	0,4	12,5	12,5	12,5	61,8	61,8	61,8
	Фрукти свіжі сезонні (груші або сливи)	100	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	10,4	10,4	10,4	45,0	45,0	45,0
	Всього				14,2	12,8	12,8	17,8	12,5	18,7	97,7	105,3	105,3	601,8	646,9	646,9
Вівторок																
	Салат з буряку з сухариками	75	75	75	2,9	2,9	2,9	4,3	4,3	4,3	12,2	12,2	12,2	94,5	94,5	94,5
зп, г, мп, л, я	Суп з галушками	250	250	250	18,1	18,1	14,5	13,7	13,7	10,9	59,1	59,1	47,3	433,5	433,5	346,8
зп, г	Куліш з курячим м'ясом	180	250	300	4,9	4,9	6,5	5,2	5,2	7,0	13,1	13,1	17,5	119,0	119,0	159,0
	Компот із свіжих (заморожених) ягід або фруктів	150	150	150	0,6	0,6	0,6	0,3	0,3	0,3	12,1	12,1	12,1	52,0	52,0	52,0
зп, г	Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,8	2,8	2,8	1,2	1,2	1,2	10,2	10,2	10,2	62,7	62,7	62,7
	Фрукти свіжі сезонні (яблука або сливи)	100	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	10,4	10,4	10,4	45,0	45,0	45,0
	Всього				29,6	37,9	43,3	24,9	6,4	24,0	117,0	117,0	109,6	806,7	806,7	760,0
Середа																
	Морква тушкована з солодким перцем	75	75	75	1,2	1,2	1,2	3,8	3,8	3,8	7,5	7,5	7,5	64,7	64,7	64,7
зп, г	Суп з крупою	250	250	250	3,9	3,9	3,9	2,4	2,4	2,4	31,6	31,6	31,6	163,1	163,1	163,1
зп, г	Бефстроганов з вареної яловичини	70	100	120	14,6	20,8	25,0	3,4	4,8	5,8	2,1	3,1	3,7	97,1	138,7	166,5
мп, л	Картопляне пюре	120	150	150	2,7	3,4	3,4	2,8	3,5	3,5	19,5	24,5	24,5	113,0	142,3	142,3
зп, г	Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,8	2,8	2,8	1,2	1,2	1,2	10,2	10,2	10,2	62,7	62,7	62,7
	Фрукти свіжі сезонні (банани)	100	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	10,4	10,4	10,4	45,0	45,0	45,0
	Всього				25,6	32,6	36,7	13,9	16,1	17,1	81,3	87,3	87,9	545,5	616,5	644,2
Четвер																
	Салат з огірків та кропу	75	75	75	1,1	1,1	1,1	2,4	2,4	2,4	3,4	3,4	3,4	36,4	36,4	36,4
зп, г	Борщ український	250	250	250	2,6	2,6	2,6	2,6	2,6	2,6	17,7	17,7	17,7	101,9	101,9	101,9
зп, г, мп, л	Котлети рибні	60	90	120	11,8	17,7	23,6	3,4	5,1	6,8	10,9	16,3	21,8	122,4	183,6	244,8
	Соус "Кетчуп"	25	25	25	0,3	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	1,7	1,7	1,7	50,3	50,3	50,3
мп, л	Пюре з бобових	120	150	150	13,5	16,9	16,9	2,9	3,6	3,6	30,5	38,1	38,1	202,3	252,8	252,8
зп, г	Хліб цільнозерновий	30	30	30	2,8	2,8	2,8	1,2	1,2	1,2	10,2	10,2	10,2	62,7	62,7	62,7
	Фрукти свіжі сезонні (банани)	100	100	100	0,8	0,8	0,8	0,1	0,1	0,1	10,9	10,9	10,9	44,5	44,5	44,5
	Всього				32,9	42,2	48,1	12,5	14,9	16,6	85,2	98,3	103,7	620,5	732,2	793,4
П'ятниця																
	Салат з яєць та зеленого горошку	50	50	50	4,0	4,0	4,0	3,1	3,1	3,1	4,2	4,2	4,2	63,1	63,1	63,1
мп, л, зп, г	Суп болгарський зі сметаною	200/5	250/6,3	5	2,1	2,6	3,1	3,2	4,0	4,8	11,7	14,6	17,5	83,0	103,7	124,5
зп, г	Болоньезе зі свинини	88	126	151	14,8	21,2	25,4	3,6	5,1	6,1	5,2	7,5	9,0	111,8	160,1	160,1
зп, мп, л	Гречана каша розсипчаста	120	150	150	6,3	7,9	7,9	3,8	4,8	4,8	31,7	39,6	39,6	187,5	234,3	234,3
зп, г	Хліб житній	30	30	30	1,8	1,8	1,8	0,4	0,4	0,4	12,5	12,5	12,5	61,8	61,8	61,8
	Фрукти свіжі сезонні (апельсини або яблука)	75	75	75	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	10,4	10,4	10,4	45,0	45,0	45,0
	Всього				29,4	37,9	42,6	14,5	17,8	19,6	75,7	88,8	93,2	552,2	668,1	688,8