

Середня 3 тиждень

| Найменування продуктів | Алергени | Хімічний склад | | | | | | | | | | № техн |
|--|------------|----------------------------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------|-------------------|---------------|-------------------|----------------|-------------------|--------|
| | | Часа нетто, вихід готової страви | | Білки | | Жири | | Вуглеводи | | Енергетична | | |
| | | Від 1-4 років | Від 4-6 (7) років | Від 1-4 років | Від 4-6 (7) років | Від 1-4 років | Від 4-6 (7) років | Від 1-4 років | Від 4-6 (7) років | Від 1-4 років | Від 4-6 (7) років | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Сніданок: | | | | | | | | | | | | |
| Омлет з твердим сиром | МПЛ, Я | 57 | 57 | 7,07 | 7,07 | 8,97 | 8,97 | 0,92 | 0,92 | 113,00 | 113,00 | 131 |
| Каша в'язка пшенична | МПЛ, ЗПГ | 80 | 100 | 2,17 | 2,70 | 1,89 | 1,89 | 13,42 | 16,71 | 77,20 | 96,13 | 132 |
| Какао | МПЛ | 150 | 200 | 5,44 | 7,25 | 4,63 | 6,16 | 8,76 | 11,67 | 97,00 | 129,30 | 4 |
| Салат з капусти, моркви та яблука | МПЛ | 60 | 80 | 2,02 | 2,70 | 2,23 | 3,06 | 4,42 | 5,91 | 43,58 | 59,17 | 58 |
| Хліб цільнозерновий з сиром твердим | МПЛ | 30/10 | 30/15 | 3,73 | 5,60 | 4,53 | 6,80 | 6,60 | 9,90 | 83,30 | 125,00 | 35 |
| Банан свіжий | | 60 | 80 | 0,90 | 1,20 | 0,10 | 0,10 | 13,10 | 17,40 | 53,00 | 71,00 | 16 |
| Всього за сніданок: | | | | 21,33 | 26,52 | 21,98 | 26,98 | 47,22 | 62,51 | 467,08 | 593,60 | |
| Обід: | | | | | | | | | | | | |
| Буряк тушкований з яблуком | МПЛ, Г | 60 | 80 | 0,98 | 1,33 | 1,69 | 2,26 | 7,28 | 10,53 | 45,22 | 64,12 | 6 |
| Суп гороховий з грінками | МПЛ, Г | 150/20 | 200/20 | 5,78 | 7 | 4,24 | 4,85 | 23,58 | 28,12 | 156,04 | 184,27 | 135 |
| Пудинг з курятини | МПЛ, Я, Г | 60 | 80 | 10,9 | 14,53 | 4,42 | 5,73 | 3,06 | 4,08 | 97,58 | 128,61 | 136 |
| Сік персиковий | | 120 | 180 | 0,12 | 0,18 | | | 19,08 | 28,62 | 81,6 | 122,4 | 26 |
| Хліб цільнозерновий | | 30 | 30 | 2,1 | 2,1 | 2,4 | 2,4 | 9,9 | 9,9 | 71 | 71 | 11 |
| Всього за обід: | | | | 19,88 | 25,14 | 12,75 | 15,24 | 62,9 | 81,25 | 451,44 | 570,4 | |
| Вечеря: | | | | | | | | | | | | |
| Морква тушкована з чорносливом | | 53 | 70 | 0,91 | 1,2 | 2,06 | 2,58 | 8,34 | 10,92 | 51,69 | 66,62 | 3 |
| Кнелі із курятини з рисом в сметанно-томатному соусі | МПЛ, ЗП, Г | 47/32 | 63/56 | 10,35 | 14,06 | 4,67 | 6,81 | 6,01 | 9,15 | 109,86 | 157,41 | 138 |
| Картопляне пюре | МПЛ | 80 | 100 | 2,01 | 2,51 | 2,12 | 2,65 | 14,53 | 18,16 | 84,5 | 105,63 | 139 |
| Ряжанка 4 % | МПЛ | 100 | 125 | 3 | 3,75 | 6 | 7,5 | 4,1 | 5,12 | 85 | 106,25 | 41 |
| Апельсин свіжий | | 60 | 80 | 0,54 | 0,72 | 0,12 | 0,16 | 5,7 | 7,6 | 24 | 32 | 140 |
| Всього за вечерю: | | | | 16,81 | 22,24 | 14,97 | 19,7 | 38,68 | 50,95 | 355,05 | 467,91 | |
| Всього: | | | | 58,02 | 73,9 | 49,7 | 61,92 | 148,8 | 194,71 | 1273,57 | 1631,91 | |