

ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор школи

Оксана КОВРИГА

1 тиждень

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
1	1-й тиждень		3	Енерго-цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г	8
Понеділок								
Т.К № 08.06	Горохове пюре з зеленого гороху	120	173,20	10,02	4,16	14,70		
Т.К №3.02	Скрамбл	50	78,50	5,5	5,00	5,00		
Т.К № 1.15	Салат з моркви з родзинками та смет	100	99,33	1,48	3,15	16,26		
-	Сік	200	98,70	1,20	0,00	22,50		
-	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,0		
Т.К № 12.01	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Всього	600	573,13	20,60	14,71	80,26	13,12	
Вівторок								
Т.К № 4.04	Плов з курячим мясом	180	279,81	14,92	12,01	30,29		
Т.К № 1.35	Салат із буряка зі сметаною	75	53,70	1,40	2,50	6,50		
Т.К.№ 11.08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36		
-	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
Т.К № 12.01	Банан	100	96,80	1,50	0,20	21,80		
	Всього	585	578,17	23,57	19,76	74,95	18,2	
Середа								
Т.К. № 1.45	Салат з гречки та овочів	100	89,40	2,3	3,40	13,40		
Т.К № 07.12	Запіканка сирна з бананом та сметаною	180	360,39	20,32	15,49	34,42		
Т.К № 11.03	Узвар	200	107,70	0,3	0,90	24,90		
	Всього	480	557,49	22,92	19,79	72,72	20,24	
Четвер								
Т.К № 08.13	Картопляне пюре з орегано	120	162,62	2,84	7,42	21,11		
Т.К № 1.15	Салат з моркви з родзинками та смет	75	74,50	1,1	2,40	12,20		
Т.К №6.01	Рибні нагетси	70	113,80	11,3	2,20	14,50		
Т.К № 11.05	Какао	200	112,48	6,11	5,50	9,85		
Т.К № 12.01	Апельсин	100	50,00	0,90	0,20	11,00		
-	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
	Всього	595	584,40	24,25	19,72	78,66	12,41	
П'ятниця								
Т.к № 08.26	Каша пшенична	120	143,30	4,8	2,40	25,20		
Т.К №4.06	Котлета по-міланськи	90	228,20	16,6	10,00	21,30		
Т.К № 1.44	Вінегрет	75	65,00	1,38	2,62	9,06		
Т.К № 11.13	Йогурт	125	86,00	2,00	5,30	6,30		
Т.К № 12.01	Яблуко	100	52,40	0,4	0,40	11,80		
	Всього	510	574,90	25,18	20,72	73,66	20,13	

2 тиждень

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примі
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
	2-й тиждень	Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Понеділок								
Т.К № 07.08	Мак енд чіз	120	181,20	6,20	10,20	17,30		
Т.К № 1.05	Салат з яєць ,сиру з куркумою	100	149,86	8,64	10,00	4,06		
Т.К № 11.03	Узвар	200	107,50	0,30	0,90	24,90		
Т.К № 12.01	Апельсин	100	50	0,9	0,2	11		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
	Всього	550	559,56	18,04	23,30	67,26	20	
Вівторок								
Т.К № 08.02	Гречка з том.пастою	120	137,2	4,6	2,6	25,8		
Т.К № 4.17	Чахохбілі з куркою	100	126,29	15,2	4,48	5,30		
Т.К № 1.09	Салат з квашених огірків,свіжої капусти,моркви з оріхами	75	52,70	1,10	3,80	3,40		
Т.К № 12.01	Банан	100	95,00	1,50	0,20	21,80		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
Т.К № 11.02	Компот з фруктів	200	44,00	0,60	0,00	9,90		
	Всього	505	526,19	25,00	13,08	76,20	21,04	
Середа								
Т.К № 07.20	Вареники ліниві з соусом до лінивих вареників (0,025 г)	120	274,46	17,36	13,74	20,40		
Т.К № 08.16	Овочева паелья з куркумою(морква,цибуля)	100	133,80	2,9	3,60	22,10		
	Сік	200	98,70	1,20	0,00	22,50		
Т.К № 12.01	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Всього	520	559,36	21,86	17,74	76,80	20	
Четвер								
Т.К № 08.04	Рис розсипчастий з орегано	120	163,6	3,7	2,9	30,2		
Т.К № 6.06	Стіки рибні	70	112,20	10,8	1,90	15,20		
Т.К № 1.20	Салат з капусти,моркви та зел.горошку	100	67,98	1,98	3,65	6,21		
Т.К.№ 11.08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36		
Т.К № 12.01	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	11,00		
	Всього	720	544,04	22,63	13,90	80,77	12,83	
П'ятниця								
Т.К № 4.16	Печеня по домашньому з куркою	180	235,70	17,50	7,90	22,00		
Т.К № 1.15	Салат з моркви з родзинками та сметаною	100	99,33	1,48	3,15	16,26		
Т.К № 11.13	Йогурт	125	86,00	2,00	5,30	6,30		
Т.К № 12.01	Банан	100	96,80	1,50	0,20	21,80		
	Всього	505	517,83	22,48	16,55	66,36	23,07	

3 тиждень

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
	3-й тиждень		Енерго-цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Понеділок								
<u>Т.К № 08.13</u>	Картопляне пюре з орегано	120	162,62	2,84	7,42	21,11		
<u>Т.К № 1.20</u>	Салат з капусти, моркви та зел горош	100	67,98	1,98	3,65	6,21		
<u>Т.К.№07.16</u>	Манний пудинг	100	188,39	6,65	6,22	24,39		
<u>Т.К № 11.05</u>	Какао	200	112,48	6,11	5,50	9,85		
<u>Т.К № 12.01</u>	Банан	100	95,00	1,50	0,20	21,80		
	Всього	620	626,47	19,08	22,99	83,36	12,39	
Вівторок								
<u>Т.к № 07.13</u>	Львівський сирник (см0,015)	120	268,30	15,33	14,41	19,01		
<u>Т.К № 08.16</u>	Овочева паелья з куркумою(морква.цибуля)	120	160,60	3,50	4,40	26,50		
<u>Т.К №11.09</u>	Чай з мелісою	200	1,22	0,00	0,00	0,48		
<u>Т.К № 12.01</u>	Апельсин	100	50	0,4	0,2	11		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
	Всього	570	551,12	21,23	21,01	66,99	10,56	
Середа								
<u>Т.К № 4.03</u>	Куліш з курячим мясом	180	270,10	15,6	12,20	26,70		
<u>Т.К № 1.18</u>	Салат з моркви ,сиром та сметаною	100	112,16	4,57	7,17	7,88		
<u>Т.К № 11.02</u>	Компот з фруктів	200	44,00	0,60	0,00	9,90		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
<u>Т.К № 12.01</u>	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Всього	610	549,66	23,17	21,77	66,28	16,08	
Четвер								
<u>Т.К№ 07.08</u>	Мак енд чіз	120	181,20	6,2	10,20	17,30		
<u>Т.К з 6.03</u>	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	60	60,90	8,50	2,80	1,70		
<u>Т.К № 1.44</u>	Вінегрет	100	86,67	1,84	3,49	12,08		
<u>Т.К № 11.06</u>	Напій з шипшини	200	113,60	5,60	0,00	24,00		
<u>Т.К № 12.01</u>	Банан	100	95,00	1,50	0,20	21,80		
	Всього	720	537,37	23,64	16,69	76,88	18,92	
П'ятниця								
<u>Т.К № 4.04</u>	Плов з курячим мясом	180	279,81	14,92	12,01	30,29		
<u>Т.К № 1.15</u>	Салат з морквиз родзинками та сметаною	75	74,50	1,1	2,40	12,20		
<u>Т.К № 11.03</u>	Узвар	200	107,70	0,30	0,90	24,90		
	Хліб	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
<u>Т.К № 12.01</u>	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Всього	585	585,41	18,72	17,71	89,19	15,47	

4 тиждень

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
	4-й тиждень		Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Понеділок								
<u>Т.К.№ 08.26</u>	Каша пшенична	120	143,30	4,8	2,40	25,20		
<u>Т.К.№ 3.02</u>	Скрамбл	50	78,50	5,5	5,00	5,00		
<u>Т.к.№ 1.35</u>	Салат із буряка зі сметаною	100	71,63	1,82	3,37	8,63		
<u>Т.К.№ 11.06</u>	Напій з шипшини	200	133,60	5,60	0,00	24,00		
<u>Т.К.№ 12.01</u>	Апельсин	100	50,00	0,90	0,20	11,00		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
	Всього	600	548,03	20,62	12,97	83,83	12,5	
Вівторок								
<u>Т.К.№ 08.13</u>	Картопляне пюре з орегано	120	162,62	2,84	7,42	21,11		
<u>Т.К.№ 1.44</u>	Вінегрет	100	86,67	1,84	3,49	12,08		
<u>Т.К.№ 6.06</u>	Стіки рибні	70	112,20	10,80	1,90	15,20		
<u>Т.К.№ 11.05</u>	Какао	200	112,48	6,11	5,50	9,85		
<u>Т.К.№ 12.01</u>	Яблуко	100	52,40	0,40	0,41	11,80		
	Всього	590	526,37	21,99	18,72	70,04	13,13	
Середа								
<u>Т.К.№ 07.12</u>	Запіканка сирна з бананом та сметаною	150	305,47	17,01	13,41	28,76		
<u>Т.К.№ 1.45</u>	Салат з гречки та овочів	100	89,40	2,3	3,40	13,40		
<u>Т.К.№ 11.03</u>	Узвар	200	107,70	0,30	0,90	24,90		
<u>Т.К.№ 12.01</u>	Банан	100	95,00	1,50	0,20	21,80		
	Всього	550	597,57	21,11	17,91	88,86	22,07	
Четвер								
<u>Т.К.№ 07.08.</u>	Мак енд чіз	100	150,98	5,14	8,46	14,39		
<u>Т.К.№ 4.07</u>	Курка по-італійські	60	74,40	12,1	2,50	1,10		
<u>Т.К.№ 1.18</u>	Салат з моркви з родзинками та сметаною	100	99,33	1,48	3,13	16,26		
<u>Т.К.№ 11.08</u>	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
<u>Т.К.№ 12.01</u>	Яблуко	100	52,40	0,40	0,41	11,80		
	Всього	720	524,97	24,87	19,55	59,91	18,35	
П'ятниця								
<u>Т.к№ 08.04</u>	Рис розсіпчастий з орегано	100	136,30	3,1	2,40	25,20		
<u>Т.К.№ 4.08</u>	Курячий шніцель	70	148,50	13,3	6,90	11,30		
<u>Т.К.№ 1.36</u>	Салат з буряка та ароматною олією	75	51,90	1,2	2,40	6,90		
<u>Т.К.№ 11.13</u>	Йогурт	125	86,00	2,00	5,30	6,30		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
<u>Т.К.№ 12.01</u>	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Всього	500	546,10	22,00	19,40	71,50	26,85	

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
1-й тиждень	Енерго-цінність, ккал		Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г	8	9	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К № 08.06	Горохове пюре з зеленого гороху	120	173,20	10,02	4,16	14,70		
Т.К №3.02	Скрамбл	50	78,50	5,5	5,00	5,00		
Т.К № 1.15	Салат з моркви з родзинками та смет	100	99,33	1,48	3,15	16,26		
-	Сік	200	98,70	1,20	0,00	22,50		
-	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,0		
Т.К № 12.01	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Всього	600	573,13	20,60	14,71	80,26		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
1-й тиждень	Енерго-цінність, ккал		Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г	8	9	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К № 4.04	Плов з курячим м'ясом	180	279,81	14,92	12,01	30,29		
Т.К № 1.35	Салат із буряка зі сметаною	75	53,70	1,40	2,50	6,50		
Т.К.№ 11.08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36		
-	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
Т.К № 12.01	Банан	100	96,80	1,50	0,20	21,80		
	Всього	585	578,17	23,57	19,76	74,95		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
1-й тиждень	Енерго-цінність, ккал		Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г	8	9	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К. № 1.45	Салат з гречки та овочів	100	89,40	2,3	3,40	13,40		
Т.К № 07.12	Запіканка сирна з бананом та сметаною	180	360,39	20,32	15,49	34,42		
Т.К № 11.03	Узвар	200	107,70	0,3	0,90	24,90		
	Всього	480	557,49	22,92	19,79	72,72		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
1-й тиждень	Енерго-цінність, ккал		Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г	8	9	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<u>Т.К № 08.13</u>	Картопляне пюре з орегано	120	162,62	2,84	7,42	21,11		
<u>Т.К № 1.15</u>	Салат з моркви з родзинками та смет	75	74,50	1,1	2,40	12,20		
<u>Т.К №6.01</u>	Рибні нагетси	70	113,80	11,3	2,20	14,50		
<u>Т.К № 11.05</u>	Какао	200	112,48	6,11	5,50	9,85		
<u>Т.К № 12.01</u>	Апельсин	100	50,00	0,90	0,20	11,00		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
	Всього	595	584,40	24,25	19,72	78,66		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
1-й тиждень	Енерго-цінність, ккал		Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г	8	9	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<u>Т.к № 08.26</u>	Каша пшенична	120	143,30	4,8	2,40	25,20		
<u>Т.К №4.06</u>	Котлета по-міланськи	90	228,20	16,6	10,00	21,30		
<u>Т.К № 1.44</u>	Вінегрет	75	65,00	1,38	2,62	9,06		
<u>Т.К № 11.13</u>	Йогурт	125	86,00	2,00	5,30	6,30		
<u>Т.К № 12.01</u>	Яблуко	100	52,40	0,4	0,40	11,80		
	Всього	510	574,90	25,18	20,72	73,66		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примі
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
	2-й тиждень	Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К № 07.08	Мак енд чіз	120	181,20	6,20	10,20	17,30		
Т.К № 1.05	Салат з яєць ,сиру з куркумою	100	149,86	8,64	10,00	4,06		
Т.К № 11.03	Узвар	200	107,50	0,30	0,90	24,90		
Т.К № 12.01	Апельсин	100	50	0,9	0,2	11		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
	Всього	550	559,56	18,04	23,30	67,26		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
	2-й тиждень	Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К № 08.02	Гречка з том.пастою	120	137,2	4,6	2,6	25,8		
Т.К № 4.17	Чахохбілі з куркою	100	126,29	15,2	4,48	5,30		
Т.К № 1.09	Салат з квашених огірків,свіжої капусти,моркви з оріхами	75	52,70	1,10	3,80	3,40		
Т.К № 12.01	Банан	100	95,00	1,50	0,20	21,80		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
Т.К № 11.02	Компот з фруктів	200	44,00	0,60	0,00	9,90		
	Всього	505	526,19	25,00	13,08	76,20		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примі
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
	2-й тиждень	Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К № 07.20	Вареники ліниві з соусом до лінивих вареників (0,025 г)	120	274,46	17,36	13,74	20,40		
Т.К № 08.16	Овочева паелья з куркумою(морква,цибуля)	100	133,80	2,9	3,60	22,10		
	Сік	200	98,70	1,20	0,00	22,50		
Т.К № 12.01	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Всього	520	559,36	21,86	17,74	76,80		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
	2-й тиждень		Енерго-цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К № 08.04	Рис розсипчастий з орегано	120	163,6	3,7	2,9	30,2		
Т.К № 6.06	Стіки рибні	70	112,20	10,8	1,90	15,20		
Т.К № 1.20	Салат з капусти,моркви та зел.горошку	100	67,98	1,98	3,65	6,21		
Т.К.№ 11.08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36		
Т.К № 12.01	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	11,00		
	Всього	720	544,04	22,63	13,90	80,77		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88		
	2-й тиждень		Енерго-цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г	8	9
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К № 4.16	Печеня по домашньому з куркою	180	235,70	17,50	7,90	22,00		
Т.К № 1.15	Салат з моркви з родзинками та сметаною	100	99,33	1,48	3,15	16,26		
Т.К № 11.13	Йогурт	125	86,00	2,00	5,30	6,30		
Т.К № 12.01	Банан	100	96,80	1,50	0,20	21,80		
	Всього	505	517,83	22,48	16,55	66,36		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність, ккал	18-21 Білки,г	17-21 Жири, г	73-88 Вуглеводи,г		
3-й тиждень								
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К № 08.13	Картопляне пюре з орегано	120	162,62	2,84	7,42	21,11		
Т.К № 1.20	Салат з капусти, моркви та зел горош	100	67,98	1,98	3,65	6,21		
Т.К.№07.16	Манний пудинг	100	188,39	6,65	6,22	24,39		
Т.К № 11.05	Какао	200	112,48	6,11	5,50	9,85		
Т.К № 12.01	Банан	100	95,00	1,50	0,20	21,80		
	Всього	620	626,47	19,08	22,99	83,36		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність, ккал	18-21 Білки,г	17-21 Жири, г	73-88 Вуглеводи,г		
3-й тиждень								
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.к № 07.13	Львівський сирник (см0,015)	120	268,30	15,33	14,41	19,01		
Т.К № 08.16	Овочева паелья з куркумою(морква.цибуля)	120	160,60	3,50	4,40	26,50		
Т.К №11.09	Чай з мелісою	200	1,22	0,00	0,00	0,48		
Т.К № 12.01	Апельсин	100	50	0,4	0,2	11		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
	Всього	570	551,12	21,23	21,01	66,99		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність, ккал	18-21 Білки,г	17-21 Жири, г	73-88 Вуглеводи,г		
3-й тиждень								
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К № 4.03	Куліш з курячим м'ясом	180	270,10	15,6	12,20	26,70		
Т.К № 1.18	Салат з моркви ,сиром та сметаною	100	112,16	4,57	7,17	7,88		
Т.К № 11.02	Компот з фруктів	200	44,00	0,60	0,00	9,90		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
Т.К № 12.01	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Всього	610	549,66	23,17	21,77	66,28		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність, ккал	18-21 Білки,г	17-21 Жири, г	73-88 Вуглеводи,г		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К № 07.08	Мак енд чіз	120	181,20	6,2	10,20	17,30		
Т.К з 6.03	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	60	60,90	8,50	2,80	1,70		
Т.К № 1.44	Вінегрет	100	86,67	1,84	3,49	12,08		
Т.К № 11.06	Напій з шипшини	200	113,60	5,60	0,00	24,00		
Т.К № 12.01	Банан	100	95,00	1,50	0,20	21,80		
	Всього	720	537,37	23,64	16,69	76,88		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність, ккал	18-21 Білки,г	17-21 Жири, г	73-88 Вуглеводи,г		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Т.К № 4.04	Плов з курячим мясом	180	279,81	14,92	12,01	30,29		
Т.К № 1.15	Салат з морквиз родзинками та сметаною	75	74,50	1,1	2,40	12,20		
Т.К № 11.03	Узвар	200	107,70	0,30	0,90	24,90		
	Хліб	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
Т.К № 12.01	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Всього	585	585,41	18,72	17,71	89,19	15,47	

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність, ккал	18-21 Білки,г	17-21 Жири, г	73-88 Вуглеводи,г		
4-й тиждень								
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<u>Т.К.№ 08.26</u>	Каша пшенична	120	143,30	4,8	2,40	25,20		
<u>Т.К.№ 3.02</u>	Скрамбл	50	78,50	5,5	5,00	5,00		
<u>Т.к.№ 1.35</u>	Салат із буряка зі сметаною	100	71,63	1,82	3,37	8,63		
<u>Т.К.№ 11.06</u>	Напій з шипшини	200	133,60	5,60	0,00	24,00		
<u>Т.К.№ 12.01</u>	Апельсин	100	50,00	0,90	0,20	11,00		
	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
	Всього	600	548,03	20,62	12,97	83,83		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність, ккал	18-21 Білки,г	17-21 Жири, г	73-88 Вуглеводи,г		
4-й тиждень								
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<u>Т.К.№ 08.13</u>	Картопляне пюре з орегано	120	162,62	2,84	7,42	21,11		
<u>Т.К.№ 1.44</u>	Вінегрет	100	86,67	1,84	3,49	12,08		
<u>Т.К.№ 6.06</u>	Стіки рибні	70	112,20	10,80	1,90	15,20		
<u>Т.К.№ 11.05</u>	Какао	200	112,48	6,11	5,50	9,85		
<u>Т.К.№ 12.01</u>	Яблуко	100	52,40	0,40	0,41	11,80		
	Всього	590	526,37	21,99	18,72	70,04		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність, ккал	18-21 Білки,г	17-21 Жири, г	73-88 Вуглеводи,г		
4-й тиждень								
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<u>Т.К.№ 07.12</u>	Запіканка сирна з бананом та сметаною	150	305,47	17,01	13,41	28,76		
<u>Т.К.№ 1.45</u>	Салат з гречки та овочів	100	89,40	2,3	3,40	13,40		
<u>Т.К.№ 11.03</u>	Узвар	200	107,70	0,30	0,90	24,90		
<u>Т.К.№ 12.01</u>	Банан	100	95,00	1,50	0,20	21,80		
	Всього	550	597,57	21,11	17,91	88,86		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність, ккал	18-21 Білки,г	17-21 Жири, г	73-88 Вуглеводи,г		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<u>Т.К № 07.08.</u>	Мак енд чіз	100	150,98	5,14	8,46	14,39		
<u>Т.К № 4.07</u>	Курка по-італійські	60	74,40	12,1	2,50	1,10		
<u>Т.К. № 1.18</u>	Салат з моркви з родзинками та сметаною	100	99,33	1,48	3,13	16,26		
<u>Т.К.№ 11.08</u>	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36		
-	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
<u>Т.К № 12.01</u>	Яблуко	100	52,40	0,40	0,41	11,80		
	Всього	720	524,97	24,87	19,55	59,91		

Дата приготування:

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Вартість, грн.	Примітка*
		Вихід, г	525-630 Енерго- цінність, ккал	18-21 Білки,г	17-21 Жири, г	73-88 Вуглеводи,г		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<u>Т.к№ 08.04</u>	Рис розсипчастий з орегано	100	136,30	3,1	2,40	25,20		
<u>Т.К № 4.08</u>	Курячий шніцель	70	148,50	13,3	6,90	11,30		
<u>Т.К № 1.36</u>	Салат з буряка та ароматною олією	75	51,90	1,2	2,40	6,90		
<u>Т.К № 11.13</u>	Йогурт	125	86,00	2,00	5,30	6,30		
-	Хліб цільнозерновий	30	71,00	2,00	2,00	10,00		
<u>Т.К № 12.01</u>	Яблуко	100	52,40	0,40	0,40	11,80		
	Всього	500	546,10	22,00	19,40	71,50		