

“Погоджено”

Начальник міського управління ГУ  
Держпродспоживслужби  
в Рівненській області

А.М.Сасовський

*В. І. Дещатков*

2025 року

“Затверджено”  
ФОП Черняк А.В

*А.В. Черняк*

## Примірне чотиритижневе осіннє меню м. Рівне 2025 року

| №         | Найменування страви | Енергетична цінність для дітей 6-11р. |               |         |         |              | Енергетична цінність для дітей 11-14р. |               |         |         |              | Енергетична цінність для дітей 14-18р. |               |         |        |              |        |
|-----------|---------------------|---------------------------------------|---------------|---------|---------|--------------|----------------------------------------|---------------|---------|---------|--------------|----------------------------------------|---------------|---------|--------|--------------|--------|
|           |                     | Вихід,г                               | 525-680       | 18-21   | 17-21   | 73-88        | Вихід,г                                | 600-720       | 21-25   | 21-25   | 81-98        | Вихід, г                               | 675-810       | 23-27   | 23-27  | 93-112       |        |
|           | Сніданок            |                                       |               |         |         |              |                                        |               |         |         |              |                                        |               |         |        |              |        |
|           | 1-й тиждень         |                                       | цінність,ккал | Білки,г | Жири, г | Вуглеводи, г |                                        | цінність,ккал | Білки,г | Жири, г | Вуглеводи, г |                                        | цінність,ккал | Білки,г | Жири,г | Вуглеводи, г |        |
|           | понеділок           |                                       |               |         |         |              |                                        |               |         |         |              |                                        |               |         |        |              |        |
| TK №1,31  |                     | Салат з капусти з аромат. ол          | 70            | 38,00   | 1,24    | 2,17         | 3,90                                   | 70            | 38,00   | 1,24    | 2,17         | 3,9                                    | 70            | 38,00   | 1,24   | 2,17         | 3,90   |
| TK №9,1   | МП.Л.Г.Я            | Котлета по-міланські з сиром          | 88-15         | 223,00  | 22,35   | 6,57         | 17,67                                  | 125-15        | 320,00  | 32,15   | 9,45         | 25,39                                  | 150-15        | 384,00  | 38,54  | 11,34        | 30,47  |
| TK 10,6   | МП.Л.ЗП             | Гречана каша з овочами                | 120           | 184,00  | 6,20    | 3,78         | 30,90                                  | 150           | 230,00  | 7,75    | 4,72         | 38,63                                  | 150           | 230,00  | 7,75   | 4,72         | 38,63  |
| TK №13,17 |                     | Чай чорний з чебрецем                 | 200           | 22,00   | 0,24    | 0,03         | 5,56                                   | 200           | 22,00   | 0,24    | 0,03         | 5,56                                   | 200           | 22,00   | 0,24   | 0,03         | 5,56   |
| Промис.   | Г.                  | Хліб цільнозерновий                   | 30            | 71,00   | 2,00    | 2,00         | 10,00                                  | 50            | 118,00  | 3,00    | 3,00         | 16,70                                  | 50            | 118,00  | 3,00   | 3,00         | 16,70  |
| TK№12,1   |                     | Яблуко                                | 100           | 53,00   | 0,90    | 0,30         | 11,80                                  | 100           | 53,00   | 0,90    | 0,30         | 11,80                                  | 100           | 53,00   | 0,90   | 0,30         | 11,80  |
|           |                     | Разом                                 |               | 591,00  | 32,93   | 14,85        | 79,83                                  |               | 781,00  | 45,28   | 19,67        | 101,98                                 |               | 845,00  | 51,67  | 21,56        | 107,06 |
|           | вівторок            |                                       |               |         |         |              |                                        |               |         |         |              |                                        |               |         |        |              |        |
| TK №1,25  |                     | Салат з запечен. капусти з род        | 100           | 125,00  | 2,04    | 6,44         | 14,80                                  | 100           | 125,00  | 2,04    | 6,44         | 14,8                                   | 100           | 125     | 2,04   | 6,44         | 14,8   |
| TK №6,1   | МП.Л.Г.Я            | Лінійні вареники                      | 180-125       | 355,00  | 26,87   | 13,82        | 28,57                                  | 180-125       | 355,00  | 26,87   | 13,82        | 28,57                                  | 180-125       | 355,00  | 26,87  | 13,82        | 28,57  |
| TK№12,1   |                     | Яблуко/банан                          | 100           | 53,00   | 0,90    | 0,30         | 11,80                                  | 100           | 53,00   | 0,90    | 0,30         | 11,80                                  | 100           | 95,00   | 1,50   | 0,20         | 21,80  |
| TK№362    |                     | Сік пастеризований натуральний        | 200           | 92,00   | 1,00    | 0,00         | 21,10                                  | 200           | 92,00   | 1,00    | 0,00         | 21,10                                  | 200           | 92      | 1,00   | 0            | 21,10  |
|           |                     | Разом                                 |               | 625,00  | 30,81   | 20,56        | 76,27                                  |               | 625,00  | 30,81   | 20,56        | 76,3                                   |               | 667,00  | 31,41  | 20,46        | 86,27  |
|           | середа              |                                       |               |         |         |              |                                        |               |         |         |              |                                        |               |         |        |              |        |
| TK №3,20  |                     | Салат овочеве соте "Осінь"            | 100           | 85,00   | 1,81    | 5,20         | 9,29                                   | 100           | 85,00   | 1,81    | 5,20         | 9,29                                   | 100           | 85,00   | 1,81   | 5,20         | 9,29   |
| TK №10,42 | Г.ЗП.МЛ.П           | Макарони Альо-ольо                    | 120           | 375,00  | 11,94   | 1,53         | 97,34                                  | 150           | 439,00  | 14,92   | 1,53         | 97,34                                  | 150           | 439,00  | 14,92  | 1,53         | 97,34  |
| TK№5,4    | Я.МП.Г.Л.           | Пухкий омлет з орегано                | 50            | 84,00   | 5,86    | 5,19         | 3,28                                   | 50            | 84,00   | 5,86    | 5,19         | 3,28                                   | 50            | 84,00   | 5,86   | 5,19         | 3,28   |
| TK№12,1   |                     | Яблуко                                | 100           | 53,00   | 0,90    | 0,30         | 11,80                                  | 100           | 53,00   | 0,90    | 0,30         | 11,8                                   | 100           | 53,00   | 0,90   | 0,30         | 11,80  |
| TK №13,14 | Л.МП                | Йогурт                                | 125           | 86,00   | 2,00    | 6,30         | 5,30                                   | 125           | 86,00   | 2,00    | 6,30         | 5,3                                    | 125           | 86,00   | 2,00   | 6,30         | 5,30   |
|           |                     | Разом                                 |               | 683,00  | 22,51   | 18,52        | 127,0                                  |               | 747,00  | 25,49   | 18,52        | 127,0                                  |               | 747,00  | 25,49  | 18,52        | 127,01 |
|           | четвер              |                                       |               |         |         |              |                                        |               |         |         |              |                                        |               |         |        |              |        |
| TK №1,39  |                     | Салат з буряка з аромат. Олією        | 100           | 69,00   | 1,48    | 3,10         | 9,85                                   | 100           | 69,00   | 1,48    | 3,10         | 9,85                                   | 100           | 69,00   | 1,48   | 3,10         | 9,85   |
| Промис    | МП.Л                | Сир твердий                           | 15            | 55,50   | 3,50    | 4,50         | 0,00                                   | 15            | 55,50   | 3,50    | 4,50         | 0,00                                   | 15            | 55,50   | 3,50   | 4,50         | 0,00   |
| TK №7,7   | Р.Г.Я.ЗП            | Рибні палички                         | 70            | 126,00  | 11,32   | 2,56         | 14,15                                  | 105           | 189,00  | 16,99   | 3,84         | 21,23                                  | 140           | 252,00  | 22,64  | 5,12         | 28,30  |
| TK №10,20 | МП.Л.               | Відварна картопля з вер. маслом       | 120           | 118,00  | 2,49    | 2,66         | 21,07                                  | 150           | 147,00  | 3,12    | 3,33         | 26,34                                  | 150           | 147,00  | 3,12   | 3,33         | 26,34  |
| Промисл.  | Г.                  | Хліб цільнозерновий                   | 30            | 71,00   | 2,00    | 2,00         | 10,00                                  | 50            | 118,00  | 3,00    | 4,00         | 16,7                                   | 50            | 118,00  | 3,00   | 4,00         | 16,70  |
| TK№12,1   |                     | Яблуко                                | 100           | 53,00   | 0,90    | 0,30         | 11,80                                  | 100           | 53,00   | 0,90    | 0,30         | 11,80                                  | 100           | 53,00   | 0,90   | 0,30         | 11,80  |
| TK №13,3  |                     | Узвар з сухофруктів                   | 200           | 107,00  | 0,30    | 0,90         | 24,90                                  | 200           | 107,00  | 0,30    | 0,90         | 24,9                                   | 200           | 107,00  | 0,30   | 0,90         | 24,90  |
|           |                     | Разом                                 |               | 599,50  | 21,99   | 16,02        | 91,77                                  |               | 738,50  | 29,29   | 19,97        | 110,8                                  |               | 801,50  | 34,94  | 21,25        | 117,89 |
|           | п'ятниця            |                                       |               |         |         |              |                                        |               |         |         |              |                                        |               |         |        |              |        |
| TK №1,27  |                     | Салат з капусти і моркви              | 60            | 34,00   | 0,96    | 1,90         | 4,00                                   | 60            | 34,0    | 0,96    | 1,90         | 4                                      | 60            | 34,00   | 0,96   | 1,9          | 4,00   |
| TK №9,6   | МП.Л.Г.Я            | Курячі нагетси                        | 88            | 190,00  | 20,44   | 4,70         | 15,87                                  | 125           | 270,0   | 29,04   | 6,68         | 22,55                                  | 150           | 324,00  | 34,85  | 8,02         | 27,06  |
| TK№2,3    | ЗП                  | Булгур з овочами                      | 120           | 118,00  | 2,90    | 2,00         | 10,00                                  | 150           | 147,0   | 3,12    | 3,33         | 26,34                                  | 150           | 147,00  | 3,12   | 3,33         | 26,34  |
| Промисл   | Г                   | Хліб цільнозерновий                   | 30            | 71,00   | 2,00    | 2,00         | 10,00                                  | 50            | 118,0   | 3,00    | 4,00         | 16,7                                   | 50            | 118,00  | 3      | 4            | 16,7   |
| TK№12,1   | МП.Л                | Фрукт сезонний                        | 100           | 53,00   | 0,90    | 0,30         | 11,80                                  | 100           | 53,0    | 0,90    | 0,30         | 11,8                                   | 100           | 53,00   | 0,9    | 0,3          | 11,8   |
| TK №13,1  | МП.Л                | Какао з молоком                       | 200           | 112,00  | 6,18    | 5,34         | 10,12                                  | 200           | 112,00  | 6,18    | 5,34         | 10,12                                  | 200           | 112,00  | 6,18   | 5,34         | 10,12  |
|           |                     | Разом                                 |               | 578,00  | 33,38   | 16,24        | 61,79                                  |               | 734,00  | 43,20   | 21,55        | 91,51                                  |               | 788,00  | 49,01  | 22,89        | 96,02  |



|           |          | Найменування страв               | Енергетична цінність для дітей 6-11р. |                          |         |         |              | Енергетична цінність для дітей 11-14р. |                             |         |         |              | Енергетична цінність для дітей 14-18р. |                          |         |        |              |
|-----------|----------|----------------------------------|---------------------------------------|--------------------------|---------|---------|--------------|----------------------------------------|-----------------------------|---------|---------|--------------|----------------------------------------|--------------------------|---------|--------|--------------|
|           |          | Сніданок                         | Вихід,г                               | 525-680                  | 18-21   | 17-21   | 73-88        | Вихід,г                                | 600-720                     | 21-25   | 21-25   | 81-98        | Вихід, г                               | 675-810                  | 23-27   | 23-27  | 93-112       |
|           |          | 2-й тиждень                      |                                       | Енерго-<br>цінність,ккал | Білки,г | Жири, г | Вуглеводи, г |                                        | Енерго-<br>цінність<br>ккал | Білки,г | Жири, г | Вуглеводи, г |                                        | Енерго-<br>цінність,ккал | Білки,г | Жири,г | Вуглеводи, г |
| понеділок |          |                                  |                                       |                          |         |         |              |                                        |                             |         |         |              |                                        |                          |         |        |              |
| TK №1,2   |          | Асорті овочеве                   | 100                                   | 62,00                    | 1,76    | 2,49    | 9,05         | 100                                    | 62,00                       | 1,76    | 2,49    | 9,05         | 100                                    | 62                       | 1,76    | 2,49   | 9,05         |
| TK №169   | Я        | Яйце відварне                    | 40                                    | 63,00                    | 5,10    | 4,60    | 0,30         | 40                                     | 63,00                       | 5,10    | 4,60    | 0,30         | 40                                     | 63,00                    | 5,10    | 4,60   | 0,30         |
| TK№8,05   | ЗП.МП.Л  | Різото з зеленим горош. і сир.   | 150-15                                | 238,00                   | 7,60    | 8,70    | 32,12        | 200-15                                 | 317,00                      | 10,17   | 11,60   | 43,50        | 200-15                                 | 317,00                   | 10,17   | 11,60  | 43,50        |
| TK№12,1   |          | Банан                            | 100                                   | 95,00                    | 1,50    | 0,20    | 21,80        | 100                                    | 95,00                       | 1,50    | 0,20    | 21,80        | 100                                    | 95,00                    | 1,50    | 0,20   | 21,80        |
| TK№362    |          | Сік натуральний пастеризований   | 200                                   | 92,00                    | 1,00    | 0,00    | 21,10        | 200                                    | 92,00                       | 1,00    | 0,00    | 21,10        | 200                                    | 92,00                    | 1,00    | 0,00   | 21,10        |
|           |          | Разом                            |                                       | 550,00                   | 16,96   | 15,99   | 84,37        |                                        | 629,00                      | 19,53   | 18,89   | 95,75        |                                        | 629,00                   | 19,53   | 18,89  | 95,75        |
| вівторок  |          |                                  |                                       |                          |         |         |              |                                        |                             |         |         |              |                                        |                          |         |        |              |
| TK №1,31  |          | Салат з капусти з аромат. олією  | 70                                    | 38,00                    | 1,24    | 2,16    | 3,90         | 70                                     | 38,00                       | 1,24    | 2,16    | 3,9          | 70                                     | 38,00                    | 1,24    | 2,16   | 3,9          |
| TK №9,3   | МП.Г.Я.Л | Відбивна куряча (ШНІЦЕЛЬ)        | 70                                    | 147,00                   | 18,90   | 3,35    | 10,05        | 100                                    | 210,00                      | 27,10   | 4,78    | 14,36        | 120                                    | 252,00                   | 32,41   | 5,74   | 17,23        |
| TK №2,1   | ЗП       | Каша гречана з овочами           | 120                                   | 182,00                   | 4,86    | 4,00    | 31,52        | 150                                    | 228,00                      | 6,08    | 5,01    | 39,40        | 150                                    | 228,00                   | 6,08    | 5,01   | 39,40        |
| TK №13,1  |          | Какао з молоком                  | 200                                   | 112,00                   | 6,18    | 5,34    | 10,12        | 200                                    | 112,00                      | 6,18    | 5,34    | 10,12        | 200                                    | 112,00                   | 6,18    | 5,34   | 10,12        |
| Промисл   |          | Хліб цільнозерновий              | 30                                    | 71,00                    | 2,00    | 2,00    | 10,00        | 50                                     | 118,00                      | 3,00    | 4,00    | 16,70        | 50                                     | 118,00                   | 3,00    | 4      | 16,70        |
| TK №12,1  |          | Яблуко                           | 100                                   | 53,00                    | 0,90    | 0,30    | 11,90        | 100                                    | 53,00                       | 0,90    | 0,30    | 11,9         | 100                                    | 53,00                    | 0,90    | 0,30   | 11,90        |
|           |          | Разом                            |                                       | 603,00                   | 34,08   | 17,15   | 77,49        |                                        | 759,00                      | 44,50   | 21,59   | 96,4         |                                        | 801,00                   | 49,81   | 22,55  | 99,25        |
| середа    |          |                                  |                                       |                          |         |         |              |                                        |                             |         |         |              |                                        |                          |         |        |              |
| TK №1,25  |          | Салат з гарбузом та яблуком      | 100                                   | 57,00                    | 0,79    | 3,18    | 6,75         | 100                                    | 57,00                       | 0,79    | 3,18    | 6,75         | 100                                    | 57,00                    | 0,79    | 3,18   | 6,75         |
| TK №10,45 | МП.Л.Я.Г | Вермішель з сиром                | 120-15                                | 405,00                   | 13,69   | 3,32    | 78,62        | 150-15                                 | 506,00                      | 17,12   | 4,16    | 98,15        | 150-15                                 | 506,00                   | 17,12   | 4,16   | 98,15        |
| TK№12,1   |          | Банан                            | 70                                    | 66,00                    | 1,05    | 0,14    | 15,30        | 70                                     | 66,00                       | 1,05    | 0,14    | 15,3         | 70                                     | 66,00                    | 1,05    | 0,14   | 15,30        |
| TK №13,18 |          | Напій з карпатських трав         | 200                                   | 24,00                    | 0,22    | 0,01    | 5,87         | 200                                    | 24,00                       | 0,22    | 0,01    | 5,87         | 200                                    | 24,00                    | 0,22    | 0,01   | 5,87         |
|           |          | Разом                            |                                       | 552,00                   | 15,75   | 6,65    | 106,54       |                                        | 653,00                      | 19,18   | 7,49    | 126,07       |                                        | 653,00                   | 19,18   | 7,49   | 126,07       |
| четвер    |          |                                  |                                       |                          |         |         |              |                                        |                             |         |         |              |                                        |                          |         |        |              |
| TK №1,39  |          | Салат з буряка з ароматною олією | 70                                    | 48,00                    | 1,04    | 2,17    | 6,90         | 70                                     | 48,00                       | 1,04    | 2,17    | 6,90         | 70                                     | 48,00                    | 1,04    | 2,17   | 6,90         |
| TK №7,10  | Р.Я.Г.ЗП | Рибні нагетси                    | 70                                    | 117,00                   | 11,46   | 3,02    | 10,48        | 105                                    | 176,00                      | 17,18   | 4,52    | 15,71        | 140                                    | 234,00                   | 22,91   | 6,04   | 20,96        |
| TK №2,3   |          | Булгур з овочами                 | 120                                   | 118,00                   | 2,49    | 2,66    | 21,07        | 150                                    | 147,00                      | 3,12    | 3,33    | 26,34        | 150                                    | 147,00                   | 3,12    | 3,33   | 26,34        |
| Промисл.  | Г.       | Хліб цільнозерновий              | 30                                    | 71,00                    | 2,00    | 2,00    | 10,00        | 50                                     | 118,00                      | 3,00    | 4,00    | 16,7         | 50                                     | 118,00                   | 3,00    | 4,00   | 16,70        |
| TK№12,1   |          | Банан                            | 100                                   | 95,00                    | 1,50    | 0,20    | 21,80        | 100                                    | 95,00                       | 1,50    | 0,20    | 21,8         | 100                                    | 95,00                    | 1,50    | 0,20   | 21,80        |
| Пром.     | МП.Л     | Сир твердий                      | 15                                    | 55,50                    | 3,50    | 4,50    | 0,00         | 15                                     | 55,50                       | 3,50    | 4,50    | 0            | 15                                     | 55,50                    | 3,50    | 4,50   | 0,00         |
| TK №13,8  |          | Компот з ягід ,фруктів заморож.  | 200                                   | 52,00                    | 0,58    | 0,26    | 12,06        | 200                                    | 52,00                       | 0,58    | 0,26    | 12,06        | 200                                    | 52,00                    | 0,58    | 0,26   | 12,06        |
|           |          | Разом                            |                                       | 556,50                   | 22,57   | 14,81   | 82,31        |                                        | 691,50                      | 29,92   | 18,98   | 99,51        |                                        | 749,50                   | 35,65   | 20,50  | 104,76       |
| п'ятниця  |          |                                  |                                       |                          |         |         |              |                                        |                             |         |         |              |                                        |                          |         |        |              |
| TK №1,27  |          | Салат з капусти і моркви         | 55                                    | 31,00                    | 0,88    | 1,72    | 3,60         | 55                                     | 31,0                        | 0,88    | 1,72    | 3,6          | 55                                     | 31,00                    | 0,88    | 1,72   | 3,60         |
| TK №9,17  |          | Печеня по-домашньому з курки     | 175                                   | 212,00                   | 19,50   | 5,24    | 22,48        | 250                                    | 303,0                       | 27,86   | 7,49    | 32,12        | 300                                    | 364,00                   | 33,43   | 8,98   | 38,54        |
| Промисл   | МП.Л     | Сир твердий                      | 15                                    | 55,50                    | 3,50    | 4,50    |              | 15                                     | 55,5                        | 3,50    | 4,50    |              | 15                                     | 55,50                    | 3,5     | 4,5    |              |
| Промис    | ЗП.Г     | Хліб цільнозерновий              | 30                                    | 71,00                    | 2,00    | 2,00    | 10,00        | 50                                     | 118,0                       | 3,00    | 4,00    | 16,7         | 50                                     | 118,00                   | 3       | 4      | 16,70        |
| TK№12,1   |          | Банан                            | 100                                   | 95,00                    | 1,50    | 0,20    | 21,80        | 100                                    | 95,0                        | 1,50    | 0,20    | 21,8         | 100                                    | 95,00                    | 1,5     | 0,2    | 21,80        |
| TK №13,3  |          | Узвар з суміші сухофруктів       | 200                                   | 107,00                   | 0,30    | 0,90    | 24,90        | 200                                    | 107,00                      | 0,30    | 0,90    | 24,9         | 200                                    | 107                      | 0,3     | 0,90   | 24,90        |
|           |          | Разом                            |                                       | 571,50                   | 27,68   | 14,56   | 82,78        |                                        | 709,50                      | 37,04   | 18,81   | 99,12        |                                        | 770,50                   | 42,61   | 20,30  | 105,54       |

| Код       | Вид алергенів | Найменування страви              | Енергетична цінність для дітей 6-11р. |                          |              |              |              | Енергетична цінність для дітей 11-14р. |                           |              |              |               | Енергетична цінність для дітей 14-18р. |                          |              |              |               |
|-----------|---------------|----------------------------------|---------------------------------------|--------------------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------------|---------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------------------------------|--------------------------|--------------|--------------|---------------|
|           |               |                                  | Вихід,г                               | 525-680                  | 18-21        | 17-21        | 73-88        | Вихід,г                                | 600-720                   | 21-25        | 21-25        | 81-98         | Вихід, г                               | 675-810                  | 23-27        | 23-27        | 93-112        |
|           |               | <b>Сніданок</b>                  |                                       | Енерго-<br>цінність,ккал | Білки,г      | Жири, г      | Вуглеводи, г |                                        | Енерго-<br>цінність, ккал | Білки,г      | Жири, г      | Вуглеводи, г  |                                        | Енерго-<br>цінність,ккал | Білки,г      | Жири,г       | Вуглеводи, г  |
|           |               | <b>3-й тиждень</b>               |                                       |                          |              |              |              |                                        |                           |              |              |               |                                        |                          |              |              |               |
|           |               | <b>понеділок</b>                 |                                       |                          |              |              |              |                                        |                           |              |              |               |                                        |                          |              |              |               |
| TK №1,2   | К             | Салат асорті овочево             | 70                                    | 60,00                    | 1,60         | 4,20         | 4,50         | 70                                     | 60,00                     | 1,60         | 4,20         | 4,5           | 70                                     | 60,00                    | 1,60         | 4,20         | 4,50          |
| TK №9,28  | ЗП.Г.Я        | Курячі палички                   | 64                                    | 112,00                   | 17,56        | 2,42         | 5,20         | 96                                     | 168,00                    | 26,34        | 3,63         | 7,80          | 110                                    | 193,00                   | 30,18        | 4,16         | 8,94          |
| TK№2,1    | ЗП.           | Каша гречана з овочами           | 120                                   | 188,00                   | 3,79         | 2,38         | 35,11        | 150                                    | 233,00                    | 4,72         | 4,21         | 43,70         | 150                                    | 233,00                   | 4,72         | 4,21         | 43,70         |
| TK№13,4   |               | Чай з мелісою                    | 200                                   | 0,25                     | 0,02         | 0,01         | 0,04         | 200                                    | 0,25                      | 0,02         | 0,01         | 0,04          | 200                                    | 0,25                     | 0,02         | 0,01         | 0,04          |
| Промис.   | Г.            | Хліб житній                      | 30                                    | 68,00                    | 1,20         | 0,20         | 15,00        | 50                                     | 113,00                    | 2,00         | 0,40         | 25,00         | 50                                     | 113,00                   | 2,00         | 0,40         | 25,00         |
| Промисл.  | МП.Л          | Сир твердий                      | 15                                    | 55,50                    | 3,50         | 4,50         | 0,00         | 15                                     | 55,50                     | 3,50         | 4,50         | 0,00          | 15                                     | 55,50                    | 3,50         | 4,50         | 0,00          |
| TK №12,1  |               | Фрукт сезонний                   | 100                                   | 53,00                    | 0,90         | 0,30         | 11,80        | 100                                    | 53,00                     | 0,90         | 0,30         | 11,80         | 100                                    | 53,00                    | 0,90         | 0,30         | 11,80         |
|           |               | <b>Разом</b>                     |                                       | <b>536,75</b>            | <b>28,57</b> | <b>14,01</b> | <b>71,65</b> |                                        | <b>682,75</b>             | <b>39,08</b> | <b>17,25</b> | <b>92,84</b>  |                                        | <b>707,75</b>            | <b>42,92</b> | <b>17,78</b> | <b>93,98</b>  |
|           |               | <b>вівторок</b>                  |                                       |                          |              |              |              |                                        |                           |              |              |               |                                        |                          |              |              |               |
| TK №3,2   |               | Овочево соте "Осінь"             | 80                                    | 68,00                    | 1,45         | 4,16         | 7,43         | 80                                     | 68,00                     | 1,45         | 4,16         | 7,43          | 80                                     | 68                       | 1,45         | 4,16         | 7,43          |
| TK №3,1   | ЗП.МП.Л       | Вареники з м'ясом                | 150                                   | 341,00                   | 17,10        | 14,15        | 37,44        | 180                                    | 410,00                    | 20,50        | 16,97        | 44,90         | 200                                    | 455,00                   | 22,74        | 18,90        | 49,90         |
| TK№13,1   | МП.Л          | Какао з молоком                  | 200                                   | 112,00                   | 6,18         | 5,34         | 10,12        | 200                                    | 112,00                    | 6,18         | 5,34         | 10,12         | 200                                    | 112                      | 6,18         | 5,34         | 10,12         |
| TK №12,1  |               | Фрукт сезонний                   | 100                                   | 53,00                    | 0,90         | 0,30         | 11,80        | 100                                    | 53,00                     | 0,90         | 0,30         | 11,8          | 100                                    | 53,00                    | 0,90         | 0,30         | 11,80         |
|           |               | <b>Разом</b>                     |                                       | <b>574,00</b>            | <b>25,63</b> | <b>23,95</b> | <b>66,79</b> |                                        | <b>643,00</b>             | <b>29,03</b> | <b>26,77</b> | <b>74,25</b>  |                                        | <b>688,00</b>            | <b>31,27</b> | <b>28,70</b> | <b>79,25</b>  |
|           |               | <b>середа</b>                    |                                       |                          |              |              |              |                                        |                           |              |              |               |                                        |                          |              |              |               |
| TK №1,28  |               | Салат з запеченої капусти з родз | 100                                   | 88,00                    | 2,18         | 3,65         | 13,25        | 100                                    | 88,00                     | 2,18         | 3,65         | 13,25         | 100                                    | 88,00                    | 2,18         | 3,65         | 13,25         |
| TK№5,4    | Я.Мп.Л.       | Пухкий омлет з орегано           | 50                                    | 84,00                    | 5,86         | 5,19         | 3,28         | 50                                     | 84,00                     | 5,86         | 5,19         | 3,28          | 50                                     | 84,00                    | 5,86         | 5,19         | 3,28          |
| TK№8,05   | МП.Л.ЗП       | Різото з зел. гор. та тверд.сир. | 150/15                                | 238,00                   | 7,60         | 8,70         | 32,12        | 200/15                                 | 317,00                    | 10,17        | 11,60        | 43,5          | 200/15                                 | 317,00                   | 10,17        | 11,60        | 43,50         |
| Промисл.  | Г.            | Хліб цільнозерновий              | 30                                    | 71,00                    | 2,00         | 2,00         | 10,00        | 50                                     | 118,00                    | 3,00         | 4,00         | 16,7          | 50                                     | 118,00                   | 3,00         | 4,00         | 16,70         |
| TK №13,17 |               | Чай чорний з чебрицем            | 200                                   | 22,00                    | 0,24         | 0,03         | 5,56         | 200                                    | 22,00                     | 0,24         | 0,03         | 5,56          | 200                                    | 22,00                    | 0,24         | 0,03         | 5,56          |
| TK №12,1  |               | Яблуко                           | 100                                   | 53,00                    | 0,90         | 0,30         | 11,80        | 100                                    | 53,00                     | 0,90         | 0,30         | 11,8          | 100                                    | 53,00                    | 0,90         | 0,3          | 11,8          |
|           |               | <b>Разом</b>                     |                                       | <b>556,00</b>            | <b>18,78</b> | <b>19,87</b> | <b>76,01</b> |                                        | <b>682,00</b>             | <b>22,35</b> | <b>24,77</b> | <b>94,09</b>  |                                        | <b>682,00</b>            | <b>22,35</b> | <b>24,77</b> | <b>94,09</b>  |
|           |               | <b>четвер</b>                    |                                       |                          |              |              |              |                                        |                           |              |              |               |                                        |                          |              |              |               |
| TK №1,39  | ГЦ.           | Салат з буряка з аром. олією     | 100                                   | 69,00                    | 1,48         | 3,10         | 9,85         | 100                                    | 69,00                     | 1,48         | 3,10         | 9,85          | 100                                    | 69,00                    | 1,48         | 3,10         | 9,85          |
| TK №7,9   | Р.Я.          | Січеники рибні                   | 60                                    | 61,00                    | 9,96         | 1,09         | 2,73         | 90                                     | 91,00                     | 14,94        | 1,63         | 4,09          | 120                                    | 121,00                   | 19,92        | 2,17         | 5,45          |
| TK №08,13 | МП.Л.         | Картопляне пюре з орегано        | 120                                   | 162,60                   | 2,84         | 7,42         | 21,11        | 150                                    | 203,20                    | 3,54         | 9,27         | 26,39         | 150                                    | 203,20                   | 3,54         | 9,27         | 26,39         |
| Промисл.  | Г.            | Хліб цільнозерновий              | 30                                    | 71,00                    | 2,00         | 2,00         | 10,00        | 50                                     | 118,00                    | 3,00         | 4,00         | 16,7          | 50                                     | 118,00                   | 3,00         | 4,00         | 16,70         |
| Промисл.  | МП.Л          | Сир твердий                      | 15                                    | 55,50                    | 3,50         | 4,50         | 0,00         | 15                                     | 55,50                     | 3,50         | 4,5          |               | 15                                     | 55,50                    | 3,50         | 4,50         |               |
| TK№12,1   |               | Банан                            | 100                                   | 95,00                    | 1,50         | 0,20         | 21,80        | 100                                    | 95,00                     | 1,50         | 0,2          | 21,8          | 100                                    | 95,00                    | 1,50         | 0,20         | 21,80         |
| TK №11,3  |               | Узвар з суміші сухофруктів       | 200                                   | 107,00                   | 0,30         | 0,90         | 24,90        | 200                                    | 107,00                    | 0,30         | 0,90         | 24,9          | 200                                    | 107,00                   | 0,30         | 0,90         | 24,9          |
|           |               | <b>Разом</b>                     |                                       | <b>621,10</b>            | <b>21,58</b> | <b>19,21</b> | <b>90,39</b> |                                        | <b>738,70</b>             | <b>28,26</b> | <b>23,60</b> | <b>103,73</b> |                                        | <b>768,70</b>            | <b>33,24</b> | <b>24,14</b> | <b>105,09</b> |
|           |               | <b>п'ятниця</b>                  |                                       |                          |              |              |              |                                        |                           |              |              |               |                                        |                          |              |              |               |
| TK №1,16  | ГЦ.           | Салат з моркви і яблук           | 100                                   | 69,00                    | 0,89         | 3,56         | 9,19         | 100                                    | 69,0                      | 0,89         | 3,56         | 9,19          | 100                                    | 69,00                    | 0,89         | 3,56         | 9,19          |
| TK №6,8   | Я.ЗП.МП.Л     | Запikanка рисова з сметаною      | 180-15                                | 375,00                   | 16,34        | 10,2         | 46,50        | 200-15                                 | 392,0                     | 18,34        | 13,24        | 48,7          | 250-15                                 | 485,00                   | 23           | 14,6         | 60,8          |
| TK№12,1   |               | Яблуко                           | 100                                   | 53,00                    | 0,90         | 0,30         | 11,80        | 100                                    | 53,0                      | 0,90         | 0,30         | 11,8          | 100                                    | 53,00                    | 0,9          | 0,3          | 11,8          |
| TK№362    |               | Сік натуральний пастериз         | 200                                   | 92,00                    | 1,00         | 0,00         | 21,10        | 200                                    | 92,00                     | 1,00         | 0,00         | 21,1          | 200                                    | 92,00                    | 1            | 0            | 21,1          |
|           |               | <b>Разом</b>                     |                                       | <b>589,00</b>            | <b>19,13</b> | <b>14,08</b> | <b>88,59</b> |                                        | <b>606,00</b>             | <b>21,13</b> | <b>17,10</b> | <b>90,79</b>  |                                        | <b>699,00</b>            | <b>25,79</b> | <b>18,46</b> | <b>102,89</b> |



|           |           | Найменування страви               | Енергетична цінність для дітей 6-11р. |                           |          |         |              | Енергетична цінність для дітей 11-14р. |                           |          |         |              | Енергетична цінність для дітей 14-18р. |                           |          |         |              |
|-----------|-----------|-----------------------------------|---------------------------------------|---------------------------|----------|---------|--------------|----------------------------------------|---------------------------|----------|---------|--------------|----------------------------------------|---------------------------|----------|---------|--------------|
|           |           | Сніданок                          | Вихід,г                               | 525-680                   | 18-21    | 17-21   | 73-88        | Вихід,г                                | 600-720                   | 21-25    | 21-25   | 81-98        | Вихід, г                               | 675-810                   | 23-27    | 23-27   | 93-112       |
|           |           | 4-й тиждень                       |                                       | Енерго-<br>цінність, ккал | Білки, г | Жири, г | Вуглеводи, г |                                        | Енерго-<br>цінність, ккал | Білки, г | Жири, г | Вуглеводи, г |                                        | Енерго-<br>цінність, ккал | Білки, г | Жири, г | Вуглеводи, г |
|           |           | понеділок                         |                                       |                           |          |         |              |                                        |                           |          |         |              |                                        |                           |          |         |              |
| TK №1,31  |           | Салат з капусти з аром. олією     | 60                                    | 33,00                     | 1,06     | 1,90    | 3,36         | 60                                     | 33,00                     | 1,06     | 1,90    | 3,36         | 60                                     | 33,00                     | 1,06     | 1,90    | 3,36         |
| TK №9,39  | МП.Л      | Курячий кебаб з сиром             | 70-15                                 | 148,00                    | 15,02    | 8,73    | 1,20         | 90-15                                  | 203,00                    | 20,65    | 12,00   | 1,65         | 103-15                                 | 240,00                    | 24,40    | 14,18   | 1,95         |
| TK №2,3   | ЗП.       | Булгур з овочами                  | 120                                   | 202,00                    | 5,20     | 3,08    | 36,50        | 150                                    | 252,00                    | 6,51     | 3,85    | 45,60        | 150                                    | 252,00                    | 6,51     | 3,85    | 45,60        |
| TK №13,17 |           | Чай чорний з чебрецем             | 200                                   | 22,00                     | 0,24     | 0,03    | 5,56         | 200                                    | 22,00                     | 0,24     | 0,03    | 5,56         | 200                                    | 22,00                     | 0,24     | 0,03    | 5,56         |
| TK №12,1  |           | Яблуко                            | 100                                   | 53,00                     | 0,90     | 0,30    | 11,80        | 100                                    | 53,00                     | 0,90     | 0,30    | 11,80        | 100                                    | 53,00                     | 0,90     | 0,30    | 11,80        |
| Промисл.  | Г         | Хліб цільнозерновий               | 30                                    | 71,00                     | 2,00     | 2,00    | 10,00        | 50                                     | 118,00                    | 3,00     | 4,00    | 16,70        | 50                                     | 118,00                    | 3,00     | 4,00    | 16,70        |
| Разом     |           |                                   |                                       | 529,00                    | 24,42    | 16,04   | 68,42        |                                        | 681,00                    | 32,36    | 22,08   | 84,67        |                                        | 718,00                    | 36,11    | 24,26   | 84,97        |
|           |           | вівторок                          |                                       |                           |          |         |              |                                        |                           |          |         |              |                                        |                           |          |         |              |
| TK №1,2   | К         | Асорті овочеве                    | 70                                    | 45,00                     | 1,75     | 3,50    | 1,33         | 70                                     | 45,00                     | 1,75     | 3,50    | 1,33         | 70                                     | 45                        | 1,75     | 3,5     | 1,33         |
| TK №9,31  | Я.ЗП      | Парові котлети з м'яса птиці      | 60                                    | 103,00                    | 17,23    | 1,79    | 4,35         | 86                                     | 147,00                    | 24,70    | 2,57    | 6,24         | 104                                    | 178,00                    | 29,87    | 3,11    | 7,54         |
| TK №2,2   | ЗП        | Рис розсипчастий з овочами        | 120                                   | 188,00                    | 3,79     | 2,38    | 35,11        | 150                                    | 233,00                    | 4,72     | 4,21    | 43,70        | 150                                    | 233,00                    | 4,72     | 4,21    | 43,70        |
| Промисл.  | Г         | Хліб цільнозерновий               | 30                                    | 71,00                     | 2,00     | 2,00    | 10,00        | 50                                     | 118,00                    | 3,00     | 4,00    | 16,7         | 50                                     | 118                       | 3        | 4       | 16,7         |
| TK 13,1   | Л.МП      | Какао з молоком                   | 200                                   | 112,00                    | 6,18     | 5,34    | 10,12        | 200                                    | 112,00                    | 6,18     | 5,34    | 10,12        | 200                                    | 112                       | 6,18     | 5,34    | 10,12        |
| TK №12,1  |           | Яблуко                            | 100                                   | 53,00                     | 0,90     | 0,30    | 11,80        | 100                                    | 53,00                     | 0,90     | 0,30    | 11,8         | 100                                    | 53,00                     | 0,90     | 0,30    | 11,80        |
| Разом     |           |                                   |                                       | 572,00                    | 31,85    | 15,31   | 72,71        |                                        | 708,00                    | 41,25    | 19,92   | 89,89        |                                        | 739,00                    | 46,42    | 20,46   | 91,19        |
|           |           | середа                            |                                       |                           |          |         |              |                                        |                           |          |         |              |                                        |                           |          |         |              |
| TK №1,25  | ГХ        | Салат з запеченої капусти з родз. | 100                                   | 125,00                    | 2,04     | 6,44    | 14,80        | 100                                    | 125,00                    | 2,04     | 6,44    | 14,80        | 100                                    | 125,00                    | 2,04     | 6,44    | 14,80        |
| TK №4,1   | МП.Л.Я.ЗП | Бризоль з твердим сиром           | 170-15                                | 367,00                    | 15,20    | 18,80   | 35,90        | 170-15                                 | 367,00                    | 16,10    | 18,80   | 38           | 170-15                                 | 367,00                    | 18,78    | 18,80   | 38,00        |
| TK №13,18 |           | Напій з карпаських трав           | 200                                   | 24,00                     | 0,22     | 0,01    | 5,87         | 200                                    | 24,00                     | 0,22     | 0,01    | 5,87         | 200                                    | 24,00                     | 0,22     | 0,01    | 5,87         |
| TK №12,1  |           | Банан                             | 100                                   | 95,00                     | 1,50     | 0,20    | 21,80        | 100                                    | 95,00                     | 1,50     | 0,20    | 21,8         | 100                                    | 95,00                     | 1,50     | 0,20    | 21,80        |
| Разом     |           |                                   |                                       | 611,00                    | 18,96    | 25,45   | 78,37        |                                        | 611,00                    | 19,86    | 25,45   | 80,47        |                                        | 611,00                    | 22,54    | 25,45   | 80,47        |
|           |           | четвер                            |                                       |                           |          |         |              |                                        |                           |          |         |              |                                        |                           |          |         |              |
| TK №1,39  |           | Салат з буряка з аром. олією      | 85                                    | 59,00                     | 1,26     | 2,64    | 8,38         | 85                                     | 59,00                     | 1,26     | 2,64    | 8,38         | 85                                     | 59,00                     | 1,26     | 2,64    | 8,38         |
| TK №7,9   | Р.Я       | Січеники рибні                    | 60                                    | 61,00                     | 9,96     | 1,09    | 2,73         | 90                                     | 91,00                     | 14,94    | 2,39    | 1,81         | 120                                    | 121,00                    | 20,87    | 3,19    | 2,41         |
| TK №8,12  | Л.МП      | Картопля відварна з маслом        | 120                                   | 151,00                    | 2,20     | 7,50    | 26,30        | 150                                    | 189,00                    | 2,70     | 9,40    | 23,5         | 150                                    | 189,00                    | 2,70     | 9,40    | 23,50        |
| TK №13,14 | МП.Л      | Сметана                           | 25                                    | 40,00                     | 0,72     | 3,75    | 0,76         | 25                                     | 40,00                     | 0,72     | 3,75    | 0,76         | 25                                     | 40,00                     | 0,72     | 3,75    | 0,76         |
| TK №11,3  |           | Узар з суміші сухофруктів         | 200                                   | 107,00                    | 0,30     | 0,90    | 24,90        | 200                                    | 107,00                    | 0,30     | 0,90    | 24,9         | 200                                    | 107,00                    | 0,30     | 0,90    | 24,90        |
| TK №12,1  |           | Банан                             | 100                                   | 95,00                     | 1,50     | 0,20    | 21,80        | 100                                    | 95,00                     | 1,50     | 0,20    | 21,8         | 100                                    | 95,00                     | 0,90     | 0,20    | 21,80        |
| Промисл.  | Г.        | Хліб житній                       | 30                                    | 71,00                     | 2,00     | 2,00    | 10,00        | 50                                     | 118,00                    | 3,00     | 3,00    | 16,7         | 50                                     | 118,00                    | 3,00     | 3,00    | 16,70        |
| Разом     |           |                                   |                                       | 584,00                    | 17,94    | 18,08   | 94,87        |                                        | 699,00                    | 24,42    | 22,28   | 97,85        |                                        | 729,00                    | 29,75    | 23,08   | 98,45        |
|           |           | п'ятниця                          |                                       |                           |          |         |              |                                        |                           |          |         |              |                                        |                           |          |         |              |
| TK №1,20  | ГЦ        | Салат з моркви і соусом вінег.    | 100                                   | 65,00                     | 1,29     | 3,47    | 8,14         | 100                                    | 65,0                      | 1,29     | 3,47    | 8,14         | 100                                    | 65,00                     | 1,29     | 3,47    | 8,14         |
| TK №10,45 | Г.МП.Л.Я  | Вермішель з сиром                 | 120-15                                | 405,00                    | 13,69    | 3,32    | 78,52        | 150-15                                 | 506,0                     | 17,12    | 4,16    | 98,15        | 150-15                                 | 506                       | 17,12    | 4,16    | 98,15        |
| TK №12,1  |           | Яблуко                            | 100                                   | 53,00                     | 0,90     | 0,30    | 11,80        | 100                                    | 53,0                      | 0,69     | 0,30    | 11,8         | 100                                    | 53                        | 0,90     | 0,3     | 11,8         |
| TK №362   |           | Сік натуральний пастеризован      | 200                                   | 92,00                     | 1,00     | 0,00    | 21,10        | 200                                    | 92,00                     | 1,00     | 0,00    | 21,1         | 200                                    | 92,00                     | 1,00     | 0,00    | 21,10        |
| Разом     |           |                                   |                                       | 615,00                    | 16,88    | 7,09    | 119,56       |                                        | 716,00                    | 20,10    | 7,93    | 139,19       |                                        | 716,00                    | 20,31    | 7,93    | 139,19       |

“Погоджено”

Начальник міського управління ГУ

Держпродспоживслужби

в Рівненській області

А.М.Сасовський

“ 16 ”

№15

2025року



“Затверджено”

ФОП Черняк А.В

# Примірне чотиритижневе сезонне меню осінь (обіди)

| Збірник рецептур,<br>розкладки | №       | Наявність<br>алергенів                           | Найменування страви | Енергетична цінність для дітей групи продовженого дня 6-11 років |                    |          |         |              |
|--------------------------------|---------|--------------------------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------|----------|---------|--------------|
|                                |         |                                                  |                     | Вихід,г                                                          | 630-735            | 21-25    | 21-24   | 88-103       |
|                                |         |                                                  |                     |                                                                  | Енерг-сть,<br>ккал | Білки, г | Жири, г | Вуглеводи, г |
| 1 ТИЖДЕНЬ                      |         |                                                  |                     | 4                                                                | 5                  | 6        | 7       | 8            |
| 1                              | 2       | 3                                                |                     |                                                                  |                    |          |         |              |
| ПОНЕДІЛОК                      |         |                                                  |                     |                                                                  |                    |          |         |              |
| Т.К. № 1.27                    |         | Салат з капусти та моркви з сметаною             |                     | 50/25                                                            | 68                 | 0,79     | 1,56    | 3,28         |
| Т.К. № 2.31                    |         | Юшка з кукурудзяною крупою на овочевому бульйоні |                     | 250                                                              | 112                | 2,67     | 2,12    | 20,88        |
| Т.К. № 8.1                     |         | Плов з булгура та свининою                       |                     | 48/101                                                           | 392                | 14,77    | 23,44   | 29,12        |
| Т.К. № 11.01                   |         | Компот з ягід або фруктів з м'ятою               |                     | 200                                                              | 44,4               | 0,4      | 0       | 10           |
| Промислове                     | Г       | Хліб цільнозерновий                              |                     | 30                                                               | 71                 | 2        | 2       | 10           |
| Т.К. №12.01                    |         | Фрукти сезонні                                   |                     | 50                                                               | 26,2               | 0,2      | 0,2     | 5,9          |
| ВСЬОГО:                        |         |                                                  |                     |                                                                  | 713,6              | 20,83    | 29,32   | 79,18        |
| ВІВТОРОК                       |         |                                                  |                     |                                                                  |                    |          |         |              |
| Т.К. № 1.23                    |         | Салат з моркви та яблук                          |                     | 60                                                               | 41,4               | 1,23     | 2,19    | 2,42         |
| Т.К. № 2.19                    |         | Суп з сочевиці                                   |                     | 250                                                              | 195                | 10,05    | 5,48    | 23,64        |
| Т.К. № 8.28                    | л мп    | Січеник з свинини                                |                     | 50                                                               | 250                | 15,01    | 21,05   | 0,73         |
| Т.К. № 8. 01                   | МП, Л   | Каша гречана з чебрецем (розсипчаста)            |                     | 100                                                              | 110,6              | 3,4      | 2,6     | 20,1         |
| Промислове                     | Г       | Хліб житній                                      |                     | 30                                                               | 68,00              | 1,20     | 0,20    | 15,00        |
| Т.К. № 11.09                   |         | Чай з мелісою                                    |                     | 200                                                              | 0,25               | 0,02     | 0       | 0,4          |
| Т.К. №12.01                    |         | Фрукти сезонні                                   |                     | 50                                                               | 45                 | 0,75     | 0,05    | 10,9         |
| ВСЬОГО:                        |         |                                                  |                     |                                                                  | 710,25             | 31,66    | 31,57   | 73,19        |
| СЕРЕДА                         |         |                                                  |                     |                                                                  |                    |          |         |              |
| ТК №1,36                       |         | Салат з буряка з ароматною олією                 |                     | 80                                                               | 69,2               | 0,16     | 2,12    | 9,2          |
| Т.К. № 2.10                    |         | Суп з крупою та томатом                          |                     | 250                                                              | 116,8              | 2,6      | 2,2     | 16           |
| ТК № 7.10                      | Р. Я.   | Рибні нагетси                                    |                     | 60                                                               | 117                | 11,46    | 3,02    | 10,48        |
| ТК № 10.14                     | МП,Л,ЗП | Ризотто з зеленими горошком та твердим сиром     |                     | 125                                                              | 190,81             | 6,1      | 7       | 26,1         |
| Промислове                     | Г       | Хліб цільнозерновий                              |                     | 30                                                               | 71                 | 2        | 2       | 10           |
| Т.К. № 331                     |         | Кисіль із плодів та ягід                         |                     | 200                                                              | 54,86              | 3,75     | 3,05    | 6,36         |
| ТК №12.01                      |         | Фрукти сезонні                                   |                     | 50                                                               | 39,3               | 0,3      | 0,3     | 8,85         |
|                                |         |                                                  |                     |                                                                  | 658,97             | 12,51    | 13,47   | 72,71        |
| ЧЕТВЕР                         |         |                                                  |                     |                                                                  |                    |          |         |              |
|                                |         |                                                  |                     | 250/5                                                            | 193,5              | 3,2      | 6,68    | 31,9         |
| Т.К. № 2.02                    | Л,МП,С  | Борщ полтавський                                 |                     | 48/23                                                            | 117                | 17,19    | 4,94    | 0,85         |
| Т.К. № 9.29                    | Л. М П  | Курка запечена у сметанному соусі з арахісом     |                     | 120                                                              | 182                | 4,86     | 4       | 31,52        |
| Т.К. № 10.2                    | л мп г  | Банош                                            |                     | 30                                                               | 68,00              | 1,20     | 0,20    | 15,00        |
| Промислове                     | Г       | Хліб житній                                      |                     | 200                                                              | 83                 | 1        | 0       | 15,8         |
| Т.К. № 362                     |         | Сік натуральний пастеризов                       |                     | 100                                                              | 52,4               | 0,4      | 0,4     | 11,8         |
| ТК №12.01                      |         | Фрукти сезонні                                   |                     |                                                                  | 695,9              | 22,59    | 11,82   | 63,55        |
| ВСЬОГО:                        |         |                                                  |                     |                                                                  |                    |          |         |              |
| П'ЯТНИЦЯ                       |         |                                                  |                     |                                                                  |                    |          |         |              |
| Т.К. № 2.12                    | С       | Суп гороховий                                    |                     | 250                                                              | 171                | 4,7      | 8,4     | 19,4         |
| Т.К. № 8.3                     |         | Китайська печеня зі свининою                     |                     | 48/101                                                           | 328                | 12,71    | 22,46   | 19,35        |
| Т.К. № 169                     | Я       | Яйце варене                                      |                     | 40                                                               | 63                 | 5,1      | 4,6     | 0,3          |
| Промислове                     |         | Хліб цільнозерновий                              |                     | 30                                                               | 71                 | 2        | 2       | 10           |
| Т.К. № 1.03                    |         | Узвар з суміші сухофруктів                       |                     | 200                                                              | 62                 | 0,64     | 0       | 15,34        |
| ТК №12.01                      |         | Фрукти сезонні                                   |                     | 100                                                              | 52,4               | 0,4      | 0,4     | 11,8         |
| ВСЬОГО:                        |         |                                                  |                     |                                                                  | 747,4              | 25,55    | 37,86   | 76,19        |



| Збірник<br>рецептур, № | Наявність | Найменування страв                 | Енергетична цінність для дітей групи продовженого дня 6-11р. |                       |          |         |              |
|------------------------|-----------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------|----------|---------|--------------|
|                        |           |                                    | Вихід, г                                                     | 630-735               | 21-25    | 21-24   | 88-103       |
|                        |           |                                    |                                                              | Енерго- цінність ккал | Білки, г | Жири, г | Вуглеводи, г |
|                        |           | 2 ТИЖДЕНЬ                          |                                                              |                       |          |         |              |
|                        |           | ПОНЕДІЛОК                          |                                                              |                       |          |         |              |
| ТК №2.32               | С         | Овочева юшка з булгуром            | 250                                                          | 118,00                | 2,19     | 4,15    | 17,81        |
| ТК № 8.29              | Г.ЗП.Я    | Гречаники з свинини                | 150                                                          | 351,00                | 16,72    | 19,70   | 25,21        |
| Т.К. № 13.14           | МП Л      | Сметана                            | 25                                                           | 32                    | 0,72     | 3,75    | 0,76         |
| Промислсвий            | Г.        | Хліб цільнозерновий                | 30                                                           | 71,00                 | 2,00     | 2,00    | 10,00        |
| ТК №13,10              |           | Напій з лимонів, апельсинів        | 200                                                          | 24,02                 | 0,45     | 0,20    | 7,00         |
| ТК №12,01              |           | Фрукти сезонні                     | 40                                                           | 39,30                 | 0,40     | 0,40    | 11,80        |
|                        |           | Разом                              |                                                              | 635,32                | 22,08    | 29,80   | 60,78        |
|                        |           | ВІВТОРОК                           |                                                              |                       |          |         |              |
| ТК №1,28               |           | Салат з капусти з ароматною олією  | 75                                                           | 41,50                 | 1,10     | 2,50    | 3,30         |
| ТК №2,11               | С         | Суп гороховий                      | 250                                                          | 161,80                | 5,50     | 5,50    | 19,25        |
| ТК № 9.21              | Г.        | Куліш з курячим м'ясом             | 50 /125                                                      | 270,00                | 21,55    | 7,36    | 29,54        |
| Промислове             | Г.        | Хліб цільнозерновий                | 30                                                           | 71,00                 | 2,00     | 2,00    | 9,00         |
| ТК №11.11              |           | Кисіль ягідний                     | 200                                                          | 80,40                 | 0,30     | 0,00    | 19,90        |
| Т.К. № 12.01           |           | Фрукти сезонні                     | 50                                                           | 20                    | 0,45     | 0,10    | 4,75         |
|                        |           | Разом                              |                                                              | 644,70                | 30,90    | 17,46   | 85,74        |
|                        |           | СЕРЕДА                             |                                                              |                       |          |         |              |
| ТК №2.20               | Г         | Капусняк з гарбузом                | 250                                                          | 134,00                | 2,91     | 6,64    | 16,40        |
| ТК № 8.38              | МП Л Г    | Відбивна запечена з бешамеллю      | 67                                                           | 216,00                | 12,48    | 17,45   | 2,76         |
| Т.К. № 8.25            | Г         | Булгур                             | 100                                                          | 110                   | 3,1      | 3,2     | 18,6         |
| Промислове             | Г.        | Хліб цільнозерновий                | 30                                                           | 71,00                 | 2,00     | 2,00    | 9,00         |
| ТК №11,02              |           | Компот з фруктів або ягід          | 200                                                          | 44,00                 | 0,60     | 0,00    | 44,00        |
| Т.К. №12.01            |           | Фрукти сезонні                     | 50                                                           | 45                    | 0,75     | 0,05    | 10,9         |
|                        |           | Разом                              |                                                              | 620,00                | 21,84    | 29,34   | 101,66       |
|                        |           | ЧЕТВЕР                             |                                                              |                       |          |         |              |
| ТК №2,01               | Р.ЛНП.С   | Борщ із картоплі                   | 250                                                          | 171,63                | 3,00     | 6,50    | 25,10        |
| ТК № 8,43              |           | Свинина відварна                   | 41                                                           | 181,00                | 11,27    | 15,29   | 0,00         |
| ТК №164                | Г.        | Макарони відварні з маслом з сиром | 120 /15                                                      | 136,70                | 5,19     | 3,75    | 27,00        |
| Т.К. № 362             |           | Сік натуральний пастеризований     | 200                                                          | 92                    | 1        | 0       | 15,8         |
| Промислове             | Г         | Хліб цільнозерновий                | 30                                                           | 71,00                 | 2,00     | 2,00    | 9,00         |
| ТК №12,01              |           | Фрукти сезонні                     | 100                                                          | 52,40                 | 0,40     | 0,40    | 11,80        |
|                        |           | Разом                              |                                                              | 704,73                | 22,86    | 27,94   | 88,70        |
|                        |           | П'ЯТНИЦЯ                           |                                                              |                       |          |         |              |
|                        |           |                                    |                                                              |                       |          |         |              |
| ТК №80                 |           | Суп картопляний з гречаною крупою  | 250                                                          | 102,00                | 2,50     | 2,60    | 16,80        |
| ТК № 7.7               | Г.        | Рибні палички                      | 60                                                           | 109,00                | 10,38    | 2,22    | 11,52        |
| ТК №1.42               | С.МП      | Салат з буряка та селери з сиром   | 75                                                           | 94                    | 3,16     | 2,72    | 4,35         |
| ТК № 10.1              | МП Л Г    | Каша пшенична                      | 120                                                          | 174,0                 | 5,2      | 3,1     | 36,5         |
| Промислове             | Г.        | Хліб цільнозерновий                | 30                                                           | 71,00                 | 2,00     | 2,00    | 9,00         |
| ТК № 13.17             |           | Чай чорний з чебрецем              | 200                                                          | 22                    | 0,24     | 0,3     | 5,56         |
| ТК №12.01              |           | Фрукти сезонні                     | 100                                                          | 52,4                  | 0,4      | 0,4     | 11,8         |
|                        |           | Разом                              |                                                              | 624,40                | 23,88    | 13,32   | 95,51        |



| Вірник рецептур,<br>№ розкладки | Наявність<br>алергенів | Найменування страви                      | Енергетична цінність для дітей групи продовженого дня 6-11 років |         |         |         |           |
|---------------------------------|------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------|---------|---------|-----------|
|                                 |                        |                                          | Вихід,г                                                          | 630-735 | 21-25   | 21-24   | 88-103    |
| 3 ТИЖДЕНЬ                       |                        |                                          |                                                                  | ккал    | Білки,г | Жири, г | Вуг-ди, г |
| 1                               | 2                      | 3                                        | 4                                                                | 5       | 6       | 7       | 8         |
| ПОНЕДІЛОК                       |                        |                                          |                                                                  |         |         |         |           |
| Т.К. № 1.2                      |                        | Салат з моркви з каррі з соусом вінегрет | 55                                                               | 49,0    | 1,0     | 2,6     | 6,3       |
| Т.К. № 2.2                      | С                      | Суп гороховий                            | 250                                                              | 178     | 7,21    | 5,6     | 24,45     |
| Т.К. № 8.48                     |                        | Свинина тушкована з зел.горошком         | 47/73                                                            | 237     | 12,9    | 18,76   | 4,78      |
| Т.К. № 164                      | Г М П                  | Макарони з маслом                        | 120                                                              | 163,2   | 6,23    | 4,5     | 32,4      |
| Промислове                      | Г                      | Хліб цільнозерновий                      | 30                                                               | 71      | 2       | 2       | 10        |
| Т.К. № 13,8                     |                        | Компот із фруктів або ягід               | 200                                                              | 44      | 0,6     | 0       | 9,9       |
| Т.К. №12.01                     |                        | Фрукти сезонні                           | 50                                                               | 37,5    | 0,68    | 0,15    | 8,25      |
| ВСЬОГО:                         |                        |                                          |                                                                  | 779,7   | 30,58   | 33,61   | 96,1      |
| ВІВТОРОК                        |                        |                                          |                                                                  |         |         |         |           |
| ТК № 1.43                       | л.мп.я                 | Салат з буряка та яєць зі сметаною       | 50/40/25                                                         | 42,00   | 1,98    | 2,31    | 3,59      |
| Т.К. № 2.07                     | С                      | Суп овочевий                             | 250                                                              | 118,63  | 2,7     | 2,3     | 21,9      |
| Т.К. № 7.9                      | р я                    | Січеники рибні                           | 60                                                               | 61      | 9,96    | 4,2     | 2,73      |
| Т.К. № 8.25                     | г                      | Булгур                                   | 120                                                              | 132     | 3,7     | 3,8     | 22,3      |
| Промислове                      | Г                      | Хліб цільнозерновий                      | 30                                                               | 71      | 2       | 2       | 10        |
| Т.К. № 362                      |                        | Сік натуральний пастеризований           | 200                                                              | 92      | 1       | 0       | 15,8      |
| Т.К. № 12.01                    |                        | Фрукти сезонні                           | 100                                                              | 52,4    | 0,4     | 0,4     | 11,8      |
| ВСЬОГО:                         |                        |                                          |                                                                  | 569,03  | 7,86    | 7,79    | 65,09     |
| СЕРЕДА                          |                        |                                          |                                                                  |         |         |         |           |
| Т.К. № 1.31                     |                        | Салат з капусти з ароматною олією        | 50                                                               | 54      | 1,76    | 3,09    | 5,59      |
| Т.К. № 2.11                     |                        | Суп селянський із крупою                 | 250                                                              | 106     | 2,3     | 4,4     | 14,1      |
| Т.К. № 248                      |                        | Биточок зі свинини                       | 70                                                               | 267     | 5,8     | 23,1    | 8,7       |
| Т.К. № 08.01                    | МП Л                   | Каша гречана з чебрецем                  | 120                                                              | 132,7   | 4,1     | 3,1     | 24,1      |
| Промислове                      |                        | Хліб житній/сир тв.                      | 30/15                                                            | 68      | 1,2     | 0,2     | 15        |
| Т.К. № 3.50                     |                        | Чай з лимоном                            | 200                                                              | 42      | 0,1     | 0       | 10,2      |
| Т.К. № 12.01                    |                        | Фрукти сезонні                           | 90                                                               | 47,16   | 0,4     | 0,4     | 10,62     |
| ВСЬОГО:                         |                        |                                          |                                                                  | 716,86  | 15,88   | 33,51   | 86,31     |
| ЧЕТВЕР                          |                        |                                          |                                                                  |         |         |         |           |
| Т.К. 2.21                       | Г                      | Гречана юшка                             | 250                                                              | 113     | 2,75    | 3,09    | 18,73     |
| Т.К. № 4.04                     |                        | Плов з курячим м'ясом                    | 48/132                                                           | 279,81  | 14,92   | 12,01   | 30,29     |
| ТК № 1.39                       | мп                     | Салат з буряка з селерою та сиром        | 35/15                                                            | 47,22   | 1,58    | 2,72    | 4,35      |
| Промислове                      | Г                      | Хліб цільнозерновий                      | 30                                                               | 71      | 2       | 2       | 10        |
| Т.К. № 11.07                    |                        | Напій з лимонів, апельсинів              | 200                                                              | 24,02   | 0,45    | 0,2     | 7         |
| Т.К. №12.01                     |                        | Фрукти сезонні                           | 40                                                               | 71      | 0,4     | 0,3     | 11        |
| ВСЬОГО:                         |                        |                                          |                                                                  | 606,05  | 22,1    | 20,02   | 81,37     |
| П'ЯТНИЦЯ                        |                        |                                          |                                                                  |         |         |         |           |
| Т.К. № 2.01                     | МП Л                   | Борщ з картоплею                         | 250                                                              | 159     | 2,86    | 6,16    | 23,64     |
| ТК № 8.3                        |                        | Китайська печеня зі свининою             | 48/101                                                           | 328     | 12,71   | 22,16   | 19,35     |
| ТК № 10.1                       | зп г мп л              | Каша пшенична                            | 120                                                              | 174     | 5,22    | 2,3     | 32,46     |
|                                 |                        | Хліб цільнозерновий                      | 30                                                               | 71      | 2       | 2       | 10        |
| ТК № 13.17                      |                        | Чай чорний з чебрецем                    | 200                                                              | 22      | 0,24    | 0,3     | 5,56      |
| ТК №12.01                       |                        | Фрукти сезонні                           | 100                                                              | 52,4    | 0,4     | 0,4     | 11,1      |
| ВСЬОГО:                         |                        |                                          |                                                                  | 806,4   | 60,72   | 9,16    | 62,06     |

| № рецептур,<br>№ розкладки | Наявність алергенів | Найменування страви                                | Енергетична цінність для дітей групи продовженого дня 6-11 років |                      |         |         |           |
|----------------------------|---------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------|---------|---------|-----------|
| 4 ТИЖДЕНЬ                  |                     |                                                    | Вихід,г                                                          | 630-735              | 21-25   | 21-24   | 88-103    |
|                            |                     |                                                    |                                                                  | Енерг-ність,<br>ккал | Білки,г | Жири, г | Вуг-ди, г |
| 1                          | 2                   | 3                                                  | 4                                                                | 5                    | 6       | 7       | 8         |
| <b>ПОНЕДІЛОК</b>           |                     |                                                    |                                                                  |                      |         |         |           |
| ТК № 1.20                  |                     | Салат з кап, моркви та зел горошку                 | 75                                                               | 51,00                | 1,50    | 2,70    | 4,70      |
| Т.К. № 82                  | Л                   | Суп з макаронами                                   | 250                                                              | 121                  | 2,5     | 0,4     | 21,6      |
| ТК №8,28                   | Л.МП.               | Січеники з свинини                                 | 50                                                               | 179,00               | 10,72   | 15,04   | 0,52      |
| Т.К. № 10.2                | л мп г              | Банош                                              | 100/15                                                           | 152                  | 4,05    | 3,34    | 26,27     |
| Промислове                 | Г                   | Хліб житній                                        | 30                                                               | 68,00                | 1,20    | 0,20    | 15,00     |
| ТК 13.29                   |                     | Чорний чай з куркумою                              | 200                                                              | 1                    | 0,12    | 1       | 0,12      |
| ТК №12,01                  |                     | Фрукти сезонні                                     | 100                                                              | 52,40                | 0,90    | 0,30    | 11,80     |
| <b>ВСЬОГО:</b>             |                     |                                                    |                                                                  | <b>624,40</b>        |         |         |           |
| <b>ВІВТОРОК</b>            |                     |                                                    |                                                                  |                      |         |         |           |
| ТК 2.07                    |                     | Суп овочевий                                       | 250                                                              | 118,7                | 2,07    | 2,3     | 21,09     |
| ТК№169                     | Я.                  | Яйце відварне                                      | 40                                                               | 63,00                | 5,10    | 4,60    | 0,30      |
| Т.К. № 83                  | Р Г                 | Хек запечений                                      | 50                                                               | 47,41                | 9,13    | 1,21    | 0         |
| Т.К. № 164                 | Л М П               | Макарони тв. сортів відварені з тв.сиром           | 120/15                                                           | 192,5                | 7,69    | 7,25    | 24        |
| Промислове                 | Г                   | Хліб цільнозерновий                                | 30                                                               | 71                   | 2       | 2       | 10        |
| Т.К. № 11.03               |                     | Узвар                                              | 200                                                              | 108                  | 0,27    | 0,93    | 24,93     |
| ТК №12,01                  |                     | Фрукти сезонні                                     | 100                                                              | 52,40                | 0,90    | 0,30    | 11,80     |
| <b>ВСЬОГО:</b>             |                     |                                                    |                                                                  | <b>653,01</b>        |         |         |           |
| <b>СЕРЕДА</b>              |                     |                                                    |                                                                  |                      |         |         |           |
| ТК №1,15                   | Я                   | Салат з моркви                                     | 30                                                               | 42,00                | 0,97    | 2,33    | 6,31      |
| Т.К. № 2.2                 | Л,МП,Я,С            | Борщ з картоплею                                   | 250                                                              | 191                  | 3,44    | 7,39    | 28,37     |
| Т.К. № 13.14               | МП Л                | Сметана                                            | 20                                                               | 32                   | 0,72    | 3,75    | 0,76      |
| Т.К. № 56                  |                     | Курка з паприкою                                   | 50                                                               | 109,25               | 15,05   | 4,95    | 1,16      |
| Т.К. № 8.02                | Г                   | Гречка з томатною пастою                           | 120                                                              | 137,2                | 4,6     | 3,6     | 25,8      |
| Промислове                 | Г                   | Хліб цільнозерновий                                | 30                                                               | 71                   | 2       | 2       | 10        |
| Т.К. № 11.02               |                     | Компот з фруктів або ягід (свіжих або заморожених) | 200                                                              | 44                   | 0,6     | 0       | 8,9       |
| Т.К. №12.01                |                     | Фрукти сезонні                                     | 50                                                               | 20                   | 0,45    | 0,1     | 4,75      |
| <b>ВСЬОГО:</b>             |                     |                                                    |                                                                  | <b>646,45</b>        |         |         |           |
| <b>ЧЕТВЕР</b>              |                     |                                                    |                                                                  |                      |         |         |           |
| Т.К. № 1.30                |                     | Салат з капусти з соусом вінегрет                  | 25                                                               | 43,5                 | 1,22    | 2,59    | 4,5       |
| Т.К. № 2.11                | С                   | Суп гороховий                                      | 250                                                              | 161,8                | 5,5     | 5,5     | 19,2      |
| Т.К. № 8.1                 |                     | Плов з булгура та свининою                         | 48/101                                                           | 392                  | 14,77   | 23,44   | 29,12     |
| Промислове                 | МП Л                | Сир твердий                                        | 15                                                               | 55,5                 | 3,5     | 4,5     | 0         |
| Т.К. № 11.07               |                     | Напій з лимонів, апельсинів                        | 200                                                              | 24,02                | 0,45    | 0,2     | 24,93     |
| Промислове                 | Г                   | Хліб цільнозерновий                                | 30                                                               | 71                   | 2       | 2       | 10        |
| Т.К. № 12.01               |                     | Фрукти сезонні                                     | 40                                                               | 31,44                | 0,24    | 0,24    | 7,08      |
| <b>ВСЬОГО:</b>             |                     |                                                    |                                                                  | <b>779,26</b>        |         |         |           |
| <b>П'ЯТНИЦЯ</b>            |                     |                                                    |                                                                  |                      |         |         |           |
| Т.К. № 87                  |                     | Суп картопляний з галушками                        | 250                                                              | 185                  | 6,1     | 3,1     | 10,5      |
| Т.К. № 8.35                | Л.МП                | Мітболи зі свинини з твердим сиром                 | 60                                                               | 205                  | 12,38   | 17,05   | 0,98      |
| Промислове                 | Г                   | Хліб житній                                        | 30                                                               | 68,00                | 1,20    | 0,20    | 15,00     |
| Т.К. № 362                 |                     | Сік натуральний пастеризований                     | 200                                                              | 83                   | 1       | 0       | 15,8      |
| ТК №12,01                  |                     | Фрукти сезонні                                     | 100                                                              | 52,40                | 0,90    | 0,30    | 11,80     |
| ТК №10,20                  | МП.Л                | Картопля відварна з маслом                         | 120                                                              | 119,00               | 2,47    | 2,86    | 21,02     |
| <b>ВСЬОГО:</b>             |                     |                                                    |                                                                  | <b>712,4</b>         |         |         |           |