

**Перспективне чотирьохтижневе меню
Олешківського академічного ліцею «Ерудит»
Олешківської міської ради
на весняний період 2022 року**

Оддієнське управління
 територіального управління
 територіальної оборони у Херсонській області
 Павло БАБИЧУК

Управління освіти, у справах
 сім'ї, молоді та спорту
 Олександрівської міської ради
 Ірина КОСТИНА

Херсонська академія
 професійного літвого "Бридінг"
 Олександрівської міської ради
 Ольга ЛАУХІНА

Зміст рецептур. в розкладі	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 12-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.					
	Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-27	60-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112	
1-й тиждень	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
Понеділок																
ПК № 3.02	Омлет Скрамбл	50	97,90	5,40	6,90	3,70	50	97,90	5,40	6,90	3,70	50	97,90	5,40	6,90	3,70
ПК № 08.02	Каши гречана з томат. пастою	120	137,20	4,60	2,60	25,80	150	171,50	5,70	3,30	32,30	150	171,50	5,70	3,30	32,30
Орг. хар. с. 421	Какао з квашено тунцована	70	100,77	1,83	5,04	12,93	70	100,77	1,83	5,04	12,93	70	188,75	1,83	7,04	12,93
ПК № 11.05	Какао з молоком	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
ПК № 12.01	Банани свіжі	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
	Всього	570	614,35	21,44	22,24	84,08	620	695,65	23,54	24,94	97,28	620	783,63	23,54	26,94	97,28
Вівторок																
ПК № 4.13	Курка тушкована в соусі гуляш з кимном	70	110	15,2	3,5	2,5	100	157,15	21,70	5,06	3,61	120,00	188,60	26,00	6,10	4,40
ПК № 08.13	Картопляне пюре з органіо	120	171,26	2,85	8,36	21,12	150	214,10	3,60	10,50	26,40	150	214,10	3,60	10,50	26,40
Орг. хар. с. 423	Морква тушкована	70	97,9	1,3	5,1	13,39	70	115,88	1,3	7,1	13,39	70	115,88	1,3	7,1	13,39
ПК № 11.08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
ПК № 12.01	Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	13,00	100	52,40	0,40	0,40	13,00
	Всього	590	579,42	25,50	22,41	65,17	670	734,39	33,75	30,11	79,48	690,00	765,84	38,05	31,15	80,25
Середа																
ПК № 4.03	Куліш з курчачим м'ясом	180	277,50	15,80	12,60	22,50	250	385,50	22,00	17,40	38,20	300	462,60	26,40	20,90	45,80
Орг. хар. с. 424	Буряк тушкований з цибулею	70	110,0	1,9	5,1	15,97	70	127,98	1,9	7,1	15,97	70	127,98	1,9	7,1	15,97
ПК № 11.12	Йогурт	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30
ПК № 12.01	Банани свіжі	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
	Всього	475	568,50	21,20	24,20	70,57	545	694,48	27,40	31,00	81,27	595	771,58	31,80	34,50	88,87
Четвер																
ПК № 6.03	Запечена риба з овочами під томатним соусом	60	60,90	8,50	2,80	1,70	90	91,30	12,70	4,20	2,50	120	121,70	16,90	5,50	3,30
ПК № 08.03	Рис з кимном (рецепт частів)	120	164,10	3,70	3,00	30,20	150	205,20	4,70	3,80	37,70	150	205,20	4,70	3,80	37,70
Світ. РЦ № 129	Капуста тушкована	90	103,75	2,16	5,1	13,82	90	121,73	2,16	7,1	13,82	90	121,73	2,16	7,1	13,82
	Сир твердий	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15,00	54,00	3,45	4,35	0,00
	Сік	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
ПК № 12.01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00
	Всього	615	600,80	19,50	11,10	105,60	695	730,93	27,61	23,75	128,10	725	761,33	31,81	25,05	105,02
П'ятниця																
ПК № 07.12	Запечена сирна з бананом та в'ялим сири	170	289,46	16,78	10,53	31,55	170	289,46	16,78	10,53	31,55	170	289,46	16,78	10,53	31,55
ПК № 10.13	Буряк тушкований з яблуками	150	135,31	2,42	6,99	15,68	150	135,31	2,42	6,99	15,68	150	135,31	2,42	6,99	15,68
Кв. РЦ № 62	Узівар з сухофруктів (без цукру)	150	89,78	0,22	0,78	20,70	150	89,78	0,22	0,78	20,70	150	89,78	0,22	0,78	20,70
ПК № 11.03	Всього	470	514,55	19,42	18,30	67,93	470	514,55	19,42	18,30	67,93	470	514,55	19,42	18,30	67,93



Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				Енергетична цінність для дітей 12-17 р.				Енергетична цінність для дітей 14-18 р.						
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112	
			Енергощільність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енергощільність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енергощільність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
Повидло:																
TK № 07.16	Машиний пудинг з ягідним жолі	150/25	301,19	10,26	9,47	40,63	150/25	301,19	10,26	9,47	40,63	150/25	301,19	10,26	9,47	40,63
Org. харч. с. 423	Морква тушкована з яблуками	70	81,93	1,10	2,42	15,38	70	101,76	1,13	4,60	15,42	70	101,76	1,13	4,60	15,42
Сп. реч. РЦ№453	Сир твердий	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15,00	54,00	3,45	4,35	0,00
	Яйце відварне	60	105,00	7,80	6,60	0,60	60	105,00	7,80	6,60	0,60	60	105,00	7,80	6,60	0,60
TK № 11.03	Увар з сухофруктів (без цукру)	150	89,78	0,22	0,78	20,70	150	89,78	0,22	0,78	20,70	150	89,78	0,22	0,78	20,70
	Всього	295	631,90	22,83	23,62	77,31	295	651,73	22,86	25,80	77,35	295	651,73	22,86	25,80	77,35
Вітерок:																
TK № 4.16	Печиво по-домашньому з курячо	180	228,60	17,50	7,10	22,00	250	317,50	24,30	9,90	30,60	300	381,00	29,10	11,60	36,70
Org. харч. с. 418	Горошок зелений зі сметан соусом	100	139,72	4,94	7,72	13,27	100	156,24	4,96	9,54	13,30	100	162,85	4,97	10,26	13,31
	Сир	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50
	Хліб пшаночернової	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
TK № 12.01	Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80
	Всього	610	590,42	26,04	17,22	79,57	700	742,84	33,86	23,84	94,90	750	812,95	38,67	26,26	101,01
Сереза:																
TK № 4.04	Плов з курячим м'ясом	180	279,81	14,92	12,07	30,29	250	388,62	20,72	16,69	42,07	300	466,35	24,86	20,02	50,48
Org. харч. с. 424	Буряк тушкований	60	95,40	6,30	5,08	12,49	60	113,38	6,30	7,08	12,49	60	113,38	6,30	7,08	12,49
TK № 11.08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36
TK № 12.01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00
	Всього	540	494,07	25,37	20,50	60,14	610	620,86	31,17	27,12	71,92	660	698,59	35,31	30,45	80,33
Четвер:																
TK № 6.05	Фрикадельки риби	60	48,66	8,91	1,46	1,07	90	72,99	13,36	2,20	1,60	120	97,33	17,82	2,93	2,13
TK № 08.26	Каша пшонича (розсипчаста)	120	143,30	4,80	2,40	25,20	150	179,10	6,00	3,00	31,50	150	179,10	6,00	3,00	31,50
Org. харч. с. 356	Кавуна квашена	80	15,20	1,44	0,00	2,56	80	15,20	1,44	0,00	2,56	80	15,20	1,44	0,00	2,56
TK № 11.05	Каша з манкою	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85
	Хліб пшаночернової	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
TK № 12.01	Банани свіжі	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
	Всього	590	485,64	24,76	11,56	70,48	670,00	592,77	31,41	14,90	84,01	670,00	611,41	35,33	15,63	83,58
П'ятниця:																
TK № 07.13	Львівський сирник з м'ясом	100	201,90	12,82	9,94	15,06	100	201,90	12,82	9,94	15,06	150	302,90	19,20	14,90	22,60
TK № 11.12	Сметана	10	20,30	0,27	2,00	0,31	10	20,30	0,27	2,00	0,31	10	20,30	0,27	2,00	0,31
TK № 08.27	Сметана (відварена) зі спеціями (кориця, аніс)	120	184,90	14,00	2,40	29,80	150	231,20	17,50	3,10	37,30	150	231,20	17,50	3,10	37,30
Сп. реч. РЦ№129	Кавуна тушкована	90	103,75	2,16	5,10	13,82	90	121,73	2,16	7,10	13,82	90	121,73	2,16	7,10	13,82
TK № 11.06	Найлі з пшанини	200	113,60	5,60	0,00	24,00	200	113,60	5,60	0,00	24,00	200	113,60	5,60	0,00	24,00
TK № 12.01	Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80
	Хліб пшаночернової	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
	Всього	620	676,85	35,25	19,84	94,79	650	741,13	38,75	22,54	102,29	700	842,13	45,13	27,50	109,83



Збірник рецептур № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.								
		Вихід, г	6-11 р.		11-14 р.		Вихід, г	11-14 р.		11-14 р.		14-18 р.		Вихід, г	14-18 р.		Вихід, г	14-18 р.		
			525-630 калорійність	Білок, г	Жири, г	75-88 калорійність		Білок, г	Жири, г	Вуглеводи, г	600-720 калорійність	Білок, г	Жири, г		Вуглеводи, г	675-810 калорійність		Білок, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	8	9	10	
Повідомок																				
Т. № 07 с. 78 № 033	Запіванка рисова з в'яденим яйцем	200/20	339,93	10,93	11,55	47,24	250/20	421,19	13,61	14,40	58,24	250/20	421,19	13,61	14,40	58,24				
Орг. хар. с. 423	Морква тушкована	70	97,9	1,3	5,1	13,39	70	115,88	1,3	7,1	13,39	70	115,88	1,3	7,1	13,39				
ТК № 11 08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36				
ТК № 12 01	Яблука свіжі	80	41,92	0,32	0,32	9,44	80	41,92	0,32	0,32	9,44	80	41,92	0,32	0,32	9,44				
	Всього	350	556,61	16,30	20,02	76,43	350	655,85	18,98	24,87	87,43	350	655,85	18,98	24,87	87,43				
Вікторик																				
ТК № 4 01	Капуста тушкована з овочами та курчачим м'ясом	150	186,90	17,11	8,51	7,18	200	249,20	22,81	11,35	9,57	250	311,50	28,52	14,19	11,97				
ТК № 08 25	Будур (розсичастий)	120	132,00	3,70	3,80	22,30	150	165,00	4,70	4,80	27,90	150	165,00	4,70	4,80	27,90				
ТК № 11 12	Йогурт	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30				
ТК № 12 01	Банани свіжі	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				
	Всього	495	499,90	24,31	18,81	56,58	575	595,20	31,01	22,65	64,57	625	657,50	36,72	25,49	66,97				
Сергій																				
К. № 6 01	Рибні нагетси	70	113,80	11,30	2,20	14,50	105	170,70	17,00	3,20	21,80	140	227,60	22,60	4,30	29,00				
ТК № 08 01	Гречана каша (гроз.) з чебрецем	120	132,70	4,10	3,10	24,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10	150	165,80	5,20	3,90	30,10				
Орг. хар. с. 421	Капуста квашена тушкована	70	100,77	1,83	5,04	12,93	70	100,77	1,83	5,04	12,93	70	188,75	1,83	7,04	12,93				
	Сир	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50				
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7				
	Сир твердий	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15,00	54,00	3,45	4,35	0,00				
ТК № 12 01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00				
	Всього	605	612,97	24,28	16,99	95,03	690	749,97	32,08	20,79	115,03	725	894,85	37,68	23,89	122,23				
Четвер																				
Кл. РЦ № 64	Картопля смажена брускочками	120	248,80	3,44	12,72	30,00	150	311,00	4,30	15,90	37,50	150	311,00	4,30	15,90	37,50				
Орг. хар. с. 418	Горошок зелений з сметан. соусом	100	139,72	4,94	7,72	13,27	100	156,24	4,96	9,54	13,30	100	182,85	4,97	10,26	13,31				
ТК № 11 03	Увар з сиром (без цукру)	150	89,78	0,22	0,78	20,70	150	89,78	0,22	0,78	20,70	150	89,78	0,22	0,78	20,70				
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7				
30 реп. РЦ № 453	Яйце виларне	60	105,00	7,80	6,60	6,60	60	105,00	7,80	6,60	6,60	60	105,00	7,80	6,60	6,60				
ТК № 12 01	Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80	100	52,40	0,40	0,40	11,80				
	Всього	560	706,70	18,80	30,22	86,37	610	832,42	20,68	37,22	100,60	610	839,03	20,69	37,94	100,62				
П'ятниця																				
ТК № 4 11	Курка запечена в соусі "Імбирному"	60	132,00	13,60	6,70	3,60	85	186,90	19,30	9,40	5,10	100	219,94	22,67	11,10	6,05				
Кл. РЦ № 60	Фалафель	100	175,5	10,1	1,1	31,3	150	263,25	15,15	1,65	46,95	150	263,25	15,15	1,65	46,95				
Орг. хар. с. 424	Буряк тушкований	60	95,40	6,30	5,08	12,49	60	113,38	6,30	7,08	12,49	60	113,38	6,30	7,08	12,49				
ТК № 11 05	Каша з молоком	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85				
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7				
ТК № 12 01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00				
	Всього	550	678,38	38,51	20,68	78,24	645	836,01	50,26	27,93	102,09	660	869,05	53,63	29,63	103,04				



Департамент з боротьби з корупцією
 Виконавчого управління
 Департамент з боротьби з корупцією
 виконавчого управління
 Херсонської області
 Майдан Батьківщини 195 К

Департамент з боротьби з корупцією
 виконавчого управління
 Департамент з боротьби з корупцією
 виконавчого управління
 Херсонської області
 Майдан Батьківщини 195 К

Херсонський обласний заклад
 спеціальної гімназії
 Херсонської міської ради
 Ірина КОСТИНА
 Ольга ЛАУХІНА

зображення реєстру, №	Найменування отрав	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 12-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	75-88	Вихід, г	600-720	21-25	21-25	81-98	Вихід, г	675-810	23-27	23-27	93-112
			Енергоцінність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енергоцінність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енергоцінність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
Понеділок																
Снігур РЦ №128	Рагу овочева	200	238,03	6,26	7,65	38,09	200	257,98	4,82	10,68	36,81	200	258,00	4,69	10,67	37,07
TK № 11.05	Какао з молоком	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85	200	112,48	6,11	5,50	9,85
	Хліб пшанозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
TK № 12.01	Яблука свіжі	75	39,30	0,30	0,30	8,90	75	39,30	0,30	0,30	8,90	75	39,30	0,30	0,30	8,90
	Всього	505	460,81	14,67	15,45	66,84	525	527,76	14,23	20,48	72,26	525	527,78	14,10	20,47	72,52
Вівторок																
TK № 4.09	Курячі нагетси	85	186,30	15,10	7,70	17,70	125	274,00	22,10	11,30	26,00	150	328,90	26,60	13,40	31,20
TK № 08.22	Горохове пюре з чорносливом	120	174,59	10,07	3,35	16,93	150	218,24	12,59	4,18	21,16	150	218,24	12,59	4,18	21,16
Org. хар. с 421	Канюста квасолева тушкована	70	100,77	1,83	5,04	12,93	70	100,77	1,83	5,04	12,93	70	188,75	1,83	7,04	12,93
TK № 11.12	Йогурт	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30	125	86,00	2,00	6,30	5,30
TK № 12.01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00
	Всього	500	589,66	29,40	22,69	63,86	570	721,01	38,92	27,12	76,39	595	863,89	43,42	31,22	81,59
Середа																
TK № 08.14	Овочі припущені з соусом "Бешамель"	100	86,2	4	4,3	7,4	100	86,2	4	4,3	7,4	100	86,2	4	4,3	7,4
TK № 10.03	Котлети риби	60	53,21	9,06	1,48	2,10	90	79,82	13,58	2,22	3,15	120	106,42	18,11	2,90	4,70
TK № 08.15	Кусюке розсиччатий	120	156,10	4,70	2,60	26,40	150	195,10	5,80	3,30	33,00	150	195,10	5,80	3,30	33,00
	Сир твердий	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00
TK № 11.03	Узвар з сухофруктів (без цукру)	150	89,78	0,22	0,78	20,70	150	89,78	0,22	0,78	20,70	150	89,78	0,22	0,78	20,70
	Хліб пшанозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
TK № 12.01	Банани свіжі	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
	Всього	575	605,29	24,93	15,71	88,40	655	717,90	31,55	19,15	102,75	685	744,50	36,08	19,83	104,30
Четвер																
Кл. РЦ №68	Запканка шпацина з гарбузом та ягідним кулі	100/25	193,61	2,98	7,25	29,15	150/25	281,11	4,33	10,8	41,7	150/25	281,11	4,33	10,8	41,7
TK № 10.13	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36	200	76,86	3,75	3,05	6,36
TK № 11.08	Чай масала	75	39,30	0,30	0,30	8,90	75	39,30	0,30	0,30	8,90	75	39,30	0,30	0,30	8,90
TK № 12.01	Яблука свіжі	75	39,30	0,30	0,30	8,90	75	39,30	0,30	0,30	8,90	75	39,30	0,30	0,30	8,90
	Всього	550	309,77	7,03	10,60	44,41	600	397,27	8,38	14,15	56,96	600	397,27	8,38	14,15	56,96
П'ятниця																
TK № 4.14	бігос з гречкою	150	176,00	17,70	5,50	15,90	200	234,60	23,60	7,30	21,30	250	293,30	29,40	9,10	26,60
ЗБ реп РЦ №453	Яйце вилварне	60	105,00	7,80	6,60	0,60	60	105,00	7,80	6,60	0,60	60	105,00	7,80	6,60	0,60
	Сир твердий	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15	54,00	3,45	4,35	0,00	15,00	54,00	3,45	4,35	0,00
	Сир	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50	200	98,70	1,20	0,00	22,50
	Хліб пшанозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0	50	118,0	3,0	4,0	16,7	50	118,0	3,0	4,0	16,7
TK № 12.01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00	100	42,00	0,40	0,30	11,00
	Всього	555	546,70	32,55	18,75	60,00	625	652,30	39,45	22,55	72,10	675	711,00	45,25	24,35	77,40

СЕНО

Олександрівського району
Олександрівського міського ради
Управління освіти, у справах сім'ї, молоді та спорту
Олександрівської міської ради
Ірина КОСТІНА

ПОГОДЖЕНО

Начальник
Управління освіти, у справах сім'ї, молоді та спорту
Олександрівської міської ради
Ірина КОСТІНА

ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор
Олександрівського
академічного ліцею "Ерудит"
Олександрівської міської ради
Ольга КОСТІНА

Найменування страви		Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88
1-й тиждень			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
2		3	4	5	6	7
Понеділок						
02	Омлет Скрамбл	50	97,90	5,40	6,90	3,70
02	Каша гречана з томат.пастою	120	137,20	4,60	2,60	25,80
с.421	Капуста квашена тушкована	70	100,77	1,83	5,04	12,93
05	Какао з молоком	200	112,48	6,11	5,50	9,85
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
01	Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80
	Всього	570	614,35	21,44	22,24	84,08
Вівторок						
13	Курка тушкована в соусі гуляш з кмином	70	110	15,2	3,5	2,5
13	Картопляне пюре з орегано	120	171,26	2,85	8,36	21,12
423	Морква тушкована	70	97,9	1,3	5,1	13,39
08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
01	Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80
	Всього	590	579,42	25,50	22,41	65,17
Середа						
03	Куліш з курячим м'ясом	180	277,50	15,80	12,60	27,50
с.424	Буряк тушкований з цибулею	70	110,0	1,9	5,1	15,97
12	Йогурт	125	86,00	2,00	6,30	5,30
01	Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80
	Всього	475	568,50	21,20	24,20	70,57
Четвер						
03	Запечена риба з овочами під томатним соусом	60	60,90	8,50	2,80	1,70
3.03	Рис з кмином (розсипчастий)	120	164,10	3,70	3,00	30,20
№129	Капуста тушкована	90	103,75	2,16	5,1	13,82
	Сир твердий	15	54,00	3,45	4,35	0,00
	Сік	200	98,70	1,20	0,00	22,50
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
2.01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00
	Всього	615	600,80	19,50	11,10	105,60
П'ятниця						
7.12	Запіканка сирна з бананом та ягідним кюлі	170	289,46	16,78	10,53	31,55
0.13	Буряк тушкований з яблуками	150	135,31	2,42	6,99	15,68
1.03	Узвар з сухофруктів (без цукру)	150	89,78	0,22	0,78	20,70
	Всього	470	514,55	19,42	18,30	67,93



ЗАТВЕРДЖЕНО
Директор
Олешківського
академічного ліцею "Ерудит"
Олешківської міської ради
Ольга ПОВУВА



КЕНО
Догоджено
Начальник
управління освіти, у справах
сім'ї, молоді та спорту
Олешківської міської ради
Ірина КОСТІНА

Код	Назва страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88
3-й тиждень			енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7
Понеділок						
TK №10.13	Запіванка рисова з ягідним кюлі	200/20	339,93	10,93	11,55	47,24
423	Морква тушкована	70	97,9	1,3	5,1	13,39
08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36
01	Яблука свіжі	80	41,92	0,32	0,32	9,44
Всього		350	556,61	16,30	20,02	76,43
Вівторок						
01	Капуста тушкована з овочами та курячим м'ясом	150	186,90	17,11	8,51	7,18
125	Булгур (розсипчастий)	120	132,00	3,70	3,80	22,30
12	Йогурт	125	86,00	2,00	6,30	5,30
01	Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80
Всього		495	499,90	24,31	18,81	56,58
Середа						
01	Рибні нагетси	70	113,80	11,30	2,20	14,50
01	Гречана каша (розс.) з чебрецем	120	132,70	4,10	3,10	24,10
с.421	Капуста квашена тушкована	70	100,77	1,83	5,04	12,93
	Сік	200	98,70	1,20	0,00	22,50
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
	Сир твердий	15	54,00	3,45	4,35	0,00
2.01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00
Всього		605	612,97	24,28	16,99	95,03
Четвер						
№ 64	Картопля смажена брусочками	120	248,80	3,44	12,72	30,00
с.418	Горошок зелен.зі сметан.соусом	100	139,72	4,94	7,72	13,27
1.03	Узвар з сухофр. (без цукру)	150	89,78	0,22	0,78	20,70
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
Ц.№453	Яйце відварне	60	105,00	7,80	6,60	0,60
2.01	Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80
Всього		560	706,70	18,80	30,22	86,37
П'ятниця						
11	Курка запечена в соусі "Імбирному"	60	132,00	13,60	6,70	3,60
№40	Фалафель	100	175,5	10,1	1,1	31,3
с.424	Буряк тушкований	60	95,40	6,30	5,08	12,49
1.05	Какао з молоком	200	112,48	6,11	5,50	9,85
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
2.01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00
Всього		550	628,38	38,51	20,68	78,24



ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор
Одеського
академічного ліцею "Ерудит"
Одеської міської ради
Ольга ДАВУЦЬКА



№ п/п	Найменування страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88
2-й тиждень			Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
2	3	4	5	6	7	
Понеділок						
16	Манний пудинг з ягідним кюлі	150/25	301,19	10,26	9,47	40,63
с.423	Морква тушкована з яблуками	70	81,93	1,10	2,42	15,38
	Сир твердий	15	54,00	3,45	4,35	0,00
№453	Яйце відварне	60	105,00	7,80	6,60	0,60
03	Узвар з сухофруктів (без цукру)	150	89,78	0,22	0,78	20,70
	Всього	295	631,90	22,83	23,62	77,31
Вівторок						
6	Печеня по-домашньому з куркою	180	228,60	17,50	7,10	22,00
с.418	Горошок зелен. зі сметан. соусом	100	139,72	4,94	7,72	13,27
	Сік	200	98,70	1,20	0,00	22,50
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
01	Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80
	Всього	610	590,42	26,04	17,22	79,57
Середа						
4	Плов з курячим м'ясом	180	279,81	14,92	12,07	30,29
с.424	Буряк тушкований	60	95,40	6,30	5,08	12,49
08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36
01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00
	Всього	540	494,07	25,37	20,50	60,14
Четвер						
35	Фрикадельки рибні	60	48,66	8,91	1,46	1,07
26	Каша пшенична (розсипчаста)	120	143,30	4,80	2,40	25,20
с.356	Капуста квашена	80	15,20	1,44	0,00	2,56
05	Какао з молоком	200	112,48	6,11	5,50	9,85
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
01	Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80
	Всього	590	485,64	24,76	11,56	70,48
П'ятниця						
13	Львівський сирник з морквою	100	201,90	12,82	9,94	15,06
12	Сметана	10	20,30	0,27	2,00	0,31
с.27	Сочевія (відварена) зі спеціями (кориця, аніс)	120	184,90	14,00	2,40	29,80
№129	Капуста тушкована	90	103,75	2,16	5,10	13,82
06	Напій з шипшини	200	113,60	5,60	0,00	24,00
01	Яблука свіжі	100	52,40	0,40	0,40	11,80
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
	Всього	620	676,85	35,25	19,84	94,79

Найменування страв	Для дітей 6-11 р.		Найменування страв	Для дітей 6-11 р.	
	Норма вмісту на 1 порцію, г			Норма вмісту на 1 порцію, г	
2-й тиждень	брутто	нетто	2-й тиждень	брутто	нетто
1	2	3	1	2	3
Понеділок					
Ланний пудинг з ягід, кюлі	150/25		Четвер		
Зефір (МП, Л)	105,00	105,00	Фрикадельки рибні	60 (2 шт.)	
Група манна (Г)	30,00	30,00	Хек випотрош. без голів (Р)	81,60	60,00
Борошно пшен.ц/з (Г)	6,80	6,80	Цибуля	14,30	12,00
Ванільний цукор	0,80	0,80	Яйця курячі (Я)		4,80
Банан	24,00	12,00	Сіль йодована	0,20	0,20
Вершкове масло (МП, Л)	3,00	3,00	Перець чорний мелений	0,00	0,00
Сода харчова	0,80	0,80	Каша пшенична (розсип.)	120	
Сіль йодована	0,50	0,50	Крупа пшенична (Г)	48,00	48,00
Олія соняш. рафінована	1,50	1,50	Вершкове масло (МП, Л)	2,40	2,40
Цукор білий	6,8	6,8	Сіль йодована	0,40	0,40
Ігдане кюлі (ТК №10.13):		25,00	Капуста квашена	80	
Ігоди свіжі або с/м	25,00	25,00	Капуста квашена	110,00	80,00
Цукор білий	1,30	1,30	Какао з молоком	200	
Морква туш. з яблуками	70		Какао-порошок	6,00	6,00
Морква	88,00	70,00	Молоко 2,5% (МП, Л)	190,00	190,00
Яблука	49,00	43,00	Хліб цільнозерновий (Г)	30	
Цукор білий	5,00	5,00	Банани свіжі	100	
Вершкове масло (МП, Л)	3,00	3,00	П'ятниця		
Сир твердий (МП,Л)	15		Львів, сирник з моркв.	150	
Міне відварне (Я)	1 шт.		Сир кисло мол. (МП,Л)	90,00	90,00
З сухофр.(без цукру)	150		Яйця курячі (Я)		18,00
Гриби сушені	25,00	25,00	Борошно пшен.ц/з. (Г)	6,00	6,00
Вівторок			Сіль йодована	0,30	0,30
Печеня по-дом.з куркою	180		Ванільний цукор	1,50	1,50
Філе куряче	74,20	72,00	Вершкове масло (МП, Л)	3,50	3,50
Морква	18,00	13,50	Морква	54,00	45,00
Картопля	152,30	99,00	Верш.мас. (МП, Л) для деко	1,70	1,70
Олія соняш. рафінована	3,60	3,60	Крохмаль картопляний	5,40	5,40
Вершкове масло (МП, Л)	1,80	1,80	Цукор	6,00	6,00
Цибуля ріпчата	16,10	13,50	Сметана (МП,Л)	10	
Сіль йодована	0,50	0,50	Сочевія зі спеціями	120	
Борандр сухий мелений	0,40	0,40	Сочевія черв./зел.(ЗП)	58,20	57,60
Перець чорний мелений	0,20	0,20	Сіль йодована	0,40	0,40
Томатна паста	9,00	9,00	Вершкове масло (МП, Л)	2,40	2,40
Борошок зел.с/м зі смет.соус.	100		Аніс	0,40	0,40
Борошок зелений свіжомор.	81,00	80,00	Кориця мелена	0,40	0,40
Вершкове масло (МП, Л)	3,50	3,50	Капуста тушкована	90	
Сметана (МП, Л)	25,00	25,00	Капуста	100,00	80,00
Борошно пшен.ц/з. (Г)	2,00	2,00	Цукор	5,00	5,00
Сік	200		Цибуля	25,00	20,00
Хліб цільнозерновий (Г)	30		Морква	26,70	20,00
Яблука свіжі	100		Томатне пюре	5,00	5,00
Середа			Олія соняш. рафінована	5,00	5,00
Куриця з курячим м'ясом	180		Напій з шипшини	200	
Філе куряче	72,40	70,20	Плоди шипшини сушені	20,00	20,00
Група рисова (ЗП)	39,60	38,70	Яблука свіжі	100	
Олія соняш. рафінована	5,40	5,40	Хліб цільнозерновий (Г)	30	
Цибуля ріпчата	9,60	8,10			
Морква	12,00	9,00			
Томатна паста	6,30	6,30			
Цибуля ріпчата	0,5	0,5			
Ріпчата	0,5	0,5			
Перець чорний мелений	0,2	0,2			
Сіль йодована	0,5	0,5			
Турик тушкований	60				
Турик	93,50	75,00			
Олія соняш. рафінована	5,00	5,00			
Цукор білий	5,00	5,00			
Чай масала	200				
Чай чорний	0,5	0,5			
Молоко 2,5 % (МП, Л)	120,00	120,00			
Ванільний цукор	0,6	0,6			
Борниця	0,3	0,3			
Воздник	0,2	0,2			
Груші свіжі	100				



Директор ліцею

Ольга ЛАУХІНА

Ольга ЛАУХІНА

Кухар

Галина БУСЬ



ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор
Олексківського
академічного ліцею "Ерудит"
Олексківської міської ради
Ольга ХИМІЦА



Найменування страв		Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88
4-й тиждень			Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
2		3	4	5	6	7
Понеділок						
Ц№128	Рагу овочеве	200	238,03	6,26	7,65	38,09
05	Какао з молоком	200	112,48	6,11	5,50	9,85
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
01	Яблука свіжі	75	39,30	0,30	0,30	8,90
	Всього	505	460,81	14,67	15,45	66,84
Вівторок						
09	Курячі нагетси	85	186,30	15,10	7,70	17,70
22	Горохове пюре з чорносливом	120	174,59	10,07	3,35	16,93
с.421	Капуста квашена тушкована	70	100,77	1,83	5,04	12,93
12	Йогурт	125	86,00	2,00	6,30	5,30
01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00
	Всього	500	589,66	29,40	22,69	63,86
Середа						
3.14	Овочі припушені з соусом					
03	"Бешамель"	100	86,2	4	4,3	7,4
07	Котлети рибні	60	53,21	9,06	1,48	2,10
3.15	Кускус розсипчатий	120	156,10	4,70	2,60	26,40
	Сир твердий	15	54,00	3,45	4,35	0,00
1.03	Узвар з сухофруктів (без цукру)	150	89,78	0,22	0,78	20,70
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
2.01	Банани свіжі	100	95,00	1,50	0,20	21,80
	Всього	575	605,29	24,93	15,71	88,40
Четвер						
№68	Запіканка пшоняна з гарбузом та					
0.13	ягідним кулі	100/25	193,61	2,98	7,25	29,15
1.08	Чай масала	200	76,86	3,75	3,05	6,36
2.01	Яблука свіжі	75	39,30	0,30	0,30	8,90
	Всього	550	309,77	7,03	10,60	44,41
П'ятниця						
14	Бігос з гречкою	150	176,00	17,70	5,50	15,90
Ц№453	Яйце відварне	60	105,00	7,80	6,60	0,60
	Сир твердий	15	54,00	3,45	4,35	0,00
	Сік	200	98,70	1,20	0,00	22,50
	Хліб цільнозерновий	30	71,0	2,0	2,0	10,0
2.01	Груші свіжі	100	42,00	0,40	0,30	11,00
	Всього	555	546,70	32,55	18,75	60,00

Найменування страви	Для дітей 6-11 р.		Найменування страви	Для дітей 6-11 р.	
	Норма вмісту на 1 порцію, г			Норма вмісту на 1 порцію, г	
1-й тиждень	брутто	нетто	1-й тиждень	брутто	нетто
1	2	3	1	2	3
Понеділок			Середа		
Омлет Скрамбл	50		Куліш з курячим	180	
Яйця курячі харчові (Я)	1,00	40,00	Філе куряче	70,20	70,20
Молоко 2,5% (МП, Л)	7,50	7,50	Крупа пшона (ЗП)	39,60	39,60
Борош пшениц.ц/з (Г)	5,00	5,00	Цибуля ріпчата	15,00	12,60
Сіль йодована	0,20	0,20	Морква	16,80	12,60
Олія соняш. рафінована	0,30	0,30	Часник сухий	0,90	0,90
Гречка з томатною пастою	120		Сіль йодована	0,50	0,50
Крупа гречана (ЗП)	50,40	50,04	Перець чорний мелений	0,20	0,20
Вершкове масло (МП, Л)	2,40	2,40	Паприка мелена	0,50	0,50
Сіль йодована	0,36	0,36	Куркума мелена	0,50	0,50
Томатна паста	14,40	14,40	Томатна паста	3,60	3,60
Капуста кваш. тушк.	70		Олія соняш. рафінована	3,60	3,60
Капуста квашена	85,00	60,00	Вершкове масло (МП, Л)	1,80	1,80
Олія соняш. рафінована	5,00	5,00	Бурак тушк.з цибулею	70	
Морква	24,00	20,00	Бурак	125,00	100,00
Цибуля ріпчата	23,00	20,00	Цибуля ріпчата	12,00	10,00
Борош пшениц.ц/з (Г)	2,00	2,00	Олія соняш. рафінована	5,00	5,00
Цукор	6,00	6,00	Цукор	5,00	5,00
Какао з молоком	200		Йогурт (МП, Л)	125	
Какао-порошок	6,00	6,00	Банани свіжі	100	
Молоко 2,5% (МП, Л)	190,00	190,00	Четвер		
Хліб цільнозерновий (Г)	30		Запечена риба з овочами	60	
Квици свіжі	100		Філе хека зі шкірою (Р)	66,90	60,00
П'ятниця			Морква	12,00	9,00
Курка тушк. в соусі гуляш	70		Цибуля ріпчата	10,70	9,00
Філе куряче	72,20	70,00	Лавровий лист	0,10	0,10
Томатна паста	10,90	10,90	Сіль йодована	0,20	0,20
Кмин сухий (зерна)	0,30	0,30	Томатна паста	1,80	1,80
Сіль йодована	0,20	0,20	Олія соняш. рафінована	1,80	1,80
Паприка мелена	0,60	0,60	Рис з кминем (розсипчатий)	120	
Цукор білий	0,70	0,70	Крупа рисова (ЗП)	42,80	42,80
Олія соняш. рафінована	1,10	1,10	Сіль йодована	0,40	0,40
Картопляне пюре з орегано	120		Кмин сухий (зерно)	0,60	0,60
Картопля	157,80	102,60	Вершкове масло (МП, Л)	3,00	3,00
Орегано сухий	0,30	0,30	Капуста тушкована	90	
Вершкове масло (МП, Л)	2,40	2,40	Капуста	100,00	80,00
Молоко 2,5% (МП, Л)	18,00	18,00	Цукор	5,00	5,00
Сіль йодована	0,40	0,40	Цибуля ріпчата	25,00	20,00
Морква тушкована	70		Морква	26,70	20,00
Морква	120,00	100,00	Томатна паста	5,00	5,00
Олія соняш. рафінована	5,00	5,00	Олія соняш. рафінована	5,00	5,00
Цукор	5,00	5,00	Сир твердий (МП, Л)	15	
Чай масала	200		Сік	200	
Чорний чай	0,50	0,50	Хліб цільнозерновий (Г)	30	
Молоко 2,5% (МП, Л)	120,00	120,00	Груші свіжі	100	
Цукор	0,60	0,60	П'ятниця		
Цукор	0,30	0,30	Запек. сири з банан. і ягід.к.	170	
Воздяка	0,20	0,20	Сир кисломолочний (МП,Л)	85,50	85,50
Хліб цільнозерновий (Г)	30		Крупа манна (Г)	6,80	6,80
Яблука свіжі	100		Цукор	7,20	7,20
			Банани свіжі	75,00	45,00
			Олія соняш. рафінована	1,50	1,50
			Сухарі паніровочні(Г)	4,50	4,50
			Сметана(МП,Л)	4,50	4,50
			Ванільний цукор	0,30	0,30
Ягідне кюлі (ТК №10.13):	20		Куркума мелена	0,80	0,80
Ягоди свіжі або свіж./мороз.	20,00	20,00	Ягідне кюлі (ТК №10.13)	20,00	20,00
Цукор	1,04	1,04			

Найменування страви	Для дітей 6-11 р.		Найменування страви	Для дітей 6-11 р.	
1-й тиждень	брутто	нетто	1-й тиждень	брутто	нетто
1	2	3	1	2	3
Соус молочний			Бурак тушк. з яблуками		
Молоко 2,5% (МП, Л)	15,00	15,00	Бурак	134,00	105,00
Вершкове масло (МП, Л)	1,70	1,70	Яблука	43,00	30,00
Борош пшениц.ц/з (Г)	1,70	1,70	Вершкове масло (МП, Л)	11,00	11,00
Цукор	1,50	1,50	Цукор	3,00	3,00
Ванільний цукор	0,30	0,30	Соус мол. (РД № 103)(МП,Л)	30,00	30,00
			Увар з сухофр(без цукру)	150	
			Фрукти сушені	25,00	25,00



Директор ліцею
Кухар

Ольга Лаухіна

Ольга ЛАУХІНА
Галина БУСЬ

Найменування страв	Для дітей 6-11 р.		Найменування страв	Для дітей 6-11 р.	
	Норма вмісту на 1 порцію, г			Норма вмісту на 1 порцію, г	
3-й тиждень	брутто	нетто	3-й тиждень	брутто	нетто
	1	2		1	2
Понеділок					
апіканка рисова з ягід.кюлі	200/20		Картопля смажена брусоч.	120	
Група рисова (ЗП)	47,00	46,00	Картопля	173,60	170,40
Сир кисломолочний (МП, Л)	32,00	32,00	Олія соняш. рафінована	12,00	12,00
Яйця курячі (Я)		8,00	Сіль йодована	1,00	1,00
Цукор	9,80	9,80	Сушений імбир	0,40	0,40
Ванільний цукор	0,20	0,20	Горошок зел.с/м зі смет.соус.		
Вершкове масло (МП, Л)	4,00	4,00	Горошок свіжоморож зелений	81,00	80,00
Сметана (МП, Л)	20,00	20,00	Вершкове масло (МП, Л)	3,50	3,50
Ягідне кюлі (ТК №10.13):		20,00	Сметана (МП, Л)	25,00	25,00
Ягоди свіжі або с/м	200/20	20,00	Борошно пшен.ц/з. (Г)	2,00	2,00
Цукор білий	1,04	1,04	Яйце відварне (Я)		
Морква тушкована			Узвар з суміш.с/ф(без цукру)		
Морква	70		150		
Олія соняш. рафінована	120,00	100,00	Фрукти сушені	25,00	25,00
Цукор	5,00	5,00	Хліб цільнозерновий (Г)		
Чай масала			Яблука свіжі		
Чорний чай	200		100		
Молоко 2,5% (МП, Л)	0,50	0,50	П'ятниця		
Ванільний цукор	120,00	120,00	Курка запеч.в соус."Імбирн."		
Горічя	0,60	0,60	60		
Возлика	0,30	0,30	Курка куряче	102,00	72,00
Яблука свіжі	0,20	0,20	Стегно куряче	1,50	1,50
Каша гречана			Крохмаль кукурудзяний		
Каша гречана (ЗП)	80		Цукор		
Олія соняш. рафінована	72,00	72,00	Імбир сухий мелений		
Цукор	88,10	70,50	Сіль йодована		
Сіль йодована	0,50	0,50	Олія соняш. рафінована		
Морква	20,00	15,00	Фалафель		
Цибуля	17,90	15,00	100		
Перець солод білий	20,00	15,00	Квасоля	53,40	52,40
Томатне пюре	4,50	4,50	Борошно пшен.ц/з. (Г)	10,20	10,00
Імбир	0,80	0,80	Яйця курячі (Я)	1/10шт.	4,00
Олія соняш. рафінована	3,00	3,00	Перець чорний мелений	0,20	0,20
Вершкове масло (МП, Л)	1,50	1,50	Сіль йодована	2,00	2,00
Булгур (розсипчастий)			Буряк тушкований		
Булгур (Г)	120		70		
Сіль йодована	48,00	48,00	Буряк	93,50	75,00
Олія соняш. рафінована	0,40	0,40	Олія соняш. рафінована	5,00	5,00
Йогурт (МП, Л)			Цукор		
Банани свіжі	125		Какао з молоком		
100			200		
Середя			Какао-порошок		
Рибні нагетси	70 (2 шт.)		Молоко 2,5% (МП, Л)		
Олія мінтая зі шкіркою (Р)	66,50	60,00	Хліб цільнозерновий (Г)		
Хліб пшенич.цільнозерн. (Г)	17,50	10,50	Груші свіжі		
Сіль йодована	0,20	0,20	100		
Яйця курячі (Я)		5,60	Середя		
Борошно пшен.ц/з. (Г)	5,60	5,30	Рибні нагетси		
Сухарі панірувальні (Г)	8,40	7,00	Олія мінтая зі шкіркою (Р)		
Олія соняш. рафінована	1,40	1,40	Хліб пшенич.цільнозерн. (Г)		
Гречана каша розс.з чебрец.			Сіль йодована		
120			Яйця курячі (Я)		
Група гречана (ЗП)	57,10	56,40	Борошно пшен.ц/з. (Г)		
Сіль йодована	0,40	0,40	Сухарі панірувальні (Г)		
Вершкове масло (МП, Л)	3,00	3,00	Олія соняш. рафінована		
Чебрець (тим'як) сухий	0,20	0,20	Гречана каша розс.з чебрец.		
Галушка кваш.тушкована			70		
Галушка квашена	85,00	60,00	Група гречана (ЗП)		
Олія соняш. рафінована	5,00	5,00	Сіль йодована		
Морква	24,00	20,00	Вершкове масло (МП, Л)		
Цибуля	23,00	20,00	Чебрець (тим'як) сухий		
Борошно пшен.ц/з. (Г)	2,00	2,00	Галушка кваш.тушкована		
Цукор	6,00	6,00	Галушка квашена		
Сік			200		
Хліб цільнозерновий (Г)	30		Олія соняш. рафінована		
Груші свіжі	100		Морква		
Сир твердий (МП,Л)			20		
15			Цибуля		



Директор ліцею *[Signature]* Ольга ЛАУХІНА
Кухар *[Signature]* Галина БУСЬ

Найменування страв	Для дітей 6-11 р.		Найменування страв	Для дітей 6-11 р.	
	Норма вмісту на 1 порцію, г			Норма вмісту на 1 порцію, г	
4-й тиждень	брутто	нетто	4-й тиждень	брутто	нетто
	2	3		1	2
Понеділок			Середа		
Гагу овочева	200		Овочі припуш.з соус."Бешам."	100	
Картопля	172,80	120,00	Морква	53,30	40,00
Морква	40,00	30,00	Горошок зелен. с/м	30,00	30,00
Цибуля	37,00	30,00	Капуста	25,00	20,00
Капуста	70,00	55,00	Сіль йодована	0,30	0,30
зелен.горош.с/м	41,00	39,80	Соус "Бешам."(МП, Г, Л)	25,00	
Сметанне пюре	2,00	2,00	Борошно пшеничне цільнозерн. (Г)	1,33	1,30
Сіль йодована	4,00	4,00	Вершкове масло (МП, Л)	0,50	0,50
Олія соняш. рафінована	7,00	7,00	Молоко 2,5% (МП, Л)	23,80	23,80
Цукор	3,00	3,00	Мускатний орех	0,15	0,15
Какао з молоком	200		Сіль йодована	0,07	0,07
Какао-порошок	6,00	6,00	Котлети рибні 60		
Молоко 2,5% (МП, Л)	190,00	190,00	Філе минтая зі шкіркою (Р)	66,90	60,00
Хліб цільнозерновий (Г)	30		Цибуля	12,00	9,90
Яблука свіжі	100		Яйця курячі (Я)	4,80	
Вівторок			Крохмаль кукурудзяний	1,50	1,50
Курячі нагетси	85		Часник сушений	0,24	0,24
Філе куряче	70,10	68,00	Сіль йодована	0,18	0,18
Перець чорний мелений	0,10	0,10	Перець чорний мелений	0,06	0,06
Сіль йодована	0,30	0,30	Кускус розсипчастий 120		
Борошно цільнозерновий (Г)	8,50	8,50	Кускус (ЗП)	58,80	58,80
Борошно пшеничне (Г)	8,50	8,50	Сіль йодована	0,40	0,40
Яйця курячі (Я)	0,30	13,60	Вершкове масло (МП, Л)	3,00	3,00
Молоко 2,5% (МП, Л)	6,80	6,80	М'ята суха	0,20	0,20
Шанірувальні сухарі (Г)	8,50	8,50	Сир твердий (МП,Л) 15		
Олія соняш. рафінована	1,30	1,30	Узвар з суміш.с/ф(без цукру)	150	
Горохове пюре з чорносл.	120		Фрукти сушені	25,00	25,00
Горох жовтий сушений	36,00	35,40	Хліб цільнозерновий (Г)	30	
Сіль йодована	0,40	0,40	Банани свіжі	100	
Чорнослив без кісточок	3,00	3,00	Четвер		
Вершкове масло (МП, Л)	3,60	3,60	Запік.пшон.з гарбуз.ягід.кюлі	100/25	
Капуста квашена тушк.	70		Крупа пшоняна (ЗП)	27,30	27,30
Капуста квашена	85,00	60,00	Гарбуз	40,00	28,00
Олія соняш. рафінована	5,00	5,00	Цукор	4,00	4,00
Морква	24,00	20,00	Яйця курячі (Я)	1/10шт.	3,30
Цибуля ріпчаста	23,00	20,00	Олія соняш. рафінована	2,00	2,00
Борошно пшеничне ц/з (Г)	2,00	2,00	Сухарі пшеничні (Г)	2,00	2,00
Цукор	6,00	6,00	Сметана (МП, Л)	2,00	2,00
Йогурт (МП, Л)	125		Мелена кориця	0,10	0,10
Груші свіжі	100		Сіль йодована	0,30	0,30
			Ягідне кюлі (ТК №10.13):	25,00	
			Ягоди свіжі або с/м	25,00	25,00
			Цукор білий	1,30	1,30
			Чай масала 200		
			Молоко 2,5% (МП, Л)	120,00	120,00
			Ванільний цукор	0,60	0,60
			Кориця	0,30	0,30
			Гвоздика	0,20	0,20
			Чорний чай	0,50	0,50
			Яблука свіжі	100	
			П'ятниця		
			Бігос з гречкою	150	
			Філе куряче	72,70	70,50
			Крупа гречана (ЗП)	33,80	33,00
			Капуста квашена	28,50	22,50
			Вершкове масло (МП, Л)	3,00	3,00
			Сіль йодована	0,50	0,50
			Яйце вліварне (Я)	1 шт.	
			Сіль	200	
			Сир твердий (МП,Л)	15	
			Хліб цільнозерновий	30	
			Груші свіжі	100	



Кухар

Ольга ЛАУХІНА
Галина БУСЬ

Найменування стран	Для дітей 6-11 р.		Для дітей 11-14р.		Для дітей 14-18р.		Найменування стран	Для дітей 6-11 р.		Для дітей 11-14р.		Для дітей 14-18р.	
	Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г			Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто		брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
2-й тиждень							2-й тиждень						
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Понеділок													
Малий пудинг з ягід, коюлі	150/25		150/25		150/25		Четвер						
Зефир (МП, Л)	105,00	105,00	105,00	105,00	105,00	105,00	Фрикадельки рибні	60 (2 шт.)		90 (3 шт.)		120 (4 шт.)	
Крупа манна (Г)	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	Хеб випечений без голів (Р)	81,60	60,00	122,40	90,00	163,20	120,00
Борошно пшениц.п/з (Г)	6,80	6,80	6,80	6,80	6,80	6,80	Цибуля	14,30	12,00	21,40	18,00	28,60	24,00
Ванільний цукор	0,80	0,80	0,80	0,80	0,80	0,80	Яйця курячі (Я)	4,80		7,20		9,60	
Бавар	24,00	12,00	24,00	12,00	24,00	12,00	Сіль йодована	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
Вершкове масло (МП, Л)	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	Перець чорний мелений	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,10
Сода харчова	0,80	0,80	0,80	0,80	0,80	0,80	Капуста пшенична (розсип.)	120		150		150	
Сіль йодована	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	Крупа пшенична (Г)	48,00	48,00	60,00	60,00	60,00	60,00
Олія соняш. рафінована	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50	Вершкове масло (МП, Л)	2,40	2,40	3,00	3,00	3,00	3,00
Цукор білий	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	Сіль йодована	0,40	0,40	0,50	0,50	0,50	0,50
Лічине коюлі (ТК №10.13)	25,00		25,00		25,00		Капуста квашена	80		80		50	
Легли свіжо або с/м	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	Капуста квашена	110,00	80,00	110,00	80,00	70,00	50,00
Цукор білий	1,30	1,30	1,30	1,30	1,30	1,30	Какао з молоком	200		200		200	
Морква тушк.з яблуками	70		70		70		Какао-порошок	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00
Морква	88,00	70,00	88,00	70,00	88,00	70,00	Молоко 2,5% (МП, Л)	190,00	190,00	190,00	190,00	190,00	190,00
Яблука	49,00	43,00	49,00	43,00	49,00	43,00	Хліб цільнозерновий (Г)	30		50		50	
Цукор білий	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	Банани свіжі	100		100		100	
Вершкове масло (МП, Л)	3,00	3,00	6,00	6,00	6,00	6,00	П'ятниця						
Сир твердий (МП,Л)	15		15		15		Львів, сирник з моркв.	150		150		150	
Яйця вівсяні (Я)	1 шт.		1 шт.		1 шт.		Сир кисломол. (МП,Л)	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00	90,00
Хліб з сухофр.(без цукру)	150		150		150		Яйця курячі (Я)	18,00		18,00		18,00	
Сирокти сушені	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	Борошно пшениц.п/з (Г)	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00
Субота													
Печиво по-дом.з куркою	180		250		300		Сіль йодована	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30
Олія куряче	74,20	72,00	103,10	100,00	123,70	120,00	Ванільний цукор	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50	1,50
Морква	18,00	13,50	25,00	18,80	30,00	22,50	Вершкове масло (МП, Л)	3,50	3,50	3,50	3,50	3,50	3,50
Картопля	152,30	99,00	211,50	137,50	253,80	165,00	Морква	54,00	45,00	54,00	45,00	54,00	45,00
Олія соняш. рафінована	3,60	3,60	5,00	5,00	6,00	6,00	Верш.мас. (МП, Л) для деко	1,70	1,70	1,70	1,70	1,70	1,70
Вершкове масло (МП, Л)	1,80	1,80	2,50	2,50	3,00	3,00	Крохмаль картопляний	5,40	5,40	5,40	5,40	5,40	5,40
Цибуля ріпчатв	16,10	13,50	22,30	18,80	26,80	22,50	Цукор	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00
Сіль йодована	0,50	0,50	0,80	0,80	0,90	0,90	Сметана (МП,Л)	10		10		10	
Борандр сухий мелений	0,40	0,40	0,50	0,50	0,60	0,60	Сочевниця зі спеціями	120		150		150	
Перець чорний мелений	0,20	0,20	0,30	0,30	0,30	0,30	Сочевниця черв./зел.(ЗП)	58,20	57,60	72,80	72,00	72,80	72,00
Томатна паста	9,00	9,00	12,50	12,50	15,00	15,00	Сіль йодована	0,40	0,40	0,50	0,50	0,50	0,50
Борошно зел.з/м зі смет.суц.	100		100		100		Вершкове масло (МП, Л)	2,40	2,40	3,00	3,00	3,00	3,00
Борошно зелений свіжмор.	81,00	80,00	81,00	80,00	81,00	80,00	Ліс	0,40	0,40	0,40	0,40	0,40	0,40
Вершкове масло (МП, Л)	3,50	3,50	6,00	6,00	7,00	7,00	Кориця мелена	0,40	0,40	0,40	0,40	0,40	0,40
Сметана (МП, Л)	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	Капуста тушкована	90		90		90	
Борошно пшениц.п/з (Г)	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	Капуста	100,00	80,00	100,00	80,00	100,00	80,00
Сік	200		200		200		Цукор	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
Хліб цільнозерновий (Г)	30		50		50		Цибуля	25,00	20,00	25,00	20,00	25,00	20,00
Яблука свіжі	100		100		100		Морква	26,70	20,00	26,70	20,00	26,70	20,00
Соняш.													
Хліб з курячим м'ясом	180		250		300		Томатне пюре	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
Олія куряче	72,40	70,20	100,50	97,50	120,60	117,00	Олія соняш. рафінована	5,00	5,00	7,00	7,00	7,00	7,00
Крупа рисова (ЗП)	39,60	38,70	55,00	53,80	66,00	64,50	Напій з шипшини	200		200		200	
Олія соняш. рафінована	5,40	5,40	7,50	7,50	9,00	9,00	Плоди шипшини сушені	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00
Цибуля ріпчатв	9,60	8,10	13,40	11,30	16,10	13,50	Яблука свіжі	100		100		100	
Морква	12,00	9,00	16,70	12,50	20,00	15,00	Хліб цільнозерновий (Г)	30		50		50	
Томатна паста	6,30	6,30	8,80	8,80	10,50	10,50							
Ци	0,5	0,5	0,8	0,8	0,9	0,9							
Ліс	0,5	0,5	0,8	0,8	0,9	0,9							
Перець чорний мелений	0,2	0,2	0,3	0,3	0,3	0,3							
Сіль йодована	0,5	0,5	0,8	0,8	0,9	0,9							
Буряк тушкований	60		60		60								
Буряк	93,50	75,00	93,50	75,00	93,50	75,00							
Олія соняш. рафінована	5,00	5,00	7,00	7,00	7,00	7,00							
Цукор білий	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00							
Чай масала	200		200		200								
Чай чорний	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5							
Молоко 2,5% (МП, Л)	120,00	120,00	120,00	120,00	120,00	120,00							
Ванільний цукор	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6							
Кориця	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3							
Гвоздика	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2							
Груші свіжі	100		100		100								



Директор ліцензії

Галина Бусь
Галина БУСЬ

Кухар

Галина БУСЬ

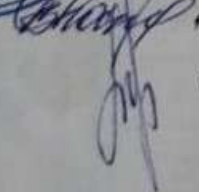

Найменування страви	Для дітей 6-11 р.		Для дітей 11-14р.		Для дітей 14-18р.		Найменування страви	Для дітей 6-11 р.		Для дітей 11-14р.		Для дітей 14-18р.							
	Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г			Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г							
3-й тиждень	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	3-й тиждень	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто						
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7						
Три тижні																			
Четвер																			
Цукор білий	200/20		250/20		250/20		Картопля смажена брусоч.	120		150		150							
Цукор цукор	47,00	46,00	58,80	57,50	58,80	57,50	Картопля	173,60	170,40	217,00	213,00	217,00	213,00						
Цукор цукор	32,00	32,00	40,00	40,00	40,00	40,00	Олія соняш. рафінована	12,00	12,00	15,00	15,00	15,00	15,00						
Цукор цукор		8,00		10,00		10,00	Сіль йодована	1,00	1,00	1,20	1,20	1,20	1,20						
Цукор цукор	9,80	9,80	12,30	12,30	12,30	12,30	Сушений імбир	0,40	0,40	0,50	0,50	0,50	0,50						
Цукор цукор	0,20	0,20	0,30	0,30	0,30	0,30	Горошок зел.с/м зі смет.соус.	100		100		100							
Цукор цукор	4,00	4,00	5,00	5,00	5,00	5,00	Горошок свіжоморож.зелений	81,00	80,00	81,00	80,00	81,00	80,00						
Цукор цукор	20,00	20,00	25,00	25,00	25,00	25,00	Вершкове масло (МП, Л)	3,50	3,50	6,00	6,00	7,00	7,00						
Цукор цукор		20,00		20,00		20,00	Сметана (МП, Л)	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00						
Цукор цукор	200/20	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	Борошно пшен.ц/з. (Г)	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00						
Цукор цукор	1,04	1,04	1,04	1,04	1,04	1,04	Яйце віварне (Я)	1 шт.		1 шт.		1 шт.							
Цукор цукор	70		70		70		Узвар з суміш.с/ф(без цукру)	150		150		150							
Цукор цукор	120,00	100,00	120,00	100,00	120,00	100,00	Фрукти сушені	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00						
Цукор цукор	5,00	5,00	7,00	7,00	7,00	7,00	Хліб цільнозерновий (Г)	30		50		50							
Цукор цукор	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	Яблука свіжі	100		100		100							
Цукор цукор	200		200		200														
Цукор цукор	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	П'ятниця												
Цукор цукор	120,00	120,00	120,00	120,00	120,00	120,00	Курка запеч.в соус."Імбирн."	60		85		100							
Цукор цукор	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	0,60	Стегно куряче	102,00	72,00	144,50	102,00	170,00	120,00						
Цукор цукор	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	Крохмаль кукурудзяний	1,50	1,50	2,13	2,13	2,50	2,50						
Цукор цукор	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	Цукор	1,50	1,50	2,13	2,13	2,50	2,50						
Цукор цукор	80		80		80		Імбир сухий мелений	1,20	1,20	1,70	1,70	2,00	2,00						
Цукор цукор	150		200		250		Сіль йодована	0,20	0,20	0,26	0,26	0,30	0,30						
Цукор цукор	72,00	72,00	96,00	96,00	120,00	120,00	Олія соняш. рафінована	0,60	0,60	0,85	0,85	1,00	1,00						
Цукор цукор	88,10	70,50	117,50	94,00	146,90	117,50	Фалафель	100		150		150							
Цукор цукор	0,50	0,50	0,80	0,80	0,80	0,80	Квасоля	53,40	52,40	77,70	76,20	77,70	76,20						
Цукор цукор	20,00	15,00	26,70	20,00	33,30	25,00	Борошно пшен.ц/з. (Г)	10,20	10,00	15,30	15,00	15,30	15,00						
Цукор цукор	17,90	15,00	23,80	20,00	29,80	25,00	Яйця курячі (Я)	1/10шт.	4,00	1/7шт.	6,00	1/7шт.	6,00						
Цукор цукор	20,00	15,00	26,70	20,00	33,30	25,00	Перець чорний мелений	0,20	0,20	0,30	0,30	0,30	0,30						
Цукор цукор	4,50	4,50	6,00	6,00	7,50	7,50	Сіль йодована	2,00	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00						
Цукор цукор	0,80	0,80	1,00	1,00	1,30	1,30	Буряк тушкований	70		70		70							
Цукор цукор	3,00	3,00	4,00	4,00	5,00	5,00	Буряк	93,50	75,00	93,50	75,00	93,50	75,00						
Цукор цукор	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50	Олія соняш. рафінована	5,00	5,00	7,00	7,00	7,00	7,00						
Цукор цукор	120		150		150		Цукор	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00						
Цукор цукор	48,00	48,00	60,00	60,00	60,00	60,00	Какао з молоком	200		200		200							
Цукор цукор	0,40	0,40	0,50	0,50	0,50	0,50	Какао-порошок	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00						
Цукор цукор	3,60	3,60	4,50	4,50	4,50	4,50	Молоко 2,5% (МП, Л)	190,00	190,00	190,00	190,00	190,00	190,00						
Цукор цукор	125		125		125		Хліб цільнозерновий (Г)	30		50		50							
Цукор цукор	100		100		100		Груші свіжі	100		100		100							
Цукор цукор	70 (2 шт.)		105 (3 шт.)		140 (4 шт.)														
Цукор цукор	66,50	60,00	99,80	90,00	133,00	120,00													
Цукор цукор	17,50	10,50	26,30	15,80	35,00	21,00													
Цукор цукор	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40													
Цукор цукор		5,60		8,40		11,20													
Цукор цукор	5,60	5,30	8,40	7,90	11,20	10,50													
Цукор цукор	8,40	7,00	12,60	10,50	16,80	14,00													
Цукор цукор	1,40	1,40	2,10	2,10	2,80	2,80													
Цукор цукор	120		150		150														
Цукор цукор	57,10	56,40	71,40	70,50	71,40	70,50													
Цукор цукор	0,40	0,40	0,50	0,50	0,50	0,50													
Цукор цукор	3,00	3,00	3,80	3,80	3,80	3,80													
Цукор цукор	0,20	0,20	0,30	0,30	0,30	0,30													
Цукор цукор	70		70		70														
Цукор цукор	85,00	60,00	85,00	60,00	85,00	60,00													
Цукор цукор	5,00	5,00	5,00	5,00	7,00	7,00													
Цукор цукор	24,00	20,00	24,00	20,00	24,00	20,00													
Цукор цукор	23,00	20,00	23,00	20,00	23,00	20,00													
Цукор цукор	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00													
Цукор цукор	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00													
Цукор цукор	200		200		200														
Цукор цукор	30		50		50														
Цукор цукор	100		100		100														
Цукор цукор	15		15		15														

Кухар

Галина БУСЬ

Найменування страв	Для дітей 6-11 р.		Для дітей 11-14р.		Для дітей 14-18р.		Найменування страв	Для дітей 6-11 р.		Для дітей 11-14р.		Для дітей 14-18р.	
	Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г			Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г		Норма вмісту на 1 порцію, г	
4-й тиждень	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	4-й тиждень	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
1	2	3	4	5	6	7	Середя						
Понеділок							Овочі припуш. з соус. "Бешам."						
200							100						
200							100						
200							100						
Пагу овочеве	200		200		200		Морква	53,30	40,00	53,30	40,00	53,30	40,00
Картопля	172,80	120,00	210,00	150,00	210,00	150,00	Горошок зелен. с/м	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00
Морква	40,00	30,00	20,00	15,00	26,70	20,00	Капуста	25,00	20,00	25,00	20,00	25,00	20,00
Цибуля	37,00	30,00	18,00	15,00	24,00	20,00	Сіль йодована	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30
Капуста	70,00	55,00	22,20	18,00	37,50	30,00	Соус "Бешам."(МП, Г, Л)	25,00		25,00		25,00	
Зелен горош с/м	41,00	39,80	20,00	19,75	11,00	10,20	Борошно пшеничне, цільнозерн. (Г)	1,33	1,30	1,33	1,30	1,33	1,30
Томатне пюре	2,00	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00	Вершкове масло (МП, Л)	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50	0,50
Сіль йодована	4,00	4,00	5,00	5,00	5,00	5,00	Молоко 2,5% (МП, Л)	23,80	23,80	23,80	23,80	23,80	23,80
Олія соняш. рафінована	7,00	7,00	10,00	10,00	10,00	10,00	Мускатний орех	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15
Цукор	3,00	3,00	4,00	4,00	4,00	4,00	Сіль йодована	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07	0,07
200							120						
200							90						
200							100						
Каша з молоком	200		200		200		Котлетні риби	60		90		120	
Каша-порошок	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	Філе минтая зі шкіркою (Р)	66,90	60,00	100,35	90,00	133,80	120,00
Молоко 2,5% (МП, Л)	190,00	190,00	190,00	190,00	190,00	190,00	Цибуля	12,00	9,90	18,00	14,85	24,00	19,80
Сіль цільнозерновий (Г)	30		50		50		Яйця курячі (Я)	4,80		7,20		9,60	
Яблука свіжі	100		100		100		Крохмаль кукурудзяний	1,50	1,50	2,25	2,25	3,00	3,00
Вівторок							Часник сушений						
85							125						
125							150						
Курячі нагетси	85		125		150		Сіль йодована	0,18	0,18	0,27	0,27	0,36	0,36
Філе куряче	70,10	68,00	103,10	100,00	123,70	120,00	Перець чорний мелений	0,06	0,06	0,09	0,09	0,12	0,12
Перець чорний мелений	0,10	0,10	0,10	0,10	0,20	0,20	Кускус розсіпчатий	120		150		150	
Сіль йодована	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50	Кускус (ЗП)	58,80	58,80	73,50	73,50	73,50	73,50
Борошно цільнозерновий (Г)	8,50	8,50	12,50	12,50	15,00	15,00	Сіль йодована	0,40	0,40	0,50	0,50	0,50	0,50
Борошно пшеничне (Г)	8,50	8,50	12,50	12,50	15,00	15,00	Вершкове масло (МП, Л)	3,00	3,00	3,80	3,80	3,80	3,80
Яйця курячі (Я)	0,30	13,60	0,50	20,00	0,60	24,00	М'ята суша	0,20	0,20	0,30	0,30	0,30	0,30
Молоко 2,5% (МП, Л)	6,80	6,80	10,00	10,00	12,00	12,00	Сир твердий (МП,Л)	15		15		15	
Панірувальні сухарі (Г)	8,50	8,50	12,50	12,50	15,00	15,00	Узвар з суміш.с/ф(без цукру)	150		150		150	
Олія соняш. рафінована	1,30	1,30	1,90	1,90	2,30	2,30	Фрукти сушені	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00	25,00
Горохове пюре з чорносл.	120		150		150		Хліб цільнозерновий (Г)	30		50		50	
Горох жовтий сушений	36,00	35,40	45,00	44,30	45,00	44,30	Банани свіжі	100		100		100	
Сіль йодована	0,40	0,40	0,50	0,50	0,50	0,50	Четвер						
Чорнослив без кісточок	3,00	3,00	3,80	3,80	3,80	3,80	Запік.пшон.з гарбуз.ягід.кюлі	100/25		150/25		150/25	
Вершкове масло (МП, Л)	3,60	3,60	4,50	4,50	4,50	4,50	Крупа пшоняна (ЗП)	27,30	27,30	41,00	41,00	41,00	41,00
Капуста квашена тушк.	70		70		70		Гарбуз	40,00	28,00	60,00	42,00	60,00	42,00
Капуста квашена	85,00	60,00	85,00	60,00	85,00	60,00	Цукор	4,00	4,00	6,00	6,00	6,00	6,00
Олія соняш. рафінована	5,00	5,00	5,00	5,00	7,00	7,00	Яйця курячі (Я)	1/10шт.	3,30	1/8шт.	5,00	1/8шт.	5,00
Морква	24,00	20,00	24,00	20,00	24,00	20,00	Олія соняш. рафінована	2,00	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00
Цибуля ріпчата	23,00	20,00	23,00	20,00	23,00	20,00	Сухарі пшеничні (Г)	2,00	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00
Борошно пшеничне ш/з (Г)	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,00	Сметана (МП, Л)	2,00	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00
Цукор	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	6,00	Мелена кориця	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15
Йогурт (МП, Л)	125		125		125		Сіль йодована	0,30	0,30	0,50	0,50	0,50	0,50
Груші свіжі	100		100		100		Ягітне кюлі (ТК №10.13):	25,00		25,00		25,00	
							Ягоди свіжі або с/м						
							Цукор білий						
							Чай масала						
							Молоко 2,5% (МП, Л)						
							Ванільний цукор						
							Кориця						
							Гвоздика						
							Чорний чай						
							Яблука свіжі						
							П'ятниця						
							Бігос з гречкою						
							Філе куряче						
							Крупа гречана (ЗП)						
							Капуста квашена						
							Вершкове масло (МП, Л)						
							Сіль йодована						
							Яйце вівтарне (Я)						
							Сіль						
							Сир твердий (МП,Л)						
							Хліб цільнозерновий						
							Груші свіжі						



Директор ліцію  Оля ЛАУХІНА
 Кухар  Галина БУСЬ

НОРМИ

I стор.

споживання основних груп харчових продуктів (з урахуванням 4-х сезонного меню)

для організації одноразового харчування в

Олешківському академічному ліцею "Ерудит" Олешківської міської ради, що проводять освітню діяльність на певному рівні (рівнях) повної загальної середньої освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку у разі п'ятиденного перебування
(денна норма на одну порцію (г))

Найменування групи харчових продуктів	Витрати продуктів та сировини на одну порцію (г)					
	Маса нетто			Маса брутто		
	Вікові групи (роки)			Вікові групи (роки)		
	6-11 р.	11-14 р.	14-18 р.	6-11 р.	11-14 р.	14-18 р.
Овочі різні:						
Цибуля ріпчата	11,04	11,96	13,73	13,18	14,24	16,34
Морква	26,46	26,91	28,20	33,08	33,63	35,25
Капуста	14,32	13,58	15,38	17,90	16,98	19,22
Буряк	17,75	17,75	17,75	22,30	22,30	22,30
Гарбуз	1,40	2,10	2,10	2,00	3,00	3,00
Перець солодкий білий	1,00	1,00	1,25	1,25	1,34	1,67
Помідори свіжі	50,00	50,00	50,00	57,50	57,50	57,50
Огірки свіжі	50,00	50,00	50,00	52,50	52,50	52,50
Цибуля зелена	10,00	10,00	10,00	10,20	10,20	10,20
Кабачки	50,00	50,00	50,00	60,00	60,00	60,00
Горошок зелен свжоморож.	11,60	11,60	11,60	11,65	11,65	11,65
Капуста квашена	13,78	14,11	13,05	19,68	20,16	18,64
Вершкове масло	3,00	4,00	4,80	3,00	4,00	4,50
Рослина олія соняш рафінов.	5,50	6,50	7,50	5,50	6,50	7,50
Сіль йодована	1,00	1,50	1,50	1,00	1,50	1,50
Цукор	7,50	7,50	7,50	7,50	7,50	7,50
Ванільний цукор	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30	0,30
Злакові та бобові:						
Крупа рисова	6,47	8,37	8,92	6,47	8,37	8,92
Крупа гречана	7,07	8,97	9,54	7,07	8,97	9,54
Крупа пшоная	3,35	4,80	5,35	3,35	4,80	5,35
Крупа манна	1,84	1,84	1,84	1,84	1,84	1,84
Крупа пшенична	2,40	3,00	3,00	2,40	3,00	3,00
Сочевиця	2,91	3,64	3,64	2,91	3,64	3,64
Кускус	2,94	3,68	3,68	2,94	3,68	3,68
Булгур	2,40	3,00	3,00	2,40	3,00	3,00
Горох жовтий	1,80	2,25	2,25	1,80	2,25	2,25
Квасоля	2,67	3,89	3,89	2,67	3,89	3,89
Філе хека	3,00	4,50	6,00	3,35	5,02	6,69
Хек випотрош без голів	3,00	4,50	6,00	4,08	6,12	8,16
Філе минтаї зі шкіркою	6,00	9,00	12,00	6,66	9,98	13,30
Стегно куряче	3,60	5,10	6,00	5,10	7,23	8,50
Філе куряче	24,50	35,00	42,00	25,20	36,05	43,05
Картопля	24,60	31,64	33,02	32,83	41,79	43,90
Соки (без цукру)	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00
Фрукти сушені	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
Шипшина	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
Яйця	2шт.	2шт.	2шт.	2шт.	2шт.	2шт.
Хліб пшанозерновий	18,00	30,00	30,00	18,00	30,00	30,00
Хліб пшеничний	1,30	1,94	2,50	1,30	1,94	2,50
Какао	1,20	1,20	1,20	1,20	1,20	1,20
Чай	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
Молоко та кисломолоч. прод.						
Молоко	65,56	65,94	66,04	65,56	65,94	66,04
Йогурт	18,75	18,75	18,75	18,75	18,75	18,75
Кефір	5,25	5,25	5,25	5,25	5,25	5,25
Сир кисломолочний	10,38	10,78	10,78	10,38	10,78	10,78
Сир твердий	4,50	4,50	4,50	4,50	4,50	4,50
Сметана	4,33	4,48	4,48	4,33	4,48	4,48
Борошно пшен. пшанозернове	3,00	4,00	5,00	3,00	4,00	5,00
Томатна паста	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
Квици сухий (зерна)	0,10	0,20	0,30	0,10	0,20	0,30
Паприка мелена	0,05	0,10	0,10	0,05	0,10	0,10
Мускатний горіх	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
М'ята суха	0,01	0,02	0,02	0,01	0,02	0,02
Орегано сухий	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02
Кориця (мелена)	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09	0,09
Гвоздика	0,04	0,04	0,04	0,04	0,04	0,04
Часник сухий	0,06	0,08	0,10	0,06	0,08	0,10
Перець чорний мелений	0,04	0,06	0,07	0,04	0,06	0,07
Куркума мелена	0,07	0,08	0,09	0,07	0,08	0,09

2 стор.

Лавровий лист	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
Сухарі паніровочні	0,75	1,00	1,20	0,75	1,00	1,20
Коріандр сухий мелений	0,02	0,03	0,03	0,02	0,03	0,03
Зірв	0,03	0,04	0,05	0,03	0,04	0,05
Сода харчова	0,04	0,04	0,04	0,04	0,04	0,04
Крохмаль картопляний	0,27	0,27	0,27	0,27	0,27	0,27
Крохмаль кукурудзяний	0,08	0,08	0,08	0,08	0,08	0,08
Аніс	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02
Імбир сушений	0,08	0,11	0,13	0,08	0,11	0,13
Чорнослив без кісточки	0,15	0,19	0,19	0,15	0,19	0,19
Чебрець (тим'ян сухий)	0,01	0,02	0,02	0,01	0,02	0,02
Ягоди свіжі або свіжоморож.	4,50	4,50	4,50	4,50	4,50	4,50
Фрукти:						
Банани	46,00	46,00	46,00	46,00	46,00	46,00
Яблука	34,00	34,00	34,00	34,00	34,00	34,00
Груші	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00



Ольга ЛАУХІНА