

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	525-630	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
	1-й тиждень		Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г		Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г		Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
Понеділок																
	салат з моркви сиру та сметани	75	84.10	3.40	5.40	5.90	75	84.10	3.40	5.40	5.90	75	84.10	3.40	5.40	5.90
	Плов з курячим м'ясом	180	279.81	14.92	12.01	30.29	200	310.9	16.58	13.34	33.66	250.0	388.62	20.72	16.69	42.07
	узвар з суміші сухофруктів	150	80.80	0.20	0.70	18.70	150	80.80	0.20	0.70	18.70	150.0	80.80	0.20	0.70	18.70
	Хліб цільнозерновий	30	71.00	2.00	0.20	10.00	50	118.00	3.00	4.00	16.70	50.0	118.0	3.00	4.00	16.7
	з маслом	3	19.83	0.02	2.17	0.04	4	26.44	0.03	2.90	0.05	4.5	29.74	0.03	3.26	0.06
	груші або сливи свіжі	100	42.00	0.40	0.30	11.00	100	42.00	0.40	0.30	11.00	100.0	42.00	0.40	0.30	11.00
	Всього	538	577.54	20.94	20.78	75.89	579	662.24	23.58	26.64	86.01	675	743.26	27.75	30.42	83.43
Вівторок																
	салат з свіж.буряка та аром.олії	100	69.25	1.55	3.19	9.23	100	69.25	1.55	3.19	9.23	100	69.25	1.55	3.19	9.23
	Гречана каша (розсіпч.)з чебр.	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
	Фрітата	50	90.20	5.40	6.70	2.10	50	90.20	5.40	6.70	2.10	50	90.20	5.40	6.70	2.10
	какао з молоком	180	109.90	6.10	5.40	9.60	180	109.90	6.10	5.40	9.60	180	109.90	6.10	5.40	9.60
	Хліб житній	30	68.00	1.00	0.21	15.00	50	113.00	2.00	0.35	25.00	50	113.00	2.00	0.35	25.00
	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	580	565.05	19.65	18.80	81.83	630	643.15	21.75	19.74	97.83	630	643.15	21.75	19.74	97.83
Середа																
	салат з капусти і родзинками	75	93.69	1.53	4.83	11.07	75	93.69	1.53	4.83	11.07	75	93.69	1.53	4.83	11.07
	Котлета по-міланськи з сиром	90	228.20	16.60	10.00	21.30	125	316.90	23.00	13.90	29.50	150	380.30	27.60	16.60	35.50
	Відвар.картопля з верш.масл	120	151.40	2.20	7.50	18.80	120	151.40	2.20	7.50	18.80	150	189.30	2.70	9.40	23.50
	Йогурт	125	86.00	4.00	3.00	10.00	125	86.00	4.00	3.00	10.00	125	86.00	4.00	3.00	10.00
	Груші або сливи 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	510	601.29	24.73	25.63	72.17	545	689.99	30.73	29.53	80.37	600	791.29	35.83	33.83	80.07
Четвер																
	Салат з капусти та моркви	75	48.00	1.10	2.60	4.40	75	48.00	1.10	2.60	4.40	75	48.00	1.10	2.60	4.40
	Рибні стіки	70	112.20	10.80	1.90	15.20	105	168.20	16.10	2.80	22.70	140	235.50	22.60	3.90	31.80
	Соус "Кетчуп"	25	13.20	0.30	0.00	3.00	25	13.20	0.30	0.00	3.00	25	13.20	0.30	0.00	3.00
	Сочевниця зі спеціями	120	184.90	14.00	2.40	29.80	150	231.20	17.50	3.10	37.30	150	231.00	17.50	3.10	37.30
	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
	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	530.16	31.45	10.15	80.56	655	632.46	40.25	11.75	95.56	690	699.56	46.75	12.85	104.66
П'ятниця																
	Запіканка сирна з яблук.і моркв	100	182.60	12.54	8.18	14.25	150	273.90	18.81	12.27	21.37	180	328.64	22.57	14.72	25.64
	Сметана	15	30.90	0.45	3.00	0.45	15	30.90	0.45	3.00	0.45	15	30.90	0.45	3.00	0.45
	Овочеve cote	120	101.70	2.00	6.60	8.10	120	101.70	2.00	6.60	8.10	150	127.10	2.50	8.30	10.10
	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	71.00	2.00	2.00	10.00	50	118.00	3.00	4.00	16.70	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70
	з маслом	3	19.83	0.02	2.17	0.04	4	26.44	0.03	2.90	0.05	4.5	29.74	0.04	3.26	0.06
	груші або яблука 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	568	546.73	18.61	22.25	66.34	639.00	691.64	25.89	29.07	80.17	699.50	775.08	30.16	33.58	86.45

Збірник рецептур,	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	525-630	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- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г		Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г		Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи,г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
Понеділок																
	асорті овочеve	100	86.44	1.98	6.25	5.33	100	86.44	1.98	6.25	5.33	100	86.44	1.98	6.25	5.33
	Ризотто з зеленим горошком та сиром твердим	150	238.40	7.60	8.70	32.60	200	317.90	10.10	11.60	43.50	200	317.90	10.10	11.60	43.50
	Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	150	80.80	0.20	0.70	18.70	150	80.80	0.20	0.70	18.70	150	80.80	0.20	0.70	18.70
	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
	з маслом	3	19.83	0.02	2.17	0.04	4	26.44	0.03	2.90	0.05	4.5	29.74	0.03	3.26	0.06
	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	533	591.47	13.30	20.02	88.47	604	724.58	16.81	25.65	106.08	605	727.88	16.81	26.01	106.09
Вівторок																
	Салат з капусти, огірків та кропу	100	55.76	1.39	3.21	4.25	100	55.76	1.39	3.21	4.25	100	55.76	1.39	3.21	4.25
	Кураче стегно в гірчичному соусі	50	109.60	13.30	5.60	2.30	75	164.50	19.90	8.40	3.40	90	197.40	23.90	10.10	4.10
	Картопляне пюре з орегано	120	162.62	2.84	7.42	21.11	150	203.30	3.50	9.30	26.40	150	203.30	3.50	9.30	26.40
	Йогурт	125	86.00	4.00	3.00	10.00	125	86.00	4.00	3.00	10.00	125	86.00	4.00	3.00	10.00
	Хліб житній	30	68.00	1.00	0.21	15.00	50	113.00	2.00	0.35	25.00	50	113.00	2.00	0.35	25.00
	Апельсини або сливи свіжі	100	50.00	0.90	0.20	11.00	100	50.00	0.90	0.20	11.00	100	50.00	0.90	0.20	11.00
	Всього	525	531.98	23.43	19.64	63.66	600	672.56	31.69	24.46	80.05	615	705.46	35.69	26.16	80.75
Середа																
	салат з буряка яєць та сметани	100	93.35	4.16	5.26	7.45	100	93.35	4.16	5.26	7.45	100	93.35	4.16	5.26	7.45
	Курачі 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
	Соус "Кетчуп"	25	13.20	0.30	0.00	3.00	25	13.20	0.30	0.00	3.00	25	13.20	0.30	0.00	3.00
	Гречана каша (розсипч.) з чебр.	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
	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
	Груші або яблука 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	630	566.25	25.26	16.36	85.75	700	687.05	33.36	20.76	100.05	725	741.95	37.86	22.86	105.25
Четвер																
	Салат зі свіжих томатів з солодким перцем	75.00	37.10	0.80	2.50	3.00	75.00	37.10	0.80	2.50	3.00	75.00	37.10	0.80	2.50	3.00
	Риба тушкована з овочами та томатним соусом	48/12	60.90	8.50	2.80	1.70	72/18	91.30	12.70	4.20	2.50	96/24	121.70	16.90	5.50	3.30
	Рис з орегано	120.00	163.60	3.70	2.90	30.20	150.00	204.50	4.60	3.60	37.70	150.00	204.50	4.60	3.60	37.70
	Какао з молоком	180.00	109.91	6.08	5.36	9.55	180.00	109.91	6.08	5.36	9.55	180.00	109.91	6.08	5.36	9.55
	Хліб житній	30.00	68.00	1.00	0.21	15.00	50.00	113.00	2.00	0.35	25.00	50.00	113.00	2.00	0.35	25.00
	з маслом	3.00	19.83	0.02	2.18	0.04	4.00	26.44	0.03	2.90	0.05	4.50	29.75	0.03	3.26	0.06
	Банани свіжі	100.00	95.00	1.50	0.20	21.80	100.00	95.00	1.50	0.20	21.80	100.00	95.00	1.50	0.20	21.80
	Всього	508.00	554.34	21.60	16.15	81.25	559.00	677.25	27.68	19.11	99.60	559.50	710.96	31.91	20.77	100.41
П'ятниця																
	Овочеve соте	75.00	63.60	1.30	4.10	5.00	75.00	63.60	1.30	4.10	5.00	75.00	63.60	1.30	4.10	5.00
	Сочевиця (відварена) зі спеціями (коричня, аніс)	120.00	184.90	14.00	2.40	29.80	150.00	231.20	17.50	3.10	37.30	150.00	231.20	17.50	3.10	37.30
	Львівський сирник з морквою	100.00	201.90	12.82	9.94	15.06	100.00	201.90	12.82	9.94	15.06	150.00	302.90	19.20	14.90	22.60
	Сметана	10.00	20.60	0.30	2.00	0.30	10.00	20.60	0.30	2.00	0.30	10.00	20.60	0.30	2.00	0.30
	чай масала	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36
	Яблука або апельсини свіжі	100.00	52.40	0.40	0.40	11.80	100.00	52.40	0.40	0.40	11.80	100.00	52.40	0.40	0.40	11.80
	Всього	605.00	600.26	32.57	21.89	68.32	635.00	646.56	36.07	22.59	75.82	685.00	747.56	42.45	27.55	83.36

№ рецептур,	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	525-630	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
	3-й тиждень		Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи ,г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
Понеділок																
	Салат з овочів та яєць	100.00	65.09	2.54	4.48	3.26	100.00	65.09	2.54	4.48	3.26	100.00	65.09	2.54	4.48	3.26
	Запіканка рисова з ягідним кюлі	200/25	358.69	10.99	11.58	51.80	250/25	439.95	13.66	14.43	62.80	300/25	521.21	16.34	17.29	73.80
	Сік	200.00	98.70	1.20	0.00	22.50	200.00	98.70	1.20	0.00	22.50	200.00	98.70	1.20	0.00	22.50
	Банани свіжі	100.00	95.00	1.50	0.20	21.80	100.00	95.00	1.50	0.20	21.80	100.00	95.00	1.50	0.20	21.80
	Всього	400.00	617.48	16.23	16.26	99.36	400.00	698.74	18.90	19.11	110.36	400.00	780.00	21.58	21.97	121.36
Вівторок																
	салат з моркви сиром та сметани	75.00	84.10	3.40	5.40	5.90	75.00	84.10	3.40	5.40	5.90	75.00	84.10	3.40	5.40	5.90
	рагу з карі (зменш.сіль)Клопотенко	150.00	118.84	12.84	5.89	3.62	200.00	158.46	17.12	7.85	4.83	250.00	198.07	21.40	9.82	6.03
	Ньокі картопляні галушки	120.00	201.30	5.10	3.40	39.20	150.00	251.60	6.40	4.30	49.00	150.00	251.60	6.40	4.30	49.00
	Йогурт	125.00	86.00	4.00	3.00	10.00	125.00	86.00	4.00	3.00	10.00	125.00	86.00	4.00	3.00	10.00
	Сливи або яблука свіжі	100.00	50.00	0.90	0.20	11.00	100.00	50.00	0.90	0.20	11.00	100.00	50.00	0.90	0.20	11.00
	Всього	570.00	540.24	26.24	17.89	69.72	650.00	630.16	31.82	20.75	80.73	700.00	669.77	36.10	22.72	81.93
Середа																
	салат з свіж.томат.та солодк.перцем	100.00	49.51	1.02	3.38	3.97	100.00	49.51	1.02	3.38	3.97	100.00	49.51	1.02	3.38	3.97
	Рибні нагетси	70.00	113.80	11.30	2.20	14.50	105.00	170.70	17.00	3.20	1.80	140.00	227.60	22.60	4.30	29.00
	Соус "Кетчуп"	25.00	13.20	0.30	0.00	3.00	25.00	13.20	0.30	0.00	3.00	25.00	13.20	0.30	0.00	3.00
	Рис розсипчастий з орегано	120.00	163.60	3.70	2.90	30.20	150.00	204.50	4.60	3.60	37.70	150.00	204.50	4.60	3.60	37.70
	Чай масала	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36
	Хліб житній	30.00	68.00	1.00	0.21	15.00	50.00	113.00	2.00	0.35	25.00	50.00	113.00	2.00	0.35	25.00
	Апельсини або яблука свіжі	100.00	50.00	0.90	0.20	11.00	100.00	50.00	0.90	0.20	11.00	100.00	50.00	0.90	0.20	11.00
	Всього	645.00	534.97	21.97	11.94	84.03	730.00	677.77	29.57	13.78	88.83	765.00	734.67	35.17	14.88	116.03
Четвер																
	салатзкисломолсиру сол перцю і часник	75.00	90.80	8.90	5.10	2.50	75.00	90.80	8.90	5.10	2.50	75.00	90.80	8.90	5.10	2.50
	печення по домашн з куркою	180.00	235.70	17.50	7.90	22.00	250.00	327.40	24.30	10.90	30.60	300.00	392.90	29.20	13.10	36.70
	Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	150.00	80.80	0.20	0.70	18.70	150.00	80.80	0.20	0.70	18.70	150.00	80.80	0.20	0.70	18.70
	Хліб цільнозерновий	30.00	71.00	2.00	2.00	10.00	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70
	з маслом	3.00	19.83	0.02	2.17	0.04	4.00	26.44	0.03	2.90	0.05	4.50	29.74	0.04	3.26	0.06
	Яблука або сливи свіжі	100.00	52.40	0.40	0.40	11.80	100.00	52.40	0.40	0.40	11.80	100.00	52.40	0.40	0.40	11.80
	Всього	538.00	550.53	29.02	18.27	65.04	629.00	695.84	36.83	24.00	80.35	679.50	764.64	41.74	26.56	86.46
П'ятниця																
	Салат зі свіжого буряка та ароматної олії□	100.00	69.25	1.55	3.19	9.23	100.00	69.25	1.55	3.19	9.23	100.00	69.25	1.55	3.19	9.23
	Курка запечена в соусі "Імбирному"	60.00	132.00	13.60	6.70	3.60	85.00	186.90	19.30	9.40	5.10	100.00	219.94	22.67	11.10	6.05
	маке енд чіз	100.00	150.98	5.14	8.46	14.39	120.00	181.20	6.20	10.20	17.30	150.00	226.47	7.71	12.70	21.58
	Чай масала	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36
	Хліб цільнозерновий	30.00	71.00	2.00	2.00	10.00	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70
	Груші або апельсини свіжі	100.00	42.00	0.40	0.30	11.00	100.00	42.00	0.40	0.30	11.00	100.00	42.00	0.40	0.30	11.00
	Всього	590.00	542.09	26.44	23.70	54.58	655.00	674.21	34.20	30.14	65.69	700.00	752.52	39.08	34.34	70.92

№ рецептур,	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.					Енергетична цінність для дітей 14-18				
		Вихід, г	525-630	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- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки,г	Жири, г	Вуглеводи, г		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
Понеділок																
	салат з капусти зелен горош.і нас	75.00	70.80	2.20	4.90	3.90	75.00	70.80	2.20	4.90	3.90	75.00	70.80	2.20	4.90	3.90
	курячий шинцель	70.00	148.50	13.10	6.90	11.30	100.00	212.09	18.70	9.85	16.19	120.00	254.50	22.40	11.80	19.40
	соус "Кетчуп"	25.00	13.20	0.30	0.00	3.00	25.00	13.20	0.30	0.00	3.00	25.00	13.20	0.30	0.00	3.00
	каша пшенична (розсипчаста)	120.00	151.92	4.84	3.32	25.24	150.00	189.90	6.00	4.20	31.50	150.00	189.90	6.00	4.20	31.50
	сік	200.00	98.70	1.20	0.00	22.50	200.00	98.70	1.20	0.00	22.50	200.00	98.70	1.20	0.00	22.50
	Сливи або яблука свіжі	100.00	50.00	0.90	0.20	11.00	100.00	50.00	0.90	0.20	11.00	100.00	50.00	0.90	0.20	11.00
	всього	590.00	533.12	22.54	15.32	76.94	650.00	634.69	29.30	19.15	88.09	670.00	677.10	33.00	21.10	91.30
Вівторок																
	салат з моркви яблук та йогуртом	100.00	86.01	2.18	0.82	15.69	100.00	86.01	2.18	0.82	15.69	100.00	86.01	2.18	0.82	15.69
	яйце варене	45.00	70.65	5.71	5.17	0.31	45.00	70.65	5.71	5.17	0.31	45.00	70.65	5.71	5.17	0.31
	вегетар.закрит.пиріг	100.00	120.47	3.02	6.25	12.96	200.00	240.90	6.00	12.50	25.90	250.00	301.20	7.50	15.60	32.40
	какао з молоком	180.00	109.91	6.08	5.36	9.55	180.00	109.91	6.08	5.36	9.55	180.00	109.91	6.08	5.36	9.55
	хліб цільнозерновий	30.00	71.00	2.00	2.00	10.00	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70
	банани свіжі	100.00	95.00	1.50	0.20	21.80	100.00	95.00	1.50	0.20	21.80	100.00	95.00	1.50	0.20	21.80
	Всього	555.00	553.04	20.49	19.80	70.31	675.00	720.47	24.47	28.05	89.95	725.00	780.77	25.97	31.15	96.45
Середа																
	Запечені кабачки в панірувальних сухарях	75.00	130.30	5.70	5.70	15.00	75.00	130.30	5.70	5.70	15.00	75.00	130.30	5.70	5.70	15.00
	Минтай запечений у соусі "Бешамель"	60.00	54.10	8.60	2.10	1.60	90.00	81.10	12.90	3.10	2.40	120.00	112.60	17.90	4.30	3.30
	Рис (розсипчастий) з орегано	120.00	163.60	3.70	2.90	30.20	150.00	204.50	4.60	3.60	37.70	150.00	204.50	4.60	3.60	37.70
	Йогурт	125.00	86.00	4.00	3.00	10.00	125.00	86.00	4.00	3.00	10.00	125.00	86.00	4.00	3.00	10.00
	Хліб цільнозерновий	30.00	71.00	2.00	2.00	10.00	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70
	Банани свіжі	75.00	71.30	1.10	0.20	16.40	75.00	71.30	1.10	0.20	16.40	75.00	71.30	1.10	0.20	16.40
	Всього	485.00	576.30	25.10	15.90	83.20	565.00	691.20	31.30	19.60	98.20	595.00	722.70	36.30	20.80	99.10
Четвер																
	салат з гречки та овочів	100.00	89.40	2.30	3.40	13.40	100.00	89.40	2.30	3.40	13.40	100.00	89.40	2.30	3.40	13.40
	Запіканка сирна з бананом та ягідним кюлі	200.00	336.15	19.23	12.70	36.06	225.00	373.97	21.59	14.26	39.60	260.00	411.78	23.96	15.83	43.13
	хліб цільнозерновий	30.00	71.00	2.00	2.00	10.00	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70
	з маслом	3.00	19.83	0.02	2.17	0.04	4.00	26.44	0.03	2.90	0.05	4.50	29.74	0.04	3.26	0.06
	Узвар з суміші сухофруктів (без цукру)	150.00	80.80	0.20	0.70	18.70	150.00	80.80	0.20	0.70	18.70	150.00	80.80	0.20	0.70	18.70
	Яблука або апельсини свіжі	75.00	39.30	0.30	0.30	8.90	75.00	39.30	0.30	0.30	8.90	75.00	39.30	0.30	0.30	8.90
	Всього	558.00	636.48	24.05	21.27	87.10	604.00	727.91	27.42	25.56	97.35	639.50	769.02	29.80	27.49	100.89
П'ятниця																
	Салат з моркви, яблук та соусом "Вінегрет"	75.00	55.70	0.60	2.70	7.30	75.00	55.70	0.60	2.70	7.30	75.00	55.70	0.60	2.70	7.30
	Чахохбілі з куркою	100.00	126.29	15.20	4.48	5.30	150.00	189.40	22.80	6.70	7.90	175.00	221.00	26.60	7.80	9.30
	мак енд чіз	100.00	150.98	5.14	8.46	14.39	120.00	181.20	6.20	10.20	14.39	150.00	226.47	7.71	12.70	21.58
	Чай масала	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36	200.00	76.86	3.75	3.05	6.36
	Хліб цільнозерновий	30.00	71.00	2.00	2.00	10.00	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70	50.00	118.00	3.00	4.00	16.70
	яблука або груші свіжі	100.00	52.40	0.40	0.40	11.80	100.00	52.40	0.40	0.40	11.80	100.00	52.40	0.40	0.40	11.80
	Всього	605.00	533.23	27.09	21.09	55.15	695.00	673.56	36.75	27.05	64.45	750.00	750.43	42.06	30.65	73.04