**І ТИЖДЕНЬ**

 **ПОНЕДІЛОК**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прийом їжі** | **Назва страв** | **Назва продуктів** | **Вихід** |
| **ясла** | **сад** |
| **Сніданок** | Макаронні вироби відварніВихід: 63/80 | МакарониМасло вершкове | 203 | 255 |
| Яйце варенеВихід:24/48 | Яйце | 0,5 | 1 |
| Огірок свіжийВихід: 38/48 | Огірок  | 40 | 50 |
| Чай з молоком (сгущеним)Вихід:150/180 | ЦукорЧайМолокоЗгущене молоко | 100,211030 | 130,213040 |
| Хліб пшеничний з вершковим маслом Вихід:30/5 40/ 5 | ХлібМасло вершкове | 305 | 405 |
| **Сніданок****2** | СікВихід: 50/70 | Сік | 50 | 70 |
| **Обід** | Суп гороховий Вихід:150/200 | ГорохКартопляМоркваЦибуляМасло вершкове | 540552 | 106010105 |
| Пюре картопляне Вихід:120/ 140 | КартопляМасло вершковеМолоко | 140220 | 170630 |
| Сосиска Вихід:60/100 | Сосиска | 60 | 100 |
| Салат зі свіжої капустиВихід: 50/60 | КапустаЦибуляЦукорОлія | 48823 | 551134 |
| Хліб житнійВихід:20/40 | Хліб житній | 20 | 40 |
| Компот із сушених фруктів Вихід:120/150 | Сушені фруктиЦукор | 105 | 1010 |
| **Вечеря** | Сирники зі сметанним соусомВихід: 100/10 120/15 | Сир кисломолочний БорошноЯйцеЦукорОліяСметана | 88100,125310 | 112150,2510515 |
| Кавовий напій на молоціВихід:150/180 | МолокоЦукорКава |  | 150101 |

**ВІВТОРОК**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прийом їжі** | **Назва страв** | **Назва продуктів** | **Вихід** |
| **ясла** | **сад** |
| **Сніданок** | Каша молочна манна Вихід:180/ 200 | Крупа маннаМолокоЦукорМасло вершкове |  1017052 |  1018055 |
| Хліб з вершковим маслом, сиромВихід:30/5/7 40/5/12 | ХлібМасло вершковеСир твердий | 30 57 |  405 12 |
| Чай з молокомВихід:150/180 | ЧайЦукорМолоко |  0,2 1060 |  0,2 1580 |
| **Сніданок 2** | СікВихід: 50/70 | Сік | 50 | 70 |
| **Обід** | Суп польовий на курячому бульйоні Вихід:150/200 | ПшоноКартопляМоркваЦибуляМасло вершкове | 1040553 | 125010105 |
| Ікра буряковаВихід:110/140 | БурякЦибуляОлія | 14052 | 160103 |
| Тюфтельки курячі з рисомВихід: 60/80 | КуриРисЦибуляБорошноТоматОлія |  6085313 |  100108424 |
| Хліб житній Вхід:20/40 | Хліб житній | 20 | 40 |
| Компот із сушених фруктів Вихід:120/150 | Сушені фруктиЦукор | 105 | 1010 |
| **Вечеря** | Котлета рибнаВихід:50/95 | РибаХлібМолокоБорошноОлія | 505533 |  11210 1054 |
| Картопля відварна Вихід:110/140 | КартопляМасло вершкове | 1402 |  1705 |
| Помідор свіжийВихід: 30/40 | Помідор свіжий | 35 | 45 |
| Хліб пшеничний Вихід: 25/30 | Хліб | 25 | 30 |
| Какао на молоціВихід:150/180 | КакаоМолокоЦукор |  1  15010 |  2 16010 |

**СЕРЕДА**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прийом їжі** | **Назва страв** | **Назва продуктів** | **Вихід** |
| **ясла** | **сад** |
| **Сніданок** | Каша молочна ячна Вихід:180/ 200 | Крупа ячнаМолокоЦукор | 101605 | 101705 |
| Чай з молоком Вихід: 150/180 | МолокоЧайЦукор | 500,210 | 600,213 |
| Хліб з вершковим маслом Вихід:25/5 40/5 | ХлібМасло вершкове | 255 | 405 |
| **Сніданок 2** | СікВихід: 50/70 | Сік | 50 | 70 |
| **Обід** | Борщ український зі сметаноюВихід:150/5 200/10 | КартопляКапустаМоркваЦибуляБурякТоматМасло вершковеСметана | 40305530125 | 60501010502510 |
| Котлета куряча Вихід:50/70 | КуриЦибуляХлібБорошноОліяМолоко | 6055335 | 10010105410 |
| Каша гречана Вихід:82/ 105 | Крупа гречанаМасло вершкове | 202 | 255 |
| Огірок свіжий Вихід:37/47  | Огірок | 37 | 47 |
| Хліб житній Вихід:20/40 | Хліб житній | 20 | 40 |
| Компот із сушених фруктів Вихід:120/150 | Сушені фруктиЦукор | 105 | 1010 |
| **Вечеря** | Вареники ліниві зі сметанним соусомВихід:80/7 100/15 | Сир кисломолочнийБорошноЦукорЯйцеМасло вершковеСметана | 871050, 1337 | 11315100,25615 |
| Молоко кип'яченеВихід:152/180 | Молоко  | 160 | 190 |

**ЧЕТВЕР**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прийом їжі** | **Назва страв** | **Назва продуктів** | **Вихід** |
| **ясла** | **сад** |
| **Сніданок** | Каша молочна пшенична Вихід:180/ 200 | Крупа пшеничнаМолокоЦукор | 101605 | 101705 |
| Хліб з маслом вершковим Вихід:30/5 40/ 5 | ХлібМасло вершкове | 305 | 405 |
| Чай з молоком Вихід:150/180  | ЧайМолокоЦукор | 0,27010 | 0,28015 |
| **Сніданок 2** | СікВихід: 50/70 | Сік | 50 | 70 |
| **Обід** | Суп болгарськийВихід:150/200 | Яйце курячеКартопляМоркваЦибуляКрупа маннаМасло вершкове | 0,1405522 | 0,150101035 |
| Гуляш курячийВихід:50/80 | КуриЦибуляМоркваБорошноОліяТомат | 60510121 | 1001015232 |
| Каша перловаВихід: 93/119 | Крупа перловаМасло вершкове | 203 | 255 |
| Хліб житнійВихід:20/40 | Хліб | 20 | 40 |
| Компот із сушених фруктів Вихід:120/150 | Сушені фруктиЦукор | 105 | 1010 |
| **Вечеря** | Ікра кабачковаВихід: 50 70 | КабачокЦибуляОліяПомідор | 7010230 | 10015340 |
| Кнелі рибніВихід:60/90 | РибаХлібМолокоОліяЯйце | 5051030,25 | 113101340,25 |
| Какао на молоціВихід:150/180 | КакаоМолокоЦукор | 113510 | 216015 |
| Хліб пшеничнийВихід:25/30 | Хліб | 25 | 30 |

**П'ЯТНИЦЯ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прийом їжі** | **Назва страв** | **Назва продуктів** | **Вихід** |
| **ясла** | **сад** |
| **Сніданок** | Каша молочна вівсяна Вихід:180 / 200 | Крупа вівсянаМолокоЦукорМасло вершкове | 1017051 | 1018053 |
| Кавовий напій на молоці Вихід:150/180 | Кавовий напійМолокоЦукор | 115010 | 218010 |
| Хліб з вершковим маслом, сиромВихід:30/5/8 40/5/13 | ХлібМасло вершковеСир твердий | 3058 | 40513 |
| **Сніданок 2** | СікВихід: 50/70 | Сік | 50 | 70 |
| **Обід** | Суп гречаний зі сметаноюВихід:150/5 200/10 | Крупа гречанаКартопляМоркваЦибуляМасло вершковеСметана | 7405525 | 10601010510 |
| Бігос із м’ясомВихід: 150/180 | ЯловичинаКапустаМоркваЦибуляТоматМасло вершкове | 6014010813 | 100170151025 |
| Яйце варенеВихід:24/48 | Яйце | 0,5 | 1 |
| Хліб житнійВихід:20/40 | Хліб | 20 | 40 |
| Компот із сушених фруктів Вихід:120/150 | Сушені фруктиЦукор | 105 | 1010 |
| **Вечеря** | Пиріжки з повидломВихід:70/80 | БорошноМолокоЦукорМасло вершковеОліяДріжджіПовидло | 35155111110 | 4020522215 |
| Чай солодкийВихід:150/180  | ЧайЦукор | 0,210 | 0,215 |

**ІІ ТИЖДЕНЬ**

 **ПОНЕДІЛОК**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прийом їжі** | **Назва страв** | **Назва продуктів** | **Вихід** |
| **ясла** | **сад** |
| **Сніданок** | Каша пшоняна Вихід: 82 / 105 | Крупа пшонянаМасло вершкове |  202 |  25 5 |
| Яйце варенеВихід:0,5/1 | Яйце | 0,5 | 1 |
| Салат зі свіжих овочів Вихід:40/50 | ОгіркиЦибуляПомідориОлія |  255252 | 305 303 |
| Чай з молоком (згущеним)Вихід: 150/180 | Чай МолокоЦукорЗгущене молоко |  0,21401030 |  0,21801340 |
| Хліб з вершковим маслом Вихід:30/5 40/ 5 | ХлібМасло вершкове | 30  5 |  40 5 |
| **Сніданок 2** | СікВихід: 50/70 | Сік | 50 | 70 |
| **Обід** | Суп вівсянийВихід:150/200 | Крупа вівсянаКартопляМоркваЦибуляМасло вершкове |  104055 2 |  15501010 5 |
| Овочеве рагуВихід:125/150 | КартопляЦибуляМоркваКапустаЗелений горошокМасло вершковеТомат | 601030501031 | 701235601252 |
| СосискаВихід:60/100 | Сосиска | 60 | 100 |
| Хліб житнійВихід:20/40 | Хліб житній | 20 | 40 |
| Компот із сушених фруктів Вихід:120/150 | Сушені фруктиЦукор | 105 | 1010 |
| **Вечеря** | Запіканка сирна з крупою манною, кип'яченою сметаноюВихід:90/8 110/15 | Сир кисломолочнийМанкаЦукорЯйцеМолокоМасло вершковеСметана |  88750,124538 |  1129100,2560515 |
| Молоко кип'яченеВихід:152/180  | Молоко | 152 | 180 |

**ВІВТОРОК**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прийом їжі** | **Назва страв** | **Назва продуктів** | **Вихід** |
| **ясла** | **Сад** |
| **Сніданок** | Суп молочний з макаронними виробамиВихід:180/ 200 | МакарониМолокоЦукор | 101704 | 101905 |
| Хліб з вершковим маслом, сиромВихід:30/5/7 40/5/12 | ХлібМасло вершковеСир твердий | 3057 | 40512 |
| Чай з молокомВихід:150/180  | ЧайЦукорМолоко | 0,21070 | 0,21580 |
| **Обід** | Розсольник на курячому бульйоні зі сметаноюВихід:150/5 200/10 | Крупа перловаКартопляМоркваЦибуляОгірок консервів.Масло вершковеСметана | 440551525 | 760101020510 |
| Голубці ліниві з курячим м'ясом Вихід:125/170 | РисКапустаЦибуляМоркваМасло вершковеТоматКури | 790552160 | 10120101052100 |
| Хліб житнійВихід:20/40 | Хліб  | 20 | 40 |
| Компот із сушених фруктів Вихід:120/150 | Сушені фруктиЦукор | 105 | 1010 |
| **Вечеря** | Товченики рибніВихід:53/105 | РибаБорошноЦибуляОлія | 50653 | 11212104 |
| Пюре картопляне Вихід:110/ 140 | КартопляМасло вершкове | 1403 | 1706 |
| ХлібВихід:25/30 | Хліб | 25 | 30 |
| Какао на молоціВихід:150/180 | КакаоМолокоЦукор | 113010 | 217015 |

**СЕРЕДА**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прийом їжі** | **Назва страв** | **Назва продуктів** | **Вихід** |
| **ясла** | **сад** |
| **Сніданок** | ОгірокВихід:38/47 | Огірок | 40 | 50 |
| Омлет Вихід:30/ 60 | ЯйцеБорошноМолокоМасло вершкове | 0,51101 | 12202 |
| Каша пшеничнаВихід: 82/105 | Крупа пшеничнаМасло вершкове | 202 | 255 |
| Кавовий напій на молоці Вихід:150/180 | Кавовий напійМолокоЦукор | 115010 | 218013 |
| Хліб з вершковим маслом Вихід:30/5 40/ 5 | ХлібМасло вершкове | 30  5 |  40 5 |
| **Сніданок 2** | СікВихід: 50/70 | Сік | 50 | 70 |
| **Обід** | Суп овочевийВихід:150/200 | КапустаКартопляМоркваЗелений горошокЦибуляМасло вершкове | 2050101052 | 30701515105 |
|  Битки січені з курячого м'яса Вихід: 55/80  | КуриХлібМолокоМасло вершкове  | 60551 | 10010101 |
| Макаронні вироби відварніВихід:62 /80 | МакарониМасло вершкове | 202 | 255 |
| Помідор свіжий Вихід:30/40 | Помідор свіжий | 35 | 45 |
| Хліб житнійВихід:20/40 | Хліб  | 20 | 40 |
| Компот із сушених фруктів Вихід:120/150 | Сушені фруктиЦукор | 105 | 1010 |
| **Вечеря** | Сирники зі сметанним соусомВихід :100/7 120/15 | Сир кисломолочнийБорошноЦукорЯйцеМасло вершковеСметана | 871080,1327 | 11313100,25515 |
| Молоко кип'яченеВихід:150/180 | Молоко | 160 | 190 |

**ЧЕТВЕР**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прийом їжі** | **Назва страв** | **Назва продуктів** | **Вихід** |
| **ясла** | **сад** |
| **Сніданок** | Каша молочна манна Вихід:180/ 200 | Крупа маннаМолокоЦукорМасло вершкове |  1017052 |  1018055 |
| Хліб з вершковим масломВихід:30/5 40/5 | ХлібМасло вершкове | 205 | 405 |
| Чай з молоком Вихід:150/180  | ЧайЦукорМолоко | 0,21050 | 0,21560 |
| **Сніданок 2** |  Сік Вихід: 50/70 | Сік | 50 | 70 |
| **Обід** | Суп український з галушками на курячому бульйоніВихід:150/200 | КартопляБорошноЯйцеМоркваЦибуляМасло вершкове | 50100,1552 | 70150,110105 |
| Плов із м’ясом курячимВихід: 105/150 | КуриРисМасло вершковеЦибуляМоркваПерець солодкийТоматОлія | 60203551011 | 10030510102022 |
| ОгірокВихід:38/47 | Огірок | 40 | 50 |
| Хліб житній Вихід:20/40 | Хліб  | 20 | 40 |
| Компот із сушених фруктів Вихід:120/150 | Сушені фруктиЦукор | 105 | 1010 |
| **Вечеря** | Капуста тушкована з картоплеюВихід:80/ 100 | КапустаКартопляМоркваЦибуляМасло вершкове | 6060452 | 100100585 |
| Риба смаженаВихід:60/ 90 | РибаБорошноОлія | 5033 | 11355 |
| Какао на молоці Вихід:150/180 | МолокоКакаоЦукор | 150110 | 180213 |
| ХлібВихід:25/30 | Хліб | 25 | 30 |

**П'ЯТНИЦЯ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Прийом їжі** | **Назва страв** | **Назва продуктів** | **Вихід** |
| **ясла** | **сад** |
| **Сніданок** | Каша молочна гречана Вихід:180/ 200  | Крупа гречанаМолокоЦукорМасло вершкове | 1018051 | 1319054 |
| Кавовий напій на молоці Вихід:150/180 | Кавовий напійЦукорМолоко | 110150 | 215170 |
| Хліб з вершковим маслом,сиромВихід:30/5/8 40/5/12 | ХлібМасло вершковеСир твердий | 3058 | 40513 |
| **Сніданок****2**  | СікВихід: 50/70 | Сік | 50 | 70 |
| **Обід** | Борщ буряковий зі сметаноюВихід:150/200 | КартопляБурякМоркваЦибуляМасло вершковеСметана | 40405525 | 60601010510 |
| Печеня по-домашньому  Вихід:120/150  | ЯловичинаКартопляМоркваЦибуляМасло вершкове | 60120553 | 1001501084 |
| Салат зі свіжої капустиВихід: 50/60 | КапустаЦибуляЦукорОлія | 48823 | 551134 |
| Хліб житнійВихід:20/40 | Хліб | 20 | 40 |
| Компот із сушених фруктів Вихід:120/150 | Сушені фруктиЦукор | 105 | 1010 |
| **Вечеря** | Булка здобнаВихід: 55/75 | БорошноМолокоЦукорМасло вершковеОліяДріжджі | 25155111 | 35207222 |
| Чай Вихід:150/180 | ЧайЦукор | 0,210 | 0,215 |

Примірне двотижневе меню складено \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.М.Мельничук