



ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ  
З ПИТАНЬ БЕЗПЕЧНОСТІ ХАРЧОВИХ  
ПРОДУКТІВ ТА ЗАХИСТУ СПОЖИВАЧІВ  
Держпродспоживслужба

ГОЛОВНЕ УПРАВЛІННЯ  
ДЕРЖПРОДСПОЖИВСЛУЖБИ  
В ЗАПОРІЗЬКІЙ ОБЛАСТІ

ЗАПОРІЗЬКЕ МІСЬКЕ УПРАВЛІННЯ

вул. Олександрівська, 108,  
м. Запоріжжя, 69095  
тел. (061) 239-75-44

E-mail: zaporizhzhya@gudprss-zp.gov.ua  
сайт: www.gudprss-zp.gov.ua,  
код згідно з ЄДРПОУ 40311343

STATE SERVICE OF UKRAINE  
ON FOOD SAFETY  
AND CONSUMERS PROTECTION  
SSUP/SCP

MAIN ADMINISTRATION  
OF SSUP/SCP  
IN ZAPORIZHZHYA REGION

ZAPORIZHZHYA CITY MANAGEMENT

108, Oleksandriivska str.,  
Zaporizhzhya city, 69095  
tel. (061) 239-75-44

E-mail: zaporizhzhya@gudprss-zp.gov.ua  
WEB: www.gudprss-zp.gov.ua,  
код згідно з ЄДРПОУ 40311343

№ \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

на № 01-25/111 від 13.11.2020 р.

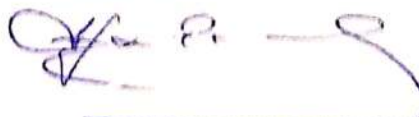
Директору ЗДО комбінованого типу  
№ 162 «Ведмедик»  
ЗМР Запорізької області  
Світлані ВЕЛЬКІЙ

Про розгляд примірного  
двотижневого меню на  
зимовий період 2020 р.

Запорізьке міське управління Головного управління Держпродспоживслужби в Запорізькій області розглянувши Ваш лист від 13.11.2020 року № 01-25/111 та провівши гігієнічну оцінку наданого варіанту примірного двотижневого меню на зимовий період 2020 р. для харчування дітей дошкільного віку в ДНЗ комбінованого типу № 162 «Ведмедик» Запорізької міської ради Запорізької області, вважає за можливе його використання з огляду на відсутність продуктів харчування та страв, які небезпечні у епідеміологічному відношенні за умови обов'язкового дотримання технології приготування страв та забезпечення виконання вимог чинного законодавства.

Разом з тим, звертаємо Вашу увагу на те, що наданий варіант примірного двотижневого меню не може забезпечити виконання фізіологічних норм харчування дітей різного віку, затверджених постановою Кабінету Міністрів України від 22.11.2004р. № 1591 «Про затвердження норм харчування у навчальних та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку» зі змінами.

В.о. начальника управління

  
Дошкільний навчальний заклад  
комбінованого типу № 162  
«Ведмедик»  
№ \_\_\_\_\_ від 13.11.2020

Катерина Острогляд (061) 239-75-44

Світлані ВЕЛЬКІЙ  
Держпродспоживслужба в  
Запорізькій області  
Вих-26-17/2493 від  
16.11.2020



## **ЗАТВЕРДЖУЮ**

Директор  
дошкільного навчального  
закладу комбінованого типу №162  
«Ведмедик» Запорізької міської  
ради Запорізької області  
\_\_\_\_\_ Велькая С.М.  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 року

**ПРИМІРНЕ ДВОТИЖНЕВЕ МЕНЮ**  
**дошкільного навчального закладу (ясел-садка) комбінованого**  
**типу № 162 «Ведмедик»**  
**Запорізької міської ради Запорізької області**  
**на зимовий період 2020-2021 навчального року**

м.Запоріжжя  
2020р.

Сніданок		ясла	сад	примітка
	<b>Каша рисова розсипчаста</b>	Вихід: 100	Вихід: 150	Стор. 506*
	Рис/масло вершк/вода	36/4/75	54/6/115	
	<b>Омлет</b>	Вихід: 30	Вихід: 60	Стор. 496*
	Яйце/борошно/молоко	22/1/10	45/2/20	
	Олія/сіль	1/0,25	2/0,5	
	<b>Ікра кабачкова (бан.)</b>	Вихід: 30	Вихід: 40	
	<b>Масло вер./Сир тверд/Хліб</b>	Вихід: 4/3/30	Вихід: 10/5/40	
	<b>Чай з молоком</b>	Вихід: 150	Вихід: 160	Стор. 437*
	чай/молоко/цукор	0,2/100/5	0,2/100/10	
<b>Обід</b>	<b>Борщ український</b>	Вихід: 180	Вихід: 250	Стор. 468*
	Картопля 31.10-31.12	44	61	
	01.01-28-02	47	66	
	29.02-01.08	52	72	
	капуста	28	37	
	цибуля	7	9	
	морква	6	10	
	буряк	28	37	
	томатна паста	2	3	
	олія/масло вершк.	1/1	2/2	
	сметана/зелень	3/2	5/3	
	вода (бульон)	140	190	
	<b>Макаронні вироби відварні</b>	Вихід: 120	Вихід: 150	Стор. 505*
	Макаронні вироби/вода	40/120	50/150	
	масло вершкове	5	5	
	<b>Сосиска відварна</b>	Вихід: 40	Вихід: 70	
	<b>Солоний огірок (томат)</b>	Вихід: 30	Вихід: 40	
	<b>Хліб</b>	Вихід: 45	Вихід: 80	
	<b>Компот із сушених фрукт.</b>	Вихід: 150	Вихід: 180	Стор. 516*
	Сушені фрукти	15	18	
	Цукор/вода	15/150	18/180	
<b>Підвечірок</b>	<b>Пудинг сирно-морквяний з повидлом</b>	Вихід : 140/5	Вихід: 180/15	Стор. 495*
	сир кисломолочний 9%	85	112	
	крупа манна	10	13	
	цукор	11	14	
	яйце	5,5	8	
	морква	32	42	
	масло вершкове	5	6	
	молоко	25	32	
	повидло яблучне	10	20	
	<b>Яблуко</b>	70	100	
	<b>Кавовий напій з молоком</b>	Вихід 160	Вихід: 180	Стор. 513*
	кава злакова	2	4	
	цукор	12	15	
	молоко	140	160	
	Вода	20	20	

\* «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»  
Н.В. Омеляненко, Ю.Б. Баранова, К.В. Алексеєнко, Л.Л. Рябчук, 2014 р.

## ВІВТОРОК

<b>Сніданок</b>	<b>Бігос овочево-курячий</b>	ясла Вихід: 120	сад Вихід: 160	примітки Стор. 396*
	кури /філе	75/45	125/77	
	капуста	125	150	
	цибуля	10	14	
	морква	10	15	
	масло вершкове	2	3	
	олія	2	3	
	томатна паста	2	2	
	<b>Хліб/Масло/Сир</b>	Вихід: 30/4/3	Вихід: 40/10/5	
	<b>Чай з молоком</b>	Вихід: 150	Вихід: 160	Стор. 437*
Чай/цукор/молоко	0,2/5/100	0,2/10/100		
<b>Обід</b>	<b>Суп гороховий з грінками</b>	Вихід: 160/13	Вихід: 250/26	Стор. 476*
	Картопля 31.10-31.12 01.01-28-02 29.02-01.08	54 58 63	83 89 97	
	горох	13	20	
	морква	10	13	
	цибуля	9	15	
	олія	1	1	
	масло вершкове	1	2	
	зелень/вода	2/130	2,5/200	
	хліб пшеничний	20	40	
	<b>Пюре картопляне</b>	Вихід: 110	Вихід: 150	Стор. 499*
	Картопля 31.10-31.12 01.01-28-02 29.02-01.08	130 140 152	177 191 207	
	масло вершкове	2	5	
	молоко	26	35	
	сіль	0,5	1	
	<b>Оладки печінкові</b>	Вихід: 55	Вихід: 70	Стор. 481*
	печінка яловича	62	83	
	борошно	2	3	
	молоко	16	21	
	яйце	5,7	8	
	олія	2	3	
<b>Огірок (томат) солоний</b>	Вихід: 30	Вихід: 40		
<b>Хліб</b>	Вихід: 40	Вихід: 70		
<b>Компот із свіжих яблук</b>	Вихід: 150	Вихід: 180	Стор. 439*	
Яблука свіжі	21,5	31,5		
Цукор/вода	10/140	15/160		
<b>Підвечірок</b>	<b>Ватрушка</b>	Вихід: 90	Вихід: 110	Стор. 412*
	борошно	45	55	
	молоко/цукор	20/5	35/5	
	Сир кисломолочний	35	50	
	масло вершкове/яйце куряче	2/4,5	3/4,5	
	олія/дріжджі	2/1	3/1,5	
	<b>Какао на молоці</b>	Вихід: 160	Вихід: 180	
	молоко	160	180	
	какао/цукор	4/9	4/10	

\* «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»  
Н.В. Омеляненко, Ю.Б. Баранова, К.В. Алексеєнко, Л.Л. Рябчук, 2014 р.

**СЕРЕДА**

Сніданок		ясла	сад	примітки
	<b>Каша молочна гречана</b>	Вихід: 160	Вихід: 200	Стор. 504*
	крупа гречана	9	11	
	молоко	180	220	
	цукор	3	4	
	масло вершкове	2	2	
	<b>Масло вершкове</b>	Вихід: 4	Вихід: 10	
	<b>Сир твердий</b>	Вихід : 3	Вихід : 5	
	<b>Хліб</b>	Вихід: 30	Вихід: 40	
	<b>Чай з молоком</b>	Вихід: 150	Вихід: 160	Стор. 437*
	Чай/цукор/молоко	0,2/5/100	0,2/10/100	
<b>Обід</b>	<b>Суп харчо</b>	Вихід: 200	Вихід: 250	Стор. 372*
	картопля	50	71	
	морква	10	15	
	цибуля	9,5	14	
	масло вершкове	2	3	
	рис	5	10	
	томатна паста	2	2	
	часник	5,5	5,5	
	сметана	3	6	
	<b>Печеня по-домашньому</b>	Вихід: 110	Вихід: 170	Стор. 396*
	кури 1-ї категорії/філе куряче	73,5/45	122,5/75	
	картопля	107	171	
	цибуля	9,5	14	
	морква	10	15	
	олія/масло вершк.	2/2	3/3	
	томатная паста	2	2	
	<b>Томат (огірок) солоний</b>	30	40	
	<b>Хліб</b>	Вихід: 45	Вихід: 80	
	<b>Компот із сушених фрукт.</b>	Вихід: 150	Вихід: 180	Стор. 516*
	Сушені фрукти	15	18	
	Цукор/вода	15/150	18/180	
<b>Підвечірок</b>	<b>Сирники</b>	Вихід: 105	Вихід: 120	Стор. 493*
	сир кисломолочний	90	112	
	борошно	13	16	
	олія	3	4	
	цукор	10	12	
	яйце	4,5	5,5	
	родзинки	8	11	
	<b>Яблуко</b>	70	100	
	<b>Кавовий напій з молоком</b>	Вихід: 160	Вихід: 180	Стор. 513*
	Кава злакова	4	5	
	молоко	140	160	
	цукор	12	15	
	вода	20	20	

\* «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»  
Н.В. Омеляненко, Ю.Б. Баранова, К.В. Алексеенко, Л.Л. Рябчук, 2014 р.

**ЧЕТВЕР**

<b>Сніданок</b>		ясла	сад	примітки
	<b>Капуста тушкована</b>	Вихід: 110	Вихід: 110	Стор. 498*
	капуста білокачанна	123	123	
	морква	3	3	
	цибуля	5	5	
	масло вершкове/олія	2/2	3/3	
	томатна паста/борошно	2/1	3/3	
	цукор/сіть	3/0,5	3/1	
	<b>Гуляш курячий</b>	50	80	Стор. 394*
	кури 1-ї категорії (філе)	59/36	98/60	
	цибуля/морква	9,5/16	14/20	
	борошно	1	2	
	масло вершкове/олія	2/2	3/3	
	<b>Хліб/масло/сир</b>	Вихід: 30/4/3	Вихід: 40/10/5	
	<b>Кавовий напій з молоком</b>	Вихід: 150	Вихід: 180	Стор. 513*
	Кава злакова/цукор/молоко	2/12/140	4/15/160	
<b>Обід</b>	<b>Суп картопляний з м'ясними фрикадельками</b>	Вихід: 160/15	Вихід: 250/20	Стор. 474*
	Картопля 31.10-31.12	77	122	
	01.01-28-02	83	132	
	29.02-01.08	90	143	
	масло вершкове	1	1	
	цибуля	6	9	
	морква	10	14	
	олія	1	2	
фрикадельки	м'ясо (філе)	25	35	
	яйце	2,3	2,3	
	цибуля	3	4	
	<b>Пюре картопляне</b>	Вихід: 110	Вихід: 150	Стор. 499*
	Картопля 01.08-30.10	121	165	
	31.10-31.12	130	177	
	01.01-28-02	140	191	
	29.02-01.08	152	207	
	масло вершкове/молоко	2/26	5/35	
	<b>Минтай, тушкований з овочами</b>	Вихід: 50	Вихід: 125	Стор. 491*
	Риба (минтай)	52	131	
	цибуля/морква/олія	15/28/1	38/70/3	
	томатна паста /вода	0,2/15	0.5/40	
	<b>Ікра бурякова</b>	Вихід: 50	Вихід: 60	Стор. 500*
	буряк/цибуля/олія	50/6/1	60/8/2	
	<b>Хліб</b>	Вихід:45	Вихід: 80	
	<b>Сік фруктовий</b>	Вихід: 120	Вихід: 150	
<b>Підвечірок</b>	<b>Каша молочна геркулесова</b>	Вихід: 150	Вихід: 200	Стор. 428*
	крупа «Геркулкс»/молоко	15/150	20/200	
	масло вершк./цукор	3/7,5	4/10	
	<b>Яблуко (банан)</b>	54(70)	100	Стор. 440*
	<b>Чай з лимоном</b>	Вихід: 150/5	Вихід: 180/6	Стор. 513*
	чай/цукор/лимон	0,2/10/8	0,2/15/10	

\* «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»  
Н.В. Омеляненко, Ю.Б. Баранова, К.В. Алексеєнко, Л.Л. Рябчук, 2014 р.

## П'ЯТНИЦЯ

<b>Сніданок</b>		ясла	сад	примітки
	<b>Каша молочна пшоняна</b>	Вихід: 180	Вихід: 220	Стор. 505*
	крупа пшоняна	15	18	
	молоко	160	200	
	цукор/масло вершкове	4/2	5/3	
	вода	30	36	
	<b>Хліб/масло/сир</b>	Вихід: 30/4/3	Вихід: 40/10/5	
	<b>Чай</b>	Вихід: 150	Вихід: 200	Стор. 512*
	чай/цукор	0,2/10	0,3/13	
<b>Обід</b>	<b>Борщ буряковий</b>	Вихід: 160	Вихід: 230	Стор. 469*
	картопля			
	31.10-31.12	41	62	
	01.01-28-02	44	66	
	29.02-01.08	48	71	
	буряк	47	67	
	цибуля	5	7	
	морква	10	13	
	томатна паста	3	4	
	масло вершкове	2	3	
	сметана	3	5	
	<b>Картопля відварна з маслом</b>	Вихід: 110	Вихід: 150	Стор. 500*
	Картопля			
	31.10-31.12	156	211	
	01.01-28-02	168	228	
	29.02-01.08	182	247	
	масло вершкове/сіль	3/0,5	3/1	
	<b>Котлета м'ясна (куряча)</b>	60	100	Стор. 478*
	м'ясо куряче (яловичина)	92	157	
хліб пшеничний	11	17		
цибуля ріпчаста	7	10		
олія	3	6		
<b>Салат із квашеної капусти</b>	Вихід: 50	Вихід: 50	Стор. 356*	
капуста квашена	57,5	57,5		
олія	2,5	2,5		
цукор	2,5	2,5		
<b>Хліб</b>	Вихід: 45	Вихід: 80		
<b>Компот із сухофруктів</b>	Вихід: 150	Вихід: 180	Стор. 516*	
фрукти сушені	15	18		
цукор	18	18		
<b>Підвечірок</b>	<b>Булка здобна</b>	Вихід: 55	Вихід: 75	Стор. 509*
	борошно	25	35	
	молоко/цукор	15/5	20/7	
	олія/дріжджі	1/2	1/3	
	масло вершкове/яйце	3/5,5	4/6,5	
	<b>Яблуко (банан)</b>	54(70)	100	Стор. 440*
<b>Сік фруктовий</b>	Вихід: 120	Вихід: 150		

\* «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»  
Н.В. Омеляненко, Ю.Б. Баранова, К.В. Алексеенко, Л.Л. Рябчук, 2014 р.

Сніданок		ясла	сад	примітки
	<b>Макаронні вироби відварні</b>	Вихід: 120	Вихід: 150	Стор. 505*
	макаронні вироби	40	50	
	масло вершкове/вода	5/120	5/150	
	<b>Омлет</b>	Вихід: 30	Вихід: 60	Стор. 496*
	Яйце/борошно/молоко	22/1/10	45/2/20	
	Олія/сіль	1/0,25	2/0,5	
	<b>Ікра кабачкова (бан.)</b>	Вихід: 30	Вихід: 40	
	<b>Хліб/масло/сир</b>	Вихід: 30/5/3	Вихід: 40/10/5	
	<b>Чай з молоком</b>	Вихід: 150	Вихід: 160	Стор. 437*
	Чай/цукор/молоко	0,2/5/100	0,2/10/100	
<b>Обід</b>	<b>Суп овочевий</b>	Вихід: 150	Вихід: 200	Стор. 371*
	картопля	75	100	
	капуста	28	37,5	
	цибуля	7	9,5	
	морква	15	20	
	олія	2	3	
	сметана	3,5	5	
	<b>Ковбаса (варена)</b>	Вихід: 35	Вихід: 50	Стор. 489*
	<b>Каша пшенична (арнаутка) в'язка</b>	Вихід: 90	Вихід: 120	Стор. 507*
	крупа пшенична/вода	28/90	45/145	
	масло вершкове/сіль	2/1	5/1	
	<b>Томат (огірок) солоний</b>	30	40	
	<b>Компот із сушених фруктів</b>	Вихід: 150	Вихід: 180	Стор. 516*
	сушені фрукти	15	18	
	цукор	15	18	
	<b>Хліб</b>	Вихід: 45	Вихід: 80	
<b>Підвечірок</b>	<b>Пиріжки з яблучним повидлом</b>	Вихід: 90	Вихід: 115	Стор. 435*
	борошно	45	55	
	яйце куряче	4,5	4,5	
	молоко	15	20	
	масло вершкове	2	3	
	олія	2	3	
	дріжджі	2	3	
	цукор	1	1	
	повидло яблучне	5	5	
	<b>Яблуко (банан)</b>	54(70)	100	Стор. 440*
	<b>Кавовий напій з молоком</b>	Вихід: 160	Вихід: 180	Стор. 513*
	кава злакова	2	4	
	молоко	140	160	
	цукор	12	15	

\* «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»  
Н.В. Омеляненко, Ю.Б. Баранова, К.В. Алексеєнко, Л.Л. Рябчук, 2014 р.



**ВІВТОРОК**

Сніданок		ясла	сад	примітки
	<b>М'ясо куряче тушковане з овочами в сметанному соусі</b>	Вихід: 100/2	Вихід: 150/5	Стор. 395*
	кури 1-ї категорії (філе)	73,5/45	122,5/75	
	цибуля ріпчаста	8	11,5	
	морква	18,5	28,5	
	картопля	48,5	71	
	олія	4	6	
Соус:	сметана/борошно	2/0,5	5/1,5	
	вода	30	60	
	<b>Хліб/масло вершк./сир</b>	Вихід: 30/4/3	Вихід: 40/10/5	
	<b>Чай з молоком</b>	Вихід: 150	Вихід: 160	Стор. 437*
	чай/цукор/молоко	0,2/5/100	0,2/10/100	
<b>Обід</b>	<b>Борщ український</b>	Вихід: 200	Вихід: 250	Стор. 361*
	картопля	50	71	
	капуста білокачанна	20	30	
	цибуля	9,5	14	
	морква	10	15	
	буряк	20	30	
	масло вершкове	2	3	
	сметана	3	6	
	квасоля (зерно)	5	5	
	томатна паста	2	2	
	<b>Плов із м'ясом курячим</b>	Вихід: 120	Вихід: 160	Стор. 403*
	кури 1-ї категорії/філе	91,5/56	154/94	
	рис	25	30	
	масло вершкове	2	3	
	олія	2	3	
	цибуля ріпчаста	9,5	14	
	морква	10	15	
	томатна паста	2	2	
	<b>Ікра бурякова</b>	Вихід: 50	Вихід: 60	Стор. 500*
	буряк	50	60	
	цибуля	6	8	
	олія	1	2	
	<b>Хліб</b>	Вихід:45	Вихід: 70	
	<b>Компот із свіжих яблук</b>	Вихід: 150	Вихід: 180	Стор. 439*
	яблука/цукор/вода	21,5/10/140	31,5/15/140	
<b>Підвечірок</b>	<b>Вареники ліниві/соус сметанний</b>	Вихід:110/8	Вихід:135/20	Стор. 494*
	сир кисломолочний	90	112	
	борошно	10	12	
	яйце	11,4	11,4	
	цукор	8	9	
Соус:	борошно	2	3	
	вершкове масло	2	3	
	сметана	10	15	
	<b>Какао на молоці</b>	Вихід: 160	Вихід: 180	Стор. 514*
	какао	2	4	
	молоко	160	180	
	цукор	9	10	

\* «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»  
Н.В. Омеляненко, Ю.Б. Баранова, К.В. Алексеенко, Л.Л. Рябчук, 2014 р.

**СЕРЕДА**

		ясла	сад	примітки
<b>Сніданок</b>	<b>Запіканка сирна зі сметаним соусом</b>	Вихід: 110/10	Вихід: 140/15	Стор. 493*
	сир кисломолочний	85	112	
	крупа манна	7	9	
	яйце /цукор	5,5/8	8/10	
	масло вершкове	3	4	
	родзинки	9	11	
Соус:	сметана	10	15	Стор. 489*
	борошно	1	1	
	масло вершкове	2	2	
	<b>Хліб/масло/сир</b>	Вихід: 30/4/3	Вихід:40/10/5	
	<b>Чай</b>	Вихід: 150	Вихід: 180	Стор. 512*
	чай / цукор	0,2/10	0,2/13	
<b>Обід</b>	<b>Суп з галушками</b>	Вихід: 160	Вихід: 250	Стор. 472*
	картопля 31.10-31.12 01.01-28-02 29.02-01.08	67 72 78	103 110 120	
	морква	10	13	
	цибуля	13	20	
	олія	1	1	
	масло вершкове	1	2	
	сметана	2	5	
	<b>галушки</b>			
	борошно/яйце кур./молоко	4/1,1/5	6/1,1/8	
	<b>Печеня по-домашньому</b>	Вихід: 110	Вихід: 170	Стор. 396*
	кури 1-ї категорії/філе кураче	73,5/45	122,5/75	
	картопля	107	171	
	цибуля	9,5	14	
	олія/масло вершк.	2/2	3/3	
	томатная паста	2	2	
	<b>Томат (огірок) солоний</b>	30	40	
	<b>Хліб</b>	Вихід:45	Вихід:80	
	<b>Сік фруктовий</b>	Вихід: 120	Вихід: 150	
<b>Підвечірок</b>	<b>Каша молочна рисова</b>	Вихід:180	Вихід: 220	Стор. 429*
	рис	14	17	
	масло вершкове	2	2	
	молоко	135	170	
	цукор	4	5	
	<b>Кавовий напій з молоком</b>	Вихід:160	Вихід:180	Стор. 513*
	Кава злакова	2	4	
	цукор	12	15	
	молоко	140	160	
	вода	20	20	

\* «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»  
Н.В. Омеляненко, Ю.Б. Баранова, К.В. Алексеенко, Л.Л. Рябчук, 2014 р.

**ЧЕТВЕР**

		ясла	сад	примітки
<b>Сніданок</b>	<b>Каша перлова в'язка</b>	Вихід: 50	Вихід: 60	Стор. 427*
	крупа перлова/масло вер	10,5/1,5	13/2	
	вода	40	50	
	<b>Омлет</b>	Вихід: 30	Вихід:60	Стор. 496*
	Яйце/борошно/молоко	22/1/10	45/2/20	
	Олія/сіть	1/0,25	2/0,5	
	<b>Ікра кабачкова (бан.)</b>	Вихід: 30	Вихід: 40	
	<b>Хліб/масло /сир</b>	Вихід: 30/4/3	Вихід: 40/10/5	
	<b>Чай з молоком</b>	Вихід: 150	Вихід: 180	Стор. 437*
	чай/цукор/молоко	0,2/5/100	0,2/10/100	
<b>Обід</b>	<b>Розсольник</b>	Вихід: 160	Вихід: 230	Стор. 470*
	картопля			
	01.08-30.10	43	68	
	31.10-31.12	46	73	
	01.01-28-02	49	79	
	29.02-01.08	53	85	
	цибуля	8	9	
	морква	7	10	
	огірки солоні	13	20	
	крупа (перловка, рис)	4	6	
	масло вершкове	1	2	
	сметана	6	11	
	<b>Тюфтельки рибні</b>	Вихід: 45	Вихід:90	Стор. 492*
	риба (минтай)	52	105	
	яйце	5,5	9	
	цибуля	7	13	
	олія	1	3	
	молоко	7	13	
	хліб пшеничн.	5	11	
	<b>Картопля відварна з маслом</b>	Вихід:110	Вихід:150	Стор. 500*
	картопля			
	01.08-30.10	145	197	
	31.10-31.12	156	211	
	01.01-28-02	168	228	
	29.02-01.08	182	247	
	масло вершкове	3	3	
	<b>Томат (огірок) солоний</b>	30	40	
	<b>Хліб</b>	Вихід:40	Вихід:70	
	<b>Компот із сушених фруктів</b>	Вихід: 150	Вихід: 180	Стор. 516*
	сушені фрукти/цукор/вода	15/15/150	18/18/180	
<b>Підвечірок</b>	<b>Вагрушка</b>	Вихід: 90	Вихід: 110	Стор. 412*
	борошно	45	55	
	молоко/цукор	20/5	35/5	
	Сир кисломолочний	35	50	
	масло вершкове/яйце куряче	2/4,5	3/4,5	
	олія	2	3	
	дріжджі	1	1,5	
	<b>Яблуко</b>	70	100	Стор. 441*
	<b>Какао на молоці</b>	Вихід:160	Вихід: 180	Стор. 514*
	молоко/какао/цукор	160/2/9	180/4/10	

\* «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»  
 Н.В. Омеляненко, Ю.Б. Баранова, К.В. Алексеєнко, Л.Л. Рябчук, 2014 р.

**П'ЯТНИЦЯ**

		ясла	сад	примітки
<b>Сніданок</b>	<b>Макаронні вироби відварні</b>	Вихід: 120	Вихід: 150	Стор. 505*
	макаронні вироби	40	50	
	масло вершкове/вода	5/120	5/150	
	<b>Ікра бурякова</b>	Вихід: 50	Вихід: 60	Стор. 500*
	буряк	50	60	
	цибуля	6	8	
	олія	1	2	
	<b>Хліб/масло /сир</b>	Вихід: 30/4/3	Вихід: 40/10/5	
	<b>Кавовий напій з молоком</b>	Вихід: 160	Вихід: 180	Стор. 513*
	Кава злакова	2	4	
	цукор	12	15	
	молоко	140	160	
	вода	20	20	
<b>Обід</b>	<b>Суп гречаний</b>	Вихід: 180	Вихід: 200	Стор. 376*
	картопля	68,5	87	
	цибуля	9,5	14	
	морква	10	15	
	крупа гречана	10	10	
	олія	2	3	
	сметана	3	5	
	<b>Овочеve рагу</b>	Вихід: 125	Вихід: 150	Стор. 497*
	цибуля	10	12	
	морква	30	35	
	картопля 01.08-30.10	48	57	
	31.10-31.12	51	61	
	01.01-28-02	55	66	
	29.02-01.08	60	72	
	капуста	48	56	
	томатна паста	2	3	
	олія/масло вершкове	1/3	2/4	
	<b>Котлета м'ясна (куряча)</b>	Вихід: 60	Вихід: 100	Стор. 478*
	м'ясо куряче (філе)	92/70	157/120	
	цибуля/хліб пшеничний	7/11	10/17	
	олія	3	6	
	<b>Хліб</b>	Вихід: 45	Вихід: 80	
	<b>Компот із сушених фруктів</b>	Вихід: 150	Вихід: 180	Стор. 516*
	сушені фрукти/цукор/вода	15/15/150	18/18/180	
<b>Підвечірок</b>	<b>Каша молочна манна</b>	Вихід: 180	Вихід: 220	Стор. 503*
	крупа манна	11	16	
	молоко/цукор	160/4	200/5	
	масло вершкове	2	5	
	<b>Пиріжки з капустою</b>	Вихід: 105	Вихід: 135	Стор. 434*
	борошно	45	55	
	яйце/молоко	4,5/15	4,5/20	
	масло вершкове/олія	2/2	3/3	
	дріжджі/цукор	1/2	1/3	
	капуста білокачанна	60	80	
	цибуля/морква	9,5/10	14/15	
	томатна паста	2	2	
	<b>Сік фруктовий</b>	Вихід: 120	Вихід: 150	

\* «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах»  
Н.В. Омеляненко, Ю.Б. Баранова, К.В. Алексеенко, Л.Л. Рябчук, 2014 р.