|  |  |
| --- | --- |
| ПОГОДЖЕНО  Начальник управління  державного нагляду за дотриманням  санітарного законодавства  Головного управління  Держпродспоживслужби в Черкаській області  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Віта МАКОГІН | ЗАТВЕРДЖЕНО  Директор департаменту освіти та  гуманітарної політики  Черкаської міської ради  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Богдан БЄЛОВ |

**ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ (на літній період)**

|  |
| --- |
| **для дошкільних навчальних закладів (ясла-садок) загального типу**  **для дошкільних навчальних закладів (ясла-садок) комбінованого типу**  **для закладів дошкільної освіти комбінованого типу (ясла-садок)**  **для дошкільних навчальних закладів (ясла-садок) спеціального типу**  **для дошкільних навчальних закладів(дитячий садок) спеціального типу** |



**ПОНЕДІЛОК** Перший тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Омлет Драчена | 46 | 46 |
| Рагу овочеве з кашею | 120 | 132 |
| Бутерброд з маслом та твердим сиром | 30/3/5 | 305/3/7 |
| Чай з лимоном | 150/3 | 180/5 |
| Фрукти за сезоном (яблука) | 27 | 36 |
| **Обід** | | |
| Салат із свіжих огірків | 50 | 70 |
| Суп-пюре гороховий | 150 | 200 |
| Каша перлова в’язка | 82 | 103 |
| Тефтелька куряча (з овочами) | 66/24 | 88/32 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Сік томатний | 120 | 180 |
| **Вечеря** | | |
| Салат «Полинський» | 40 | 54 |
| Вареники з вареним м`ясом курки | 81 | 108 |
| Кефір | 100 | 125 |
| Фрукти за сезоном (банан) | 60 | 80 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1106** | **1363** |

**ВІВТОРОК** Перший тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Фруктовий салат з тертим грецьким горіхом | 50 | 75 |
| Пудинг сирно-яблучний з соусом молочним | 100/15 | 125/20 |
| Какао з молоком | 100 | 125 |
| **Обід** | | |
| Салат із свіжих помідорів, огірків та зеленої цибулі | 40 | 50 |
| Капусняк | 150 | 200 |
| Молода картопля запечена в сметанному соусі | 70 | 100 |
| Рулет рибний | 55 | 82 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Узвар | 150 | 180 |
| **Вечеря** | | |
| Салат із свіжих капусти та кропу | 32 | 45 |
| Банош по гуцульські з твердим сиром | 80/4 | 100/5 |
| Курка по-італійські | 36/10 | 48/12 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Компот із свіжих фруктів за сезоном | 150 | 180 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1103** | **1339** |

**СЕРЕДА** Перший тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Огірок свіжий/ Ікра кабачкова | 30/25 | 40/30 |
| Каша ячна розсипчаста | 82 | 103 |
| Кури з яблуками в сметані | 30/30 | 40/40 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Сік фруктовий | 120 | 180 |
| **Обід** | | |
| Салат з яйцем, сиром та кип’яченою сметаною | 50 | 50 |
| Суп – харчо | 150 | 200 |
| Зрази картопляні з вареним м’ясом курки «Човники» | 110 | 147 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Компот із свіжих фруктів | 150 | 180 |
| **Вечеря** | | |
| Шарлотка яблучна | 65 | 90 |
| Каша гречана рідка молочна | 150 | 200 |
| Узвар | 150 | 180 |
| Фрукти за сезоном (банан) | 27 | 36 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1146** | **1443** |

**ЧЕТВЕР**  Перший тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Морква припущена з родзинками | 60 | 80 |
| Вареники ліниві із сиром кисломолочний фруктовим соусом | 67/40 | 89/55 |
| Йогурт питний | 100 | 125 |
| Фрукти за сезоном | 55 | 75 |
| **Обід** | | |
| Салат із свіжих помідорів та огірків | 62 | 82 |
| Суп з макаронними виробами та картоплею | 150 | 200 |
| Овочі по-карпатськи | 80 | 107 |
| Паличка рибна з яйцем | 52 | 77 |
| Компот із свіжих яблук | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Салат із свіжих томатів та солодкого перцю | 60 | 80 |
| Каша перлова в’язка | 82 | 103 |
| Мафіни з овочами та твердим сиром (яловичина) | 63 | 84 |
| Напій лимонний з родзинками | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1172** | **1443** |

**П’ЯТНИЦЯ** Перший тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Салат зі свіжої капусти, огірків та кропу | 50 | 70 |
| Каша рисова розсипчаста | 82 | 103 |
| Болоньєзе (свинина) | 65 | 87 |
| Бутерброд з твердим сиром | 30/5 | 30/7 |
| Чай | 150 | 180 |
| **Обід** | | |
| Салат із свіжих томатів та солодкого перцю | 60 | 80 |
| Суп гречаний | 150 | 200 |
| Пюре з бобових з вершковим маслом | 90 | 103 |
| Суфле з курятини (філе) з цвітною капустою | 65 | 87 |
| Компот із сухофруктів | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Яєчна кашка | 52 | 52 |
| Локшинник з фруктами | 140 | 175 |
| Какао з молоком | 150 | 180 |
| Свіжі фрукти або ягоди за сезоном | 60 | 80 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1203** | **1541** |

**ПОНЕДІЛОК** Другий тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Свіжий помідор | 30 | 40 |
| Каша пшенична розсипчаста | 82 | 03 |
| Чахохбілі з м’ясом курки | 32/45 | 43/60 |
| Чай з лимоном | 150/3 | 180/5 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Фрукти за сезоном | 27 | 36 |
| **Обід** | | |
| Салат із свіжих огірків | 50 | 70 |
| Борщ зелений із шпинатом | 150 | 200 |
| Каша кукурудзяна розсипчаста | 82 | 103 |
| Фрикадельки в соусі (з м’яса яловичини) | 31/40 | 70/55 |
| Компот із сухофруктів | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Омлет з твердим сиром | 57 | 57 |
| Плов фруктовий | 100 | 120 |
| Йогурт питний | 100 | 125 |
| Фруктовий салат із грецьким горіхом | 50 | 70 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1121** | **1371** |

**ВІВТОРОК** Другий тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Салат моркв’яно-яблучний з горіхом | 60 | 80 |
| Зрази з сиру кисломолочного з чорносливом або курагою | 95 | 120 |
| Соус фруктовий | 22 | 30 |
| Какао з молоком | 150 | 180 |
| **Обід** | | |
| Помідор свіжий | 30 | 40 |
| Борщ з картоплею із кип’яченою сметаною | 150/5 | 200/7 |
| Товчанка | 112 | 140 |
| Фіш - боли в томатному соусі (риба) | 41/27 | 62/41 |
| Компот із свіжих фруктів | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Салат з капусти , моркви та яблук | 70 | 93 |
| Каша гречана в'язка | 90 | 113 |
| Биточок рублений з м`яса курки паровий | 58 | 77 |
| Сік томатний | 120 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Фрукти за сезоном | 60 | 80 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1144** | **1421** |

**СЕРЕДА** Другий  тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Огірок свіжий | 30 | 40 |
| Каша кукурудзяна розсипчаста | 82 | 103 |
| М'ясо відварне в кисло-солодкому соусі (свинина) | 27/23 | 36/31 |
| Чай з лимоном | 150/3 | 180/5 |
| Бутерброд з маслом вершковим та твердим сиром | 30/3/5 | 30/3/7 |
| Фрукти за сезоном | 27 | 36 |
| **Обід** | | |
| Салат з яйцем, сиром та кип’яченою сметаною | 50 | 50 |
| Суп український з галушками | 150/15 | 200/20 |
| Голубці ліниві з курячим м’ясом | 90 | 120 |
| Компот із свіжих фруктів (за сезонм) | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Овочі припущені в сметанному соусі | 85 | 113 |
| Омлет з морквою | 60 | 60 |
| Фузілі з твердим сиром | 90 | 113 |
| Компот із плодів сушених ( кураги ) | 150 | 180 |
| Асорті фруктове (за сезоном) | 50 | 75 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1255** | **1514** |

**ЧЕТВЕР** Другий тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Салат з свіжих томатів | 25 | 32 |
| Плов з м’яса курки (булгур) | 110 | 146 |
| Кисіль із свіжих фруктів ( вишня, слива , алича ) | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Фрукти за сезоном | 50 | 75 |
| **Обід** | | |
| Салат зі свіжої капусти, огірка та кропу | 50 | 70 |
| Куліш пшоняний з кип’яченою сметаною | 150/7 | 200/9 |
| Фалафель | 77 | 96 |
| Риба з кисло-солодким соусом | 33/24 | 49/36 |
| Сік фруктовий | 120 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Шарлотка яблучна | 67 | 90 |
| Гратен «Зебра» (запіканка сирна з какао) | 80 | 100 |
| Кефір | 150 | 180 |
| Фрукти за сезоном | 50 | 75 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1234** | **1481** |

**ПЯТНИЦЯ** Другий тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Салат із свіжих огірків з цибулею | 54 | 82 |
| Каша вівсяна в’язка | 82 | 103 |
| Тефтелька куряча (з овочами) | 66/24 | 88/32 |
| Какао з молоком | 100 | 125 |
| Бутерброд з твердим сиром | 30/5 | 30/7 |
| **Обід** | | |
| Салат із свіжих томатів з солодким перцем | 60 | 80 |
| Суп польовий із кип’яченою сметаною | 150/4 | 200/4 |
| Картопля відварена з маслом вершковим | 88 | 110 |
| Котлета рублена з курячого м’яса | 58 | 77 |
| Компот із суміші сухофруктів | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Салат моркв’яно-яблучний з горіхом | 85 | 115 |
| Суп молочний з макаронами | 150 | 200 |
| Компот із свіжих фруктів (за сезоном) | 150 | 180 |
| Фрукти за сезоном | 50 | 75 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1200** | **1540** |

**ПОНЕДІЛОК** Третій тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Омлет | 60 | 60 |
| Каша боярська ( із пшона з родзинками ) | 100 | 125 |
| Соус фруктовий | 22 | 30 |
| Какао з молоком | 150 | 180 |
| Фрукти та ягоди за сезоном | 60 | 80 |
| **Обід** | | |
| Огірок свіжий | 30 | 40 |
| Борщ по-бахмацькі | 150 | 200 |
| Каша перлова в’язка | 82 | 103 |
| Шніцель зі свинини | 60 | 80 |
| Сік фруктовий | 120 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Салат з свіжої капусти та кропу | 32 | 45 |
| Каша гречана розсипчаста | 82 | 103 |
| Кури з яблуками в сметані | 30/30 | 40/40 |
| Узвар | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1299** | **1590** |

**ВІВТОРОК** Третій тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Салат із свіжих огірків та зеленої цибулі | 50 | 70 |
| Каша пшенична в’язка | 90 | 113 |
| Нагетси курячі | 56 | 75 |
| Чай з лимоном | 150/3 | 180/5 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Фрукти та ягоди за сезоном | 60 | 80 |
| **Обід** | | |
| Перець солодкий підсмажений | 32 | 43 |
| Суп гороховий з грінками | 150/30 | 200 /30 |
| Картопляне пюре | 90 | 112 |
| Шніцель рибний натуральний | 47 | 70 |
| Компот із суміші сухофруктів | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Морква припущена з курагою | 60 | 80 |
| Ліниві вареники кисломолочним сиром із вершковим маслом | 120/2 | 150/3 |
| Йогурт питний | 100 | 125 |
| Фрукти та ягоди за сезоном | 60 | 80 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1190** | **1516** |

**СЕРЕДА** Третій тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Салат із свіжих помідорів та огірків | 62 | 82 |
| Макаронник з м’ясом (яловичина) | 93 | 125 |
| Чай з лимоном | 150/3 | 180/5 |
| Бутерброд з маслом вершковим і твердим сиром | 30/3/5 | 30/3/7 |
| Фрукти за сезоном | 60 | 80 |
| **Обід** | | |
| Салат з свіжої капусти, мокви та перцю | 50 | 70 |
| Суп рисовий з помідорами та кип’яченою сметаною | 150 | 200 |
| Каша кукурудзяна в'язка | 82 | 103 |
| Котлета рублена із курятини | 58 | 77 |
| Узвар | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Шарлотка яблучна | 65 | 90 |
| Каша рисова рідка молочна | 150 | 200 |
| Компот із свіжих фруктів (за сезоном) | 150 | 180 |
| Фрукти за сезоном (за сезоном) | 50 | 75 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1229** | **1589** |

**ЧЕТВЕР** Третій тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Суфле яєчне | 75 | 75 |
| Пудинг сирно-морквяний | 100 | 125 |
| Соус яблучний | 40 | 52 |
| Кефір | 150/3 | 180/5 |
| Фрукти за сезоном (банан) | 27 | 36 |
| **60** | | |
| Баклажани запечені кільцями | 45 | 42 |
| Суп болгарський із кип’яченою сметаною | 150 / 4 | 200 / 5 |
| Товчанка | 112 | 140 |
| Тефтелі БЕЛІП в сметанно-томатному соусі (рибні) | 60/20 | 90/30 |
| Компот із свіжих фруктів | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Салат зі свіжих огірків та зеленої цибулі | 50 | 70 |
| Рагу із м`яса курки | 31/100 | 42/134 |
| Какао з молоком | 150 | 180 |
| Бутерброд з твердим сиром | 30/5 | 30/7 |
| Фрукти за сезоном | 50 | 70 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1139** | **1474** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Свіжий помідор | 30 | 40 |
| РИЗОТТО із зеленим горошком та твердим сиром | 90 | 110 |
| Гуляш з м'яса курки | 32/18 | 43/24 |
| Сік томатний | 120 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Фрукти та ягоди за сезоном | 60 | 80 |
| **Обід** | | |
| Кабачок фарширований овочами та соусом сметанним з томатами | 45 | 60 |
| Борщ полтавський з галушками | 150/27/6 | 200/36/8 |
| Каша ячна в’язка | 82 | 103 |
| Курячий рулет фарширований вареним яйцем | 60 | 80 |
| Компот із свіжих фруктів | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Мус яблучний з фруктовим соусом | 97/22 | 134/30 |
| Каша «Янтарна» | 100 | 125 |
| Компот із суміші сухофруктів | 150 | 180 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1144** | **1371** |

**П’ЯТНИЦЯ Третій тиждень**

**ПОНЕДІЛОК** Четвертий тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Салат зі свіжих томатів з солодким перцем | 60 | 80 |
| Плов з булгуру та свинини | 120 | 150 |
| Чай з лимоном | 150/3 | 180/5 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Фрукти за сезоном | 50 | 75 |
| **Обід** | | |
| Ікра овочева збірна | 45 | 60 |
| Борщ чернігівський | 150 | 200 |
| Каша кукурудзяна розсипчаста | 90 | 113 |
| Котлета натуральна з філе індика панірована в сухарях | 48 | 64 |
| Сік фруктовий | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Яєчна кашка | 52 | 52 |
| Вареники з вишнями | 85 | 115 |
| Кефір | 100 | 125 |
| Фрукти за сезоном (банан) | 60 | 80 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1176** | **1487** |

**ВІВТОРОК** Четвертий тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Салат моркв’яно-яблучний з горіхом | 60 | 80 |
| Сирний чізкейк із шоколадним соусом | 122/20 | 155/35 |
| Какао з молоком | 150 | 180 |
| Фрукти за сезоном | 60 | 80 |
| **Обід** | | |
| Салат з капусти та кропу | 32 | 45 |
| Суп овочевий із кип’яченою сметаною | 150/4 | 200/5 |
| Пюре з бобових(гороху або сочевиці) з вершковим маслом | 90 | 113 |
| Фіш боли в томатному соусі | 50 /27 | 75 /41 |
| Компот із суміші сухофруктів | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Салат із свіжих огірків і кропу | 50 | 60 |
| Зрази картопляні з вареним м`ясом курки ЧОВНИКИ | 110 | 147 |
| Узвар | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Фрукти за сезоном | 50 | 75 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1118** | **1462** |

**СЕРЕДА** Четвертий тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Омлет | 60 | 60 |
| Локшинник з фруктами | 136 | 176 |
| Йогурт | 100 | 125 |
| Фрукти за сезоном (банан) | 60 | 80 |
| **Обід** | | |
| Салат з капусти, огірка та кропу | 50 | 70 |
| Суп з макаронними виробами та картоплею | 150 | 200 |
| Каша кукурудзяна розсипчаста | 90 | 113 |
| Мафіни з овочами та твердим сиром (яловичина) | 63 | 84 |
| Компот із свіжих яблук | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Рагу овочеве з кашею | 120 | 150 |
| Суфле з вареного курячого м’яса та рису | 100 | 133 |
| Чай | 150 | 180 |
| Бутерброд з твердим сиром | 30/5 | 30/7 |
| Фрукти за сезоном | 27 | 36 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1259** | **1537** |

**ЧЕТВЕР** Четвертий тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Овочі по – карпатські | 80 | 100 |
| Суфле рибне | 45 | 68 |
| Компот із свіжих яблук | 150 | 180 |
| Бутерброд з маслом вершковим та сиром твердим | 30/3/5 | 30/3/7 |
| Фрукти за сезоном | 50 | 75 |
| **Обід** | | |
| Салат зі свіжих огірків / Ікра кабачкова | 50/25 | 70/33 |
| Суп – харчо | 150 | 200 |
| Товчанка | 80 | 100 |
| Котлета рублена з курятини | 58 | 77 |
| Компот із сухофруктів | 150 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Салат моркв’яно – яблучний з горіхом | 60 | 80 |
| Запіканка з сиру кисломолочного із соусом сметанним (на молоці) | 70/ 35 | 88 / 50 |
| Какао з молока | 150 | 180 |
| Фрукти за сезоном (банан) | 27 | 36 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1161** | **1383** |

**П’ЯТНИЦЯ** Четвертий тиждень

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування продуктів | Вихід, гр. (ясла) | Вихід, гр. ( сад ) |
| **Сніданок** | | |
| Салат зі свіжих огірків та зеленої цибулі | 50 | 70 |
| Каша гречана розсипчаста | 90 | 113 |
| Паличка куряча | 45 | 60 |
| Сік томатний | 120 | 180 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| Фрукти за сезоном | 50 | 75 |
| **Обід** | | |
| Свіжий помідор / Баклажани тушковані з помідорами | 30/60 | 40/78 |
| Суп болгарський із кип’яченою сметаною | 150/4 | 200/5 |
| Макаронні вироби відварені з маслом | 90 | 112 |
| Кнелі із м`яса курки з рисом в сметанно-томатному соусі | 36/10 | 48/13 |
| Кисіль вишневий | 150 | 150 |
| Хліб житній | 30 | 30 |
| **Вечеря** | | |
| Шарлотка яблучна | 40 | 85 |
| Каша пшоняна рідка молочна | 150 | 200 |
| Узвар | 150 | 180 |
| Фруктовий салат з тертим грецьким горіхом (фрукти за сезоном) | 50 | 70 |
| **Енергетична цінність ( ккал) :** | **1270** | **1595** |