

ПОГОДЖУЮ

Заступник начальника відділу державного нагляду за
дотриманням санітарного законодавства
Хмельницького районного управління ГУ
Держарлоспоконслужби у Вінницькій області
А. М. М. М.
Радина ТРОФІМОВА

30.08.2023

Чотиринадцять сесій меню для організації одноразового харчування учнів комунального закладу «Ліцей №7 Козятинської міської ради
Вінницької області» віком від 6 до 18 років на осінній період 2023-2024 навчального року

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор комунального закладу «Ліцей №7
Козятинської міської ради Вінницької області»
Наталія Левницька
Наталія ЛЕВИЦЬКА

1 тиждень

Збірник рецептур № ТК	Назви алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11 р						Діти 11-14р.						Діти 14-18р.					
			Вихід, г	Енерго цінність в ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго цінність в ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго цінність в ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			

Понеділок

ТК№1.24	Салат з капустою та морквою	100	64	1.51	3.45	5.83	100	64	1.51	3.45	5.83	100	64	1.51	3.45	5.83	
ТК№ 12.09	Яйце варене	1	76	12	11	0.94	1	76	12	11	0.94	1	76	12	11	0.94	
ТК№7.08	Мак снід чіз	120	181	6.2	10.2	17.3	150	226	7.7	12.7	21.6	150	226	7.7	12.7	21.6	
Пром-ве вироб.	Сік	170	84	1.0	0.0	19.1	170	84	1.0	0.0	19.1	190	94	1.1	0.0	21.4	
ТК№ 12.01	Фрукти	100	53	0.4	0.4	11.8	100	53	0.4	0.4	11.8	100	53	0.4	0.4	11.8	
Пром-ве вироб.	Хліб	30/10	71	1.8	2.4	10.0	50/15	118	3.0	4.0	16.7	50/15	118	3.0	4.0	16.7	
Пром-ве вироб.	МЦД	15	52	3.4	4.3	0.7	8	28	1.8	2.3	0.4	8	28	1.8	2.3	0.4	
Сир твердий																	
Всього		570	529	22.9	27.4	64.9	620	621	25.6	31.5	75.9	640	631	25.7	31.5	78.2	

Збірник рецептур № ТК	Назви алергени	Найменування страви та виробів	Діти 6-11 р.						Діти 11-14р.						Діти 14-18р.					
			Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
ТК№1.3		Салат з буряка	100	69	1.55	3.19	9.25	75	52	1.2	2.4	6.9	75	52	1.2	2.4	6.9			
ТК№4.0	ГЛД,М ІІ	Курячі нагетси	85	186	15.1	7.7	17.7	125	274	22.2	11.3	26.0	150	329	26.6	13.6	31.2			
ТК№8.1	МІІ,ДІ	Відварені картопляні	120	151	2.2	7.6	18.7	150	189	2.7	9.5	23.4	150	189	2.7	9.5	23.4			
ТК№ 11.05		Какао	150	60	1.13	0.0	21.5	150	60	1.13	0.0	21.5	150	60	1.13	0.0	21.5			
ТК№ 12.01		Фрукти	100	38	0.7	0.2	8.3	100	38	0.7	0.2	8.3	100	38	0.7	0.2	8.3			
Пром-ве вироб.	Г,МІІ,ДІ	Хліб з вершковим маслом	30/3	89	1.2	2.6	15.0	50/3.5	138	2.0	3.1	25.0	50/3.5	138	2.0	3.1	25.0			
Всього			563	593	21.9	21.3	90.4	629	691	29.9	26.5	111	654	806	34.3	28.8	117			

Вітторок

1 тиждень

Збірник рецептур № ТК	Назви алергени	Найменування страва та виробів	Діти 6-11 р.								Діти 11-14р.								Діти 14-18р.					
			Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г							
ТК№1.23	МЛ,Д	Салат з капустаи з зеленим горошком і соняшником насінням	100	112	4.6	7.2	7.9	75	84	3.4	5.4	5.9	75	84	3.4	5.4	5.9							
ТК№4.03	МП,Д	Куліш з курячим м'ясом	130/50	270	15.6	12.2	26.7	180/70	375	21.7	16.9	37.0	216/84	450	26.1	20.3	44.5							
Промислове виробництво		Йогурт	150	151	0.3	0.0	19.9	150	151	0.3	0.0	19.9	151	84	0.3	0.0	19.9							
ТК№ 12.01		Фрукти	100	95	1.5	0.2	21.8	100	95	1.5	0.2	21.8	100	95	1.5	0.2	21.8							
Всього			580	561	22.0	19.6	76.3	625	638	26.9	22.5	84.6	675	713	31.3	25.9	92.1							

Середа

1 тиждень

Збірник рецепту р.№ ТК	Назви алергени	Найменування страв та виробів	Діти 6-11 р.						Діти 11-14 р.						Діти 14-18р.					
			Вихід, г	Енергетичність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
Четвер																				
ТК№ 12.07	МПДГ	Тупшкова на капуста	100	69	1.73	3.13	4.91	75	52	1.3	2.35	3.69	75	52	1.3	2.35	3.69			
ТК№6.01	Р,Г,Я	Рибні нагенси	70	114	11.3	2.2	14.5	100	163	16.2	3.1	20.7	105	171	17	3.2	21.8			
ТК№8.01	МПДГ	Гречка з чебреце	120	133	4.1	3.1	24.1	150	165	5.2	3.9	30.1	150	166	5.2	3.9	30.1			
ТК№ 12.08	МПДГ	Чай з лимоном	150	84	4.6	4.1	7.4	150	84	4.6	4.1	7.4	150	84	4.6	4.1	7.4			
ТК№ 12.01		Фрукти	100	53	0.4	0.4	11.8	100	39	0.3	0.3	8.9	100	39	0.3	0.3	8.9			
Пром-ве вироб.	Г,МПДГ	Хліб з твердим сиром	30/15	89	1.2	2.6	15.0	30/15	138	2.0	3.1	25.0	30/15	138	2.0	3.1	25.0			
Пром-ве вироб.	МПДГ	Сир твердий	15	52	3.4	4.3	0.7	8	28	1.8	2.3	0.4	8	28	1.8	2.3	0.4			
Всього			573	542	23.3	15.5	77.3	594	641	29.6	16.9	95.9	624	650	30.4	16.9	77.3			

1 тиждень

Збірник рецепту р. № ТК	Назви алергени	Найменування страв та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
П'ятниця																				
ТК№8.19		Овочеве рагу	150	177	3.9	11.0	15.8	150	177	3.9	11.0	15.8	200	236	5.1	14.6	21.0			
ТК№7.20	МП,Г,Л	Вареники лінійні з соусом до вареників лінійних	150/25	273	20.8	10.9	22.7	180/25	328	25.0	13.1	27.2	180/25	328	25.0	13.1	27.5			
ТК№ 11.03		Узвар	200	108	0.3	0.9	24.9	200	108	0.3	0.9	24.9	200	108	0.3	0.9	24.9			
ТК№ 12.01		Фрукти	100	38	0.7	0.2	8.3	100	38	0.7	0.2	8.3	100	38	0.7	0.2	8.3			
Всього			600	596	25.7	23.0	71.7	630	651	29.9	25.2	76.2	680	710	31.1	28.8	81.7			

Збірник рецептур, № ТК	Назви алергени	Найменування страви та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
Понеділок																				
Пром-ве вироб.	МПДЛ	Сир твердий	15	52	3.4	4.3	0.7	15	52	3.4	4.3	0.7	15	52	3.4	4.3	0.7			
ТК№1.4		Салат з гречки та овочів	100	89	2.3	3.4	13.4	180	161	4.1	6.1	24.2	180	161	4.1	6.1	24.2			
ТК№ 12.05	МПДС	Борщі укр-кий	200	163	2.3	4.4	20.6	250	190	2.9	5.6	25.8	250	190	2.9	5.6	25.8			
ТК№ 11.04		Кисіль ягідний	200	84	0.3	0.0	19.9	200	84	0.3	0.0	19.9	200	84	0.3	0.0	19.9			
ТК№ 12.01		Фрукти	100	95	1.5	0.2	21.8	100	95	1.5	0.2	21.8	100	95	1.5	0.2	21.8			
Пром-ве вироб.	Г	Хліб	30	71	1.8	2.4	10.0	50	118	3.0	4.0	16.7	50	118	3.0	4.0	16.7			
Усього			665	554	11.6	14.7	86.6	820	700	15.2	20.2	109	820	700	15.2	20.2	109			

Збірник рецепту р, № ТК	Назви алергени	Наймену вання страв та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енерго цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
Пром-ве вироб	МП,Л	Сир твердий	15	52	3.4	4.3	0.7	8	28	1.8	2.3	0.4	8	28	1.8	2.3	0.4			
ТК№1.28		Салат з капусти з ароматною олією	75	42	1.1	2.5	3.3	75	42	1.1	2.5	3.3	75	42	1.1	2.5	3.3			
ТК№4.04		Плов з курчачим м'ясом	130/50	280	14.9	12	30.2	180.70	389	20.7	16.7	42.1	216/ 84	466	24.9	20.0	50.5			
ТК№ 11.03		Увар	200	108	0.3	0.9	24.9	180	97	0.3	0.8	22.4	180	97	0.3	0.8	22.4			
ТК№ 12.01		Фрукти	100	39	0.3	0.3	8.9	100	39	0.3	0.3	8.9	100	39	0.3	0.3	8.9			
Пром-ве вироб.	Г	Хліб	30	68	1.2	0.2	15.0	50	113	2.0	0.4	25.0	50	113	2.0	0.4	25.0			
Всього			575	589	21.2	20.2	83.1	638	708	26.2	23.0	102	688	785	30.4	26.3	111			

Вітопок

2 тиждень

Збірник рецепту р. № ТК	Назви алергени	Наймену вання страв та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енерго цінність б, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Середн																				
ТК№1.24		Салат з капустою та морквою	100	64	1.51	3.45	5.83	100	64	1.51	3.45	5.83	100	64	1.51	3.45	5.83			
ТК№4.08	Г,Я,МП,Л	Курячий шніцель	70	148	13.1	6.9	11.3	100	212	18.7	9.9	16.2	120	255	22.4	11.8	19.4			
ТК№ 10.05		Соус «Кетчуп»	25	13	0.3	0.0	3.0	25	13	0.3	0.0	3.0	25	13	0.3	0.0	3.0			
ТК№8.25	МП,Л	Булгур	120	132	3.7	3.8	22.3	150	165	4.7	4.8	27.9	150	165	4.7	4.8	27.9			
Пром-ве вироб	МП,Л	Йогурт	125	86	2.0	6.3	5.3	125	86	2.0	6.3	5.3	125	86	2.0	6.3	5.3			
ТК№ 12.01		Фрукти	100	95	1.5	0.2	21.8	100	95	1.5	0.2	21.8	100	95	1.5	0.2	21.8			
Всього			540	538	22.1	20.7	69.6	600	635	28.7	24.7	80	620	678	32.4	26.6	83.2			

2 тиждів

Збірник рецепту р. № ТК	Навні алергени	Найменування страв та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетична цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
Четвер																				
ТК№1.17	ГЦ	Салат з моркви з каррі та соусом» Вінгрет»	75	50	0.8	2.7	5.6	75	50	0.8	2.7	5.6	75	50	0.8	2.7	5.6			
ТК№6.06	Р,Д,Г	Стіки рибні	70	112	10.8	1.9	15.2	105	168	16.2	2.8	22.7	140	224	21.5	3.7	30.3			
ТК№8.16	МП,Д,Г	Овочева пастля з куркумою(морква, цибуля)	120	161	3.5	4.3	26.5	150	201	4.4	5.4	33.2	150	201	4.4	5.4	33.2			
Пром. вироб	МП,Д	Сік	150	84	4.6	4.1	7.4	150	84	4.6	4.1	7.4	150	84	4.6	4.1	7.4			
ТК№12.01		Фрукти	100	50	0.9	0.2	11.0	100	50	0.9	0.2	11.0	100	50	0.9	0.2	11.0			
Пром-ве вироб.	Г,МП,Д	Хліб з вершковим маслом	30/3	89	1.2	2.6	15.0	50/3.5	142	2.0	3.5	25.0	50/3.5	145	2.1	3.9	25.1			
Всього			548	546	21.7	15.8	80.7	634	695	28.3	19.0	106	670	754	33.7	20.3	113			

Збірник рецептур, № ТК	Назви алергенів	Найменш важливі страви та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енергетична цінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетична цінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетична цінність, ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
ТК№8.11	МП,ДЛГ	Нюжі(ка ртоплена галушки)	100	172	4.27	3.87	32.7	150	206.1	5.12	4.64	39.2	150	206	5.12	4.64	39.2			
ТК№ 1.24	МП,ДЛ	Салат з моркви та капуста зі сметано	100	64	1.37	3.21	7.06	100	64	1.37	3.21	7.06	100	64	1.37	3.21	7.06			
ТК№ 12.09	Я	Яйце варене	1	76	6.5	5.3	0.56	1	76	6.5	5.3	0.56	1	76	6.5	5.3	0.56			
ТК№ 11.05		Какао	170	84	1.0	0.0	19.1	170	84	1.0	0.0	19.1	170	84	1.0	0.0	19.1			
ТК№ 12.01		Яблучо заквашене з сиром	100	156	7.8	6.3	16.7	120	188	9.3	7.6	20	120	187	9.3	7.6	20			
Всього			520	552	26.4	24	76.5	540	617.2	28.8	26.5	86.4	540	617.2	28.8	26.5	86.4			

П'ятниця

Збірник рецепту р. № ТК	Назви алергени	Найменування страв та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
ТК№1.27	Л,М,П	Салат з червоної капуста з соусом вінегрет	75	75	1.1	2.4	12.2	75	75	1.1	2.4	12.2	75	75	1.1	2.4	12.2			
ТК№8.26	МП,Д,Г	Каша пшенична	120	143	4.8	2.4	25.2	150	179	6.0	3.0	31.5	150	179	6.0	3.0	31.5			
ТК№7.17	МП,Я,Д,Г	Оладки кукурузні з морквою	100/15	233	5.75	7.49	37.7	100/15	233	5.75	7.49	37.7	100/15	233	5.75	7.49	37.7			
ТК№11.05	МП,Д	Какао з молоком	200	112	6.1	5.5	9.9	200	112	6.1	5.5	9.9	200	112	6.1	5.5	9.9			
ТК№12.01		Фрукти	100	48	0.8	0.1	10.9	100	71	1.1	0.2	16.4	100	71	1.1	0.2	16.4			
Всього			580	611	18.6	17.9	95.9	615	670	20.0	18.6	108	615	670	20.0	18.6	108			

Понеділок

Збірник рецепту р. № ТК	Назви агрегени	Найменування страв та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
Вісторок																				
ТК№ 1.17	ПЦ	Салат з моркви з каррі та соусом» Вінірет»	100	67	1.1	3.63	7.45	100	67	1.1	3.63	7.45	100	67	1.01	3.63	7.45			
ТК№ 4.11		Курка запечена в соусі»Імбирному»	60	129	13.6	5.8	3.6	85	183	19.3	8.2	5.14	100	215	22.7	9.7	6.1			
ТК№ 6.28	МП,Д	Банош	120	194	4.8	4.0	33.0	150	242	6.0	5.0	41.3	150	242	6.0	5.0	41.3			
ТК№ 11.04		Кисіль агідний	200	84	0.3	0.0	19.9	200	84	0.3	0.0	19.9	200	84	0.3	0.0	19.9			
ТК№ 12.01		Фрукти	100	52	0.4	0.4	11.8	100	52	0.4	0.4	11.8	100	52	0.4	0.4	11.8			
Всього			580	526	20.1	13.8	75.8	635	628	26.9	17.2	85.5	650	660	30.3	18.7	86.5			

Збірник рецептур, № ТК	Назви алергени	Найменування страв та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
Середнє																				
ТК№ 1.23	МП,Л	Салат з зеленим горошком м і насінням соняшни ка	100	112	4.57	7.17	7.88	100	112	4.57	7.17	7.88	100	112	4.57	7.17	7.88			
ТК№ 12.11	МП,Л	Каша ячмінна	120	152	4.84	3.32	25.3	150	190	6.0	4.2	31.5	150	190	6.0	4.2	31.5			
ТК№ 12.09	Я	Яйце варене	1	76	6.5	5.3	0.56	1	76	6.5	5.3	0.56	1	76	6.5	5.3	0.56			
Пром-ве вироб		Сік	180	89	1.1	0.0	20.3	180	89	1.1	0.0	20.3	180	89	1.1	0.0	20.3			
ТК№ 12.01		Фрукти	100	71	1.1	0.2	16.4	100	95	1.5	0.2	21.8	100	95	1.5	0.2	21.8			
Пром-ве вироб.	Г	Хліб	30/15	71	1.8	2.4	10.0	50/15	118	3.0	4.0	16.7	50/15	118	3.0	4.0	16.7			
Пром-ве вироб.	МП,Л	Сир твердий	15	52	3.4	4.3	0.7	8	28	1.8	2.3	0.4	8	28	1.8	2.3	0.4			
Всього			555	571	19.9	18.4	80.5	630	680	22.7	20.9	98.8	630	680	22.7	20.9	98.8			

Збірник рецепту р. № ТК	Навні алергени	Наймену вання страв та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енерго цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
Четвер																				
ТК№ 12.07	МП,Л,Г	Тупшкова на капусті	100	69	1.73	3.13	4.91	100	69	1.73	3.13	4.91	100	69	1.73	3.13	4.91			
ТК№6.01	Г,Я,Р	Рибні нагенси	70	114	11.3	2.2	14.5	105	171	17.0	3.2	21.7	140	228	22.6	4.3	29.0			
ТК№8.13	МП,Л	Картопля не пюре з орегано	120	163	2.8	7.4	21.1	150	203	3.5	9.3	26.4	150	203	3.5	9.3	26.4			
ТК№ 11.03		Узвар	150	81	0.2	0.7	18.7	150	81	0.2	0.7	18.7	150	81	0.2	0.7	18.7			
ТК№ 12.01		Фрукти	100	50	0.9	0.2	11.0	100	38	0.7	0.2	8.3	100	38	0.7	0.2	8.3			
Пром-ве вироб.	Г,МП,Л	Хліб	30/15	89	1.2	2.6	15.0	50/15	142	2.0	3.5	25	50/15	153	2.1	4.7	25.1			
Пром-ве вироб.	МП,Л	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7	8	28	1,8	2,3	04	8	28	1,8	2,3	0,4			
Всього			603	566	18.2	16.3	85.3	634	704	25.2	20.0	105	670.5	772	30.9	22.4	114			

Збірник рецептур, № ТК	Навчні алергени	Найменування страв та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
П'ятниця																				
ТК№1.36	МП,Д	Буряк з ароматною олією	100	72	1.82	3.37	8.63	100	72	1.82	3.37	8.63	100	72	1.82	3.37	8.63			
ТК№4.07		Курка по-італійські	60	74	12.1	2.5	1.1	85	105	17.2	3.5	1.5	100	124	20.2	4.1	1.8			
ТК№	МП,Д	Макарони і відварні	120	190	5.2	0.6	34.2	120	190	5.2	0.6	34.2	150	227	6.24	0.67	42.0			
ТК№ 11.02		Компот з фруктів або ягід	200	44	0.6	0.0	9.9	200	44	0.6	0.0	9.9	200	44	0.6	0.0	9.9			
ТК№ 12.01		Фрукти	100	52	0.4	0.4	11.8	100	52	0.4	0.4	11.8	100	52	0.4	0.4	11.8			
Пром-ве вироб.	Г,МП,Д	Хліб	30/15	93	1.2	3.0	15.0	30/15	145	2.0	3.9	25.0	30/15	153	2.1	4.7	25.1			
Пром-ве вироб.	МП,Д	Сир твердий	15	52	3,4	4,3	0,7	8	28	1.8	2,3	04	8	28	1,8	2,3	0,4			
Всього			614	525	21.4	9.9	80.7	660	608	27.3	11.8	91	706	672	31.4	13.3	98.4			

4 тиждень

Збірник рецепту р, № ТК	Назви алергени	Найменування страв та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Понеділок																				
ТК№4.08	Г,МП,Д,Я	Курячий шинцель	70	149	13.1	6.9	11.3	100	212	18.7	9.9	16.9	120	255	22.4	11.8	19.4			
ТК№ 12.13		Овочева рагу	150	177	3.9	11.0	15.8	200	236	5.2	14.6	21.0	200	236	5.2	14.6	21.0			
ТК№ 7.19		Бланман же	150	108	0.3	0.9	24.9	150	108	0.3	0.9	24.9	150	108	0.3	0.9	24.9			
ТК№ 12.01		Фрукти	100	95	1.5	0.2	21.8	100	95	1.5	0.2	21.8	100	95	1.5	0.2	21.8			
Всього			520	528	18.8	19.0	73.8	600	651	25.7	25.6	84.6	620	693	29.4	27.5	87.1			

Віатрок

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Вихід, г																		
Енерго цінність ккал																		
Б, г																		
Ж, г																		
В, г																		
Вихід, г																		
Енерго цінність ккал																		
Б, г																		
Ж, г																		
В, г																		
ТК№	МПД	Лінійні голубці без м'яса	170	178	10.7	16.4	17.9	250	299	14.9	22.8	24.9	250	299	14.9	22.8	24.9	
ТК№7.13	МПД	Львівський сирник з морквою та сметанним соусом	100/15	229	12.9	12.6	15.9	120/15	269	15.3	14.4	19.0	150/15	356	19.0	17.3	23.7	
Пром-ве вироб.		Сік	200	99	1.2	0.0	22.5	180	89	1.1	0.0	20.3	180	89	1.1	0.0	20.3	
Пром-ве вироб.	Г	Хліб	30	68	1.2	0.2	15.0	50	113	2.0	0.4	25.0	50	113	2.0	0.4	25.0	
Всього			575	574	26	29.2	71.3	615	668	20.3	21.9	88.6	645	857	21.2	23.3	97.2	

Середня

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
			Вихід, г	Енерго цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енерго цінність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	
ТК№ 1.36		Вінетрет з Буричок з ароматичн ою олією	100	86.7	1.84	3.49	12.9	100	86.7	1.84	3.49	12.9	100	86.7	1.84	3.49	12.9	
ТК№6.0 3	Р	Риба тушкован з ороцями під томатни соусом	60	61	8.5	2.8	1.7	90	91	12.7	4.2	2.5	120	122	16.9	5.5	3.3	
ТК№8.0 1	МПДЛ	Гречана каша з чесником	120	133	4.1	3.1	24.1	150	166	5.2	3.9	30.1	150	166	5.2	3.9	30.1	
ТК№ 11.05	МПДЛ	Каша з молоком	180	101	5.5	5.0	8.9	180	101	5.5	5.0	8.9	180	101	5.5	5.0	8.9	
ТК№ 12.01		Фрукти	100	95	1.5	0.2	21.8	100	95	1.5	0.2	21.8	100	95	1.5	0.2	21.8	
Прон-ве вироб.	Г, МПДЛ	Хліб з вершковн м маслом	30/3	89	1.2	2.6	15.0	50/4	142	2.0	3.5	25.0	50/6	156	2.0	5.1	25.1	
Всього			593	566	23.2	16.9	83.4	674	682	29.2	19.9	101	706	627	33.2	22.9	102	

4 тиждень

Збірник рецепту р, № ТК	Назви алергени	Найменування страв та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			

Четвер

ТК№1.24		Салат з капустию та морквою	100	64	1.51	3.45	5.83	100	64	1.51	3.45	5.83	100	64	1.51	3.45	5.83
ТК№4.06	МП,Д,Я,Г	Котлета по миланській з сиром	85	215	15.6	9.4	20.1	125	317	23.0	13.9	29.5	150	380	27.6	16.6	35.5
ТК№8.25	Г	Булгур	120	132	3.7	3.8	22.3	150	165	4.7	4.8	27.9	150	165	4.7	4.8	27.9
ТК№11.04		Кисіль ягідний	150	63	0.2	0.0	14.9	150	63	0.2	0.0	14.9	150	63	0.2	0.0	14.9
ТК№12.01		Фрукти	100	50	0.9	0.2	11.0	75	38	0.7	0.2	8.3	75	38	0.7	0.2	8.3
Всього			555	525	21.9	16.9	74.2	600	648	31.0	22.4	86.5	75	38	34.7	25.1	92.5

Збірник рецептур р. № ТК	Назви алергени	Найменування страви та виробів	6-11 р.						11-14 р.						14-18 р.					
			Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г	Вихід, г	Енергетичність ккал	Б, г	Ж, г	В, г			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
II етап																				
Пром-ве вироб.	МП,Л	Сир твердий	15	52	3.4	4.3	0.7	15	52	3.4	4.3	0.7	15	52	3.4	4.3	0.7			
ТК№ 1.27	МП,Л	Салат з червоної капуста	75	48	1.0	2.4	5.3	75	48	1.0	2.4	5.3	75	48	1.0	2.4	5.3			
ТК№ 12.15	МП,Л	Горохове пюре	150	219	12.6	4.18	21.2	150	219	12.6	4.18	21.2	150	219	12.6	4.18	21.2			
ТК№ 11.03		Фрукти	100	81	0.2	0.7	18.7	100	81	0.2	0.7	18.7	100	108	0.3	0.9	24.9			
ТК№ 12.01		Яловича свиня	100	52	0.4	0.4	11.8	100	52	0.4	0.4	11.8	100	52	0.4	0.4	11.8			
Пром-ве вироб.	МП,Л,Г	Хліб з маслом вершковим	30/3	92	1.8	4.8	10.1	50/4	147	3.0	7.2	16.7	50/4.5	150	3.0	7.6	16.7			
Всього			523	544	19.4	16.8	67.8	544	600	20.7	19.1	75.0	595	630	20.8	19.7	80.7			

Всього прошнуровано, пронумеровано та скріплено печаткою 20 (двадцять) аркушів.

Директор

Наталія ЛЕВИЦЬКА

2023

