**Додаток 5**

**до тендерної документації**

**ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ**

**для одноразового харчування**

**І тиждень**

|  |
| --- |
| **Понеділок (І тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | МП,Л | Каша гречана розсипчаста  | **120/3** | 7,08 | 3,33 | 35,43 | 200,94 | **150/4** | 8,85 | 4,17 | 44,29 | 260,95  | **150/4,5** | 8,88 | 5,52 | 44,3 | 264,30 |
|  | Г | Гуляш з курячого філе  | **50/50** | 11,5 | 14,1 | 4,42 | 180,12  | **70/50** | 15,94 | 18,50 | 4,59 | 252,17  | **100/50** | 22,49 | 25,12 | 4,84 | 324,72 |
|  |  | Овочі квашені\овочі свіжі | **100** | 0,7 | 0,1 | 3,70 | 24,0 | **100** | 0,7 | 0,1 | 3,70 | 24,0 | **100** | 0,7 | 0,1 | 3,70 | 24,0 |
|  | МП,Л | Тв.сир | **15** | 3,95 | 3,85 | 0,01 | 52,20 | **15** | 3,95 | 3,85 | 0,01 | 52,20 | **15** | 3,95 | 3,85 | 0,01 | 52,20 |
|  |  | Компот | **200** | 0,32 | 0,21 | 22,09 | 91,69 | **200** | 0,32 | 0,21 | 22,09 | 91,69 | **200** | 0,32 | 0,21 | 22,09 | 91,69 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:**  |  | **23,95** | **18,14** | **79,14** | **636,55** |  | **26,91** | **23,38** | **87,48** | **768,61** |  | **32,79** | **31,35** | **93,43** | **844,51** |
| **Вівторок(І тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | Г,МП,Л | Запіканка сирно-манна з родзинками та соусом  | **100/20** | 15,38 | 12,73 | 13,43 | 228,23 | **120/30** | 18,57 | 16,83 | 16,42 | 289,65 | **120/30** | 18,57 | 16,83 | 16,42 | 289,65 |
|  |  | Тушкована капуста | **100** | 2,3 | 4,02 | 10,24 | 86,10 | **100** | 2,3 | 4,02 | 10,24 | 86,10 | **100** | 2,3 | 4,02 | 10,24 | 86,10 |
|  | Я | Яйце варене | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  |
|  | Г | Хліб | **30** | 1,43 | 0,36 | 10,80 | 67,2 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
|  |  | Сік | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 |
| **Всього:** |  | **23,99** | **22,11** | **68,55** | **587,63** |  | **28,14** | **26,45** | **78,74** | **693,85** |  | **28,14** | **26,45** | **78,74** | **693,85** |
| **Середа (І тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | МП,Л,Г | Макарони відварні з тв. сиром | **120/3/15** | 7,59 | 6,48 | 29,36 | 213,60 | **150/4/15** | 8,75 | 7,33 | 37,05 | 257,30 | **150/4,5/15** | 8,76 | 7,70 | 37,06 | 260,61 |
|  |  | Буряк тушкований\овочі свіжі | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 |
|  | Г | Котлета куряча  | **60** | 16,02 | 18,57 | 9,29 | 240,41 | **70** | 18,69 | 21,67 | 10,84 | 280,5  | **90** | 24,03 | 27,87 | 13,94 | 360,7  |
|  |  | Чай | **200** | 0 | 0 | 7,48 | 28,42 | **200** | 0 | 0 | 7,48 | 28,42 | **200** | 0 | 0 | 7,48 | 28,42 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:**  |  | **23,65** | **28,55** | **68,91** | **615,19** |  | **29,48** | **32,50** | **78,15** | **698,98** |  | **34,83** | **39,07** | **88,26** | **782,49** |
| **Четвер (І тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | МП,Л | Картопляне пюре | **120/3** | 2,51 | 2,92 | 17,07 | 108,2 | **150/4** | 3,71 | 4,39 | 22,59 | 148,06 | **150/4,5** | 3,68 | 4,75 | 22,58 | 151,9 |
|  | Р,Г,МП,Л | Рибні нагетси  | **70** | 11,3 | 2,2 | 14,5 | 113,81 | **100** | 16,15 | 3,08 | 20,72 | 162,56 | **130** | 21,00 | 4,01 | 26,94 | 211,33 |
|  | МП,Л | Салат з морквою, сметаною та твердим сиром  | **100/15** | 4,57 | 7,17 | 7,88 | 112,16 | **100/15** | 4,57 | 7,17 | 7,88 | 112,16 | **100/15** | 4,57 | 7,17 | 7,88 | 112,16 |
|  |  | Узвар | **200** | 0,54 | 0 | 20,48 | 78,42 | **200** | 0,54 | 0 | 20,48 | 78,42 | **200** | 0,54 | 0 | 20,48 | 78,42 |
|  | Г | Хліб | **30** | 1,43 | 0,36 | 10,80 | 67,2 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:** |  | **20,75** | **18,05** | **80,53** | **531,89** |  | **27,76** | **19,64** | **99,47** | **675,30** |  | **32,58** | **21,93** | **105,7** | **717,91** |
| **П’ятниця (І тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  |  | Горохове пюре  | **120** | 11,69 | 1,16 | 23,25 | 139,68 | **150** | 14,62 | 1,45 | 29,07 | 174,60 | **150** | 14,62 | 1,45 | 29,07 | 174,60 |
|  |  | Підлива куряча  | **50/50** | 12,11 | 14,66 | 2,07 | 176,51 | **70/50** | 17,03 | 18,70 | 2,07 | 234,19 | **90/50** | 21,78 | 22,59 | 2,07 | 289,81 |
|  |  | Салат з капусти і моркви | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  |
|  | МП,Л | Какао | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 |
|  | Г | Хліб | **30** | 1,43 | 0,36 | 10,80 | 67,2 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:**  |  | **25,02** | **23,20** | **72,62** | **643,89** |  | **29,83** | **27,72** | **78,64** | **781,29** |  | **34,58** | **31,66** | **78,64** | **826,91** |

**ІІ тиждень**

|  |
| --- |
| **Понеділок (ІІ тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | МП,Л,Г | Макарони відварні з тв. сиром | **120/3/15** | 7,59 | 6,48 | 29,36 | 213,60 | **150/4/15** | 8,75 | 7,33 | 37,05 | 257,30 | **150/4,5/15** | 8,76 | 7,70 | 37,06 | 260,61 |
|  |  | Чахохбілі з куркою\підлива куряча | **100** | 15,20 | 4,48 | 5,30 | 126,29 | **150** | 22,8 | 6,7 | 7,9 | 189,4 | **150** | 22,8 | 6,7 | 7,9 | 189,4 |
|  |  | Буряк тушкований | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
|  |  | Чай | **200** | 0 | 0 | 7,48 | 28,42 | **200** | 0 | 0 | 7,48 | 28,42 | **200** | 0 | 0 | 7,48 | 28,42 |
| **Всього:**  |  | **24,83** | **15,46** | **72,92** | **525,07** |  | **28,59** | **18,53** | **79,71** | **607,88** |  | **28,59** | **19,10** | **82,89** | **661,19** |
| **Вівторок(ІІ тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  |  | Плов з курячим філе | **120/60** | 17,71 | 20,13 | 33,04 | 378,81 | **150/70** | 18,25 | 18,70 | 38,92 | 390,95 | **150/70** | 18,25 | 18,70 | 38,92 | 390,95 |
|  |  | Овочі квашені\овочі свіжі | **100** | 0,7 | 0,1 | 3,70 | 55,85 | **100** | 0,7 | 0,1 | 3,70 | 55,85 | **100** | 0,7 | 0,1 | 3,70 | 55,85 |
|  | МП,Л | Какао | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 |
|  | Г | Хліб | **30** | 1,43 | 0,36 | 10,80 | 67,2 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:** |  | **20,01** | **24,19** | **75,86** | **696,96** |  | **25,51** | **23,00** | **89,94** | **753,9** |  | **25,51** | **23,00** | **89,94** | **753,9** |
| **Середа (ІІ тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | МП,Л | Ліниві вареники з сметанним соусом  | **100/10** | 16,28 | 12,89 | 20,23 | 257,4 | **120/20** | 22,75 | 19,99 | 24,27 | 363,83 | **120/20** | 22,75 | 19,99 | 24,27 | 363,83 |
|  |  | Буряк тушкований | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 |
|  | Я | Яйце варене | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  |
|  | Г | Хліб | **30** | 1,43 | 0,36 | 10,80 | 67,2 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
|  |  | Компот | **200** | 0,32 | 0,21 | 22,09 | 91,69 | **200** | 0,32 | 0,21 | 22,09 | 91,69 | **200** | 0,32 | 0,21 | 22,09 | 91,69 |
| **Всього:**  |  | **24,15** | **21,56** | **76,18** | **611,85** |  | **29,58** | **27,9** | **87,42** | **743,08** |  | **29,58** | **27,9** | **87,42** | **743,08** |
| **Четвер (ІІ тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  |  | Горохове пюре  | **120** | 11,69 | 1,16 | 23,25 | 139,68 | **150** | 14,62 | 1,45 | 29,07 | 174,60 | **150** | 14,62 | 1,45 | 29,07 | 174,60 |
|  | Р,Г,МП,Л | Риба з морквою та цибулею під соусом «Бешамель»/рибна котлета | **60/50****70** | 10,189,78 | 8,857,72 | 7,3211,29 | 137,63152,53 | **90/50****90** | 14,5012,58 | 10,109,93 | 9,0014,52 | 172,70196,11 | **90/50****90** | 14,5012,58 | 10,109,93 | 9,0014,52 | 172,70196,11 |
|  |  | Салат з морквою та часником  | **100** | 1,40 | 5,0 | 10,0 | 86,0 | **100** | 1,40 | 5,0 | 10,0 | 86,0 | **100** | 1,40 | 5,0 | 10,0 | 86,0 |
|  |  | Узвар | **200** | 0,54 | 0 | 20,48 | 91,69 | **200** | 0,54 | 0 | 20,48 | 91,69 | **200** | 0,54 | 0 | 20,48 | 91,69 |
|  | Г | Хліб | **30** | 1,43 | 0,36 | 10,80 | 67,2 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:** |  | **23,64** | **17,77** | **81,65** | **574,3** |  | **28,85** | **18,55** | **96,35** | **689,09** |  | **28,85** | **18,55** | **96,35** | **689,09** |
| **П’ятниця (ІІ тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | МП,Л | Курка в сметанному соусі з овочами і картоплею | **150** | 15,74 | 21,08 | 13,54 | 305,53 | **170** | 19,14 | 25,91 | 17,30 | 377,19 | **190** | 21,40 | 28,96 | 19,34 | 421,57 |
|  |  | Салат з капусти і моркви\ Салат з капусти і огірка | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  |
|  |  | Сік | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 |
|  |  | Свіжі фрукти | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:**  |  | **18,16** | **22,9** | **66,52** | **524,23** |  | **21,56** | **27,73** | **77,28** | **595,89** |  | **23,82** | **30,78** | **89,32** | **670,27** |

**ІІІ тиждень**

|  |
| --- |
| **Понеділок (ІІІ тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | Г,МП,Л | Каша ячна  | **120/3** | 2,56 | 2,47 | 17,11 | 101,48 | **150/4** | 3,2 | 3,26 | 21,39 | 128,50 | **150/4,5** | 3,2 | 3,62 | 21,39 | 131,8 |
|  | Г | Гуляш з курячого філе  | **50/50** | 11,50 | 14,08 | 4,42 | 180,12 | **70/50** | 17,22 | 18,55 | 4,00 | 241,15 | **90/50** | 21,80 | 22,29 | 4,00 | 294,71 |
|  |  | Капуста тушкована\салат з капусти  | **100/25** | 3,44 | 4,27 | 25,68 | 49,75  | **100/25** | 3,44 | 4,27 | 25,68 | 49,75  | **100/25** | 3,44 | 4,27 | 25,68 | 49,75  |
|  | МП,Л | Какао | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:**  |  | **21,68** | **24,42** | **71,53** | **526,45** |  | **28,03** | **29,68** | **78,39** | **614,50** |  | **30,61** | **31,78** | **80,39** | **675,36** |
| **Вівторок(ІІІ тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  |  | Горохове пюре  | **120** | 11,69 | 1,16 | 23,25 | 139,68 | **150** | 14,62 | 1,45 | 29,07 | 174,60 | **150** | 14,62 | 1,45 | 29,07 | 174,60 |
|  |  | Курка по-італійські | **50/30** | 12,13 | 6,14 | 6,37 | 131,06 | **70/30** | 17,80 | 7,20 | 6,4 | 160,00 | **100/30** | 26,19 | 8,94 | 6,57 | 210,10 |
|  |  | Буряк тушкований\ овочі свіжі | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 |
|  | МП,Л | Тв.сир | **15** | 3,95 | 3,85 | 0,01 | 52,20 | **15** | 3,95 | 3,85 | 0,01 | 52,20 | **15** | 3,95 | 3,85 | 0,01 | 52,20 |
|  |  | Чай з лимоном | **200/6** | 0,05 | 0,01 | 7,66 | 30,46 | **200/6** | 0,05 | 0,01 | 7,66 | 30,46 | **200/6** | 0,05 | 0,01 | 7,66 | 30,46 |
|  | Г | Хліб | **30** | 1,43 | 0,36 | 10,80 | 67,2 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:**  |  | **27,24** | **21,0** | **72,87** | **523,18** |  | **28,54** | **22,86** | **83,91** | **609,82** |  | **35,29** | **24,50** | **94,08** | **695,92** |
| **Середа (ІІІ тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | Г,МП,Л | Гратен «Зебра» | **100** | 14,9 | 9,6 | 18,3 | 220,0 | **120** | 17,88 | 11,52 | 21,96 | 264,0 | **120** | 17,88 | 11,52 | 21,96 | 264,0 |
|  |  | Овочеве рагу (соте)/ салат з капусти і цибулі | **100** | 4,09 1,05 | 4,80 5,25 | 24,697,13 | 107,84134,80 | **100** | 4,09 1,05 | 4,80 5,25 | 24,697,13 | 107,84134,80 | **100** | 4,09 1,05 | 4,80 5,25 | 24,697,13 | 107,84134,80 |
|  | Я | Яйце варене | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  |
|  | Г | Хліб | **30** | 1,43 | 0,36 | 10,80 | 67,2 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 |
|  |  | Свіжі фрукти | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
|  |  | Йогурт | **125** | 6,25 | 4,00 | 10,63 | 82,13 | **125** | 6,25 | 4,00 | 10,63 | 82,13 | **125** | 6,25 | 4,00 | 10,63 | 82,13 |
| **Всього:**  |  | **25,15** | **21,78** | **74,5** | **592,07** |  | **27,09** | **25,92** | **85,31** | **680,87** |  | **27,09** | **25,92** | **85,31** | **680,87** |
| **Четвер (ІІІ тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | МП,Л | Картопляне пюре | **120/3** | 2,51 | 2,92 | 17,07 | 108,2 | **150/4** | 3,71 | 4,39 | 22,59 | 148,06 | **150/4,5** | 3,68 | 4,75 | 22,58 | 151,9 |
|  | Р,Г | Рибні тюфтельки | **80/50** | 11,10 | 3,18 | 16,28 | 137,99 | **90/50** | 12,60 | 5,64 | 18,67 | 170,08 | **90/50** | 12,60 | 5,64 | 18,67 | 170,08 |
|  | МП,Л | Буряк з сметаною і кунжутом/ Салат з моркви і капусти із сметанним соусом | **100****100** | 1,821,37 | 3,373,21 | 8,637,06 | 71,6364,03 | **100****100** | 1,821,37 | 3,373,21 | 8,637,06 | 71,6364,03 | **100****100** | 1,821,37 | 3,373,21 | 8,637,06 | 71,6364,03 |
|  |  | Узвар | **200** | 0,54 | 0 | 20,48 | 91,69 | **200** | 0,54 | 0 | 20,48 | 91,69 | **200** | 0,54 | 0 | 20,48 | 91,69 |
|  | Г | Хліб | **30** | 1,43 | 0,36 | 10,80 | 67,2 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:** |  | **17,8** | **15,23** | **83,06** | **528,81** |  | **21,46** | **18,97** | **98,17** | **645,56** |  | **21,43** | **21,76** | **98,16** | **679,4** |
| **П’ятниця (ІІІ тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | Г | Каша пшенична  | **120/3** | 3,72 | 2,7 | 30,86 | 167,89 | **150/4** | 4,64 | 3,59 | 39,09 | 213,98 | **150/4,5** | 4,64 | 3,95 | 39,09 | 217,29 |
|  | Г | Курячі нагетси | **85** | 15,1 | 7,7 | 17,7 | 186,3 | **125** | 22,1 | 11,3 | 26,0 | 274,0 | **150** | 26,6 | 13,6 | 31,2 | 328,9 |
|  | МП,Л | Салат з морквою та сметаною\овочеве асорті з кунжутом | **100** | 1,48 | 3,15 | 16,26 | 99,33 | **100** | 1,48 | 3,15 | 16,26 | 99,33 | **100** | 1,48 | 3,15 | 16,26 | 99,33 |
|  |  | Сік | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:**  |  | 21,1 | 15,95 | 88,62 | 596,82 |  | 26,02 | 20,44 | 100,2 | 725,31 |  | 29,52 | 22,10 | 112,3 | 788,82 |

**ІV тиждень**

|  |
| --- |
| **Понеділок (ІV тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | МП,Л | Картопляне пюре | **120/3** | 2,51 | 2,92 | 17,07 | 108,2 | **150/4** | 3,71 | 4,39 | 22,59 | 148,06 | **150/4,5** | 3,68 | 4,75 | 22,58 | 151,9 |
|  |  | Підлива куряча  | **50/50** | 12,11 | 14,66 | 2,07 | 176,51 | **70/50** | 17,03 | 18,70 | 2,07 | 234,19 | **90/50** | 21,78 | 22,59 | 2,07 | 289,81 |
|  |  | Салат з капусти і моркви\ Салат з капусти і огірка | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  |
|  | МП,Л | Какао | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 | **200** | 3,77 | 3,20 | 13,52 | 143,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:**  |  | **22,23** | **23,45** | **69,14** | **529,56** |  | **25,35** | **27,96** | **79,66** | **627,1** |  | **27,07** | **30,21** | **80,65** | **685,56** |
| **Вівторок(ІV тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  |  | Плов з курячим філе | **120/60** | 17,71 | 20,13 | 33,04 | 378,81 | **150/70** | 18,25 | 18,70 | 38,92 | 390,95 | **150/70** | 18,25 | 18,70 | 38,92 | 390,95 |
|  |  | Буряк тушкований\овочі свіжі | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 | **100** | 1,64 | 3,10 | 12,98 | 80,66 |
|  | Г,МП,Л | Хліб з твердим сиром | **30/15** | 5,38 | 4,21 | 10,81 | 119,40 | **50/15** | 6,34 | 4,45 | 18,01 | 164,20 | **50/15** | 6,34 | 4,45 | 18,01 | 164,20 |
|  |  | Чай | **200** | 0 | 0 | 7,48 | 28,42 | **200** | 0 | 0 | 7,48 | 28,42 | **200** | 0 | 0 | 7,48 | 28,42 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:** |  | **24,13** | **26,84** | **74,11** | **659,39** |  | **25,63** | **25,65** | **87,19** | **716,33** |  | **25,63** | **25,65** | **87,19** | **716,33** |
| **Середа (ІV тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | Г,МП,Л | Локшинник з сиром кисломолочним та сметаною | **100/20** | 9,36 | 9,16 | 24,46 | 219,05 | **125/20** | 11,56 | 10,46 | 30,36 | 263,05 | **125/20** | 11,56 | 10,46 | 30,36 | 263,05 |
|  |  | Салат з капусти і моркви | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  |
|  | Я | Яйце варене\скрамбл | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  | **1** | 4,08 | 4,60 | 0,28 | 62,80  |
|  | Г | Хліб | **30** | 1,43 | 0,36 | 10,80 | 67,2 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
|  |  | Сік | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 | **200** | 0,4 | 0 | 24,00 | 91,20 |
| **Всього:**  |  | **17,92** | **17,94** | **75,52** | **557,75** |  | **20,94** | **19,84** | **88,62** | **646,55** |  | **20,94** | **19,84** | **88,62** | **646,55** |
| **Четвер (ІV тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  |  | Горохове пюре  | **120** | 11,69 | 1,16 | 23,25 | 139,68 | **150** | 14,62 | 1,45 | 29,07 | 174,60 | **150** | 14,62 | 1,45 | 29,07 | 174,60 |
|  | Р, МП, Г | Риба запечена в сметанному соусі/риба з овочами | **50/15****50/50** | 11,311,77 | 6,85,51 | 3,44,04 | 121,0110,67 | **50/15****50/50** | 11,311,77 | 6,85,51 | 3,44,04 | 121,0110,67 | **70/15****70/70** | 15,7216,38 | 9,397,72 | 4,125,66 | 168,98154,94 |
|  | МП,Л | Буряк з сметаною і кунжутом/ Салат з моркви і капусти із сметанним соусом | **100****100** | 1,821,37 | 3,373,21 | 8,637,06 | 71,6364,03 | **100****100** | 1,821,37 | 3,373,21 | 8,637,06 | 71,6364,03 | **100****100** | 1,821,37 | 3,373,21 | 8,637,06 | 71,6364,03 |
|  |  | Компот | **200** | 0,32 | 0,21 | 22,09 | 91,69 | **200** | 0,32 | 0,21 | 22,09 | 91,69 | **200** | 0,32 | 0,21 | 22,09 | 91,69 |
|  | Г | Хліб | **30** | 1,43 | 0,36 | 10,80 | 67,2 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 | **50** | 2,39 | 0,60 | 18,00 | 112,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:** |  | **25,96** | **16,59** | **77,97** | **543,3** |  | **28,85** | **16,81** | **90,99** | **623,02** |  | **30,27** | **18,42** | **92,71** | **673,0** |
| **П’ятниця (ІV тиждень)** |
| **№ ТК**  | **Алергени** | **Сніданок** | **Вихід готової продукції г (від 6 до 11)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції, г (від 11до 14)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** | **Вихід готової продукції г (від 14 до 18)** | **Білки, г** | **Жири, г** | **Вуглеводи, г** | **Енергетична цінність, ккал** |
|  | МП,Л | Макарони відварні з тв. сиром | **120/3/15** | 7,59 | 6,48 | 29,36 | 213,60 | **150/4/15** | 8,75 | 7,33 | 37,05 | 257,30 | **150/4,5/15** | 8,76 | 7,70 | 37,06 | 260,61 |
|  | Г | Гуляш з курячого філе  | **50/50** | 11,5 | 14,1 | 4,42 | 180,12  | **70/50** | 15,94 | 18,50 | 4,59 | 252,17  | **70/50** | 15,94 | 18,50 | 4,59 | 252,17  |
|  |  | Салат з капусти і моркви | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  | **100** | 1,62 | 3,42 | 6,18 | 65,40  |
|  |  | Лимонний напій  | **200** | 0,24 | 0,02 | 15,78 | 42,00 | **200** | 0,24 | 0,02 | 15,78 | 42,00 | **200** | 0,24 | 0,02 | 15,78 | 42,00 |
|  |  | Свіжі фрукти  | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 | **100** | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 52,10 |
| **Всього:**  |  | **21,35** | **24,42** | **65,54** | **553,22** |  | **25,95** | **27,65** | **77,4** | **668,97** |  | **25,95** | **28,01** | **77,4** | **678,84** |

**\*У разі не можливості приготування страв з технічних причин дозволяється проводити заміну Перспективного чотиритижневого меню на суму , яка не є меншою за вартість послуги.**