***Додаток 3***

***до тендерної документації***

**Примірне чотиритижневе сезонне меню**

***Факт подання тендерної пропозиції вважається безумовною згодою учасника з поданим у цьому додатку примірним чотиритижневим сезонним меню.***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Найменування страв | для дітей6-11 р. | для дітей11-14 р. |  для дітей14-18 р. |

**1 тиждень**

Понеділок вага, г ккал вага, гккалвага, г ккал

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Вінегрет овочевий | 80 | 53.37 | 100 | 66.71 | 100 | 66.71 |
|  Котлета по-італійськи | 50 | 126.8 | 50 | 126.80 | 50 | 126,80 |
|  Каша гречана розсипчаста | 100 | 100.0 | 150 | 150.00 | 150 | 150,00 |
|  Какао з молоком | 150 | 84.36 | 180 | 109.91 | 180 | 109.91 |
|  Хліб цільнозерновий | 30 | 71,00 | 50 | 118.00 | 50 | 118,00 |
|  Банани свіжі | 100 | 95.00 | 100 | 95.00 | 100 | 95,00 |
|  Всього |  | 530,53 |  | 666,42 |  | 666,42 |

Вівторок

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із вареного буряка і сметани | 75 | 53,72 | 75 | 53,72 | 100 | 71,63 |
|  Курка тушкована у соусі гуляш з кмином | 70 | 110,00 | 100 | 157,15 | 120 | 188,60 |
|  Картопляне пюре з орегано | 120 | 171,26 | 150 | 214,10 | 150 | 214,10 |
|  Узвар із сухофруктів | 150 | 80,80 | 200 | 107,74 | 200 | 107,74 |
|  Хліб житній | 30 | 68,00 | 50 | 113,00 | 50 | 113,00 |
|  Апельсини свіжі | 100 | 50,00 | 100 | 50,00 | 100 | 50,00 |
|  Всього |  | 533,78 |  | 695,71 |  | 745,07 |

Середа

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат з яйцем, твердим сиром і сметаною | 50 | 174,22 | 50 | 174,22 | 50 | 174,22 |
|  Куліш з курячим м'ясом | 180 | 277,50 | 250 | 385,50 | 300 | 462,60 |
|  Йогурт | 125 | 86,00 | 125 | 86,00 | 125 | 86,00 |
|  Яблука свіжі | 100 | 52,40 | 100 | 52,40 | 100 | 52,40 |
|  Всього |  | 590,12 |  | 698,12 |  | 775,22 |

Четвер

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із моркви, карі і соусом Вінегрет | 100 | 66,71 | 100 | 66,71 | 120 | 80,05 |
|  Риба запечена із морквою і цибулею | 60 | 99,90 | 90 | 104,80 | 120 | 139,80 |
|  Рис розсипчастий з кмином | 150 | 205.20 | 150 | 205,20 | 150 | 205,20 |
|  Компот із фруктів | 200 | 44,00 | 200 | 44,00 | 200 | 44,00 |
|  Хліб житній | 30 | 68,00 | 50 | 113,00 | 50 | 113,00 |
|  Банани свіжі | 100 | 95,00 | 100 | 95,00 | 100 | 95,00 |
|  Всього |  | 548,81 |  | 628,71 |  | 677,05 |

П'ятниця

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із свіжої капусти і моркви | 50 | 32,00 | 100 | 64,00 | 100 | 64,00 |
|  Китайська печеня із свининою | 180 | 280,80 | 180 | 280,80 | 180 | 280,80 |
|  Запіканка сирна із яблуком і морквою | 75/10 | 157,55 | 75/10 | 157,55 | 75/10 | 157,55 |
|  Узвар із суміші сухофруктів | 150 | 80,80 | 200 | 107,74 | 200 | 107,74 |
|  Хліб житній | 30 | 68,00 | 30 | 68,00 | 50 | 113,00 |
|  Всього |  | 619,15 |  | 674,09 |  | 723,09 |

**2тиждень**

Понеділок вага, г ккал вага, г ккал вага, г ккал

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із вареного буряка і сметани | 100 | 71,63 | 100 | 71,63 | 100 | 71,63 |
|  Запіканка рисова із кюлі | 120/20 | 209,92 | 150/20 | 258,67 | 180/20 | 307,43 |
|  Йогурт | 125 | 86,00 | 125 | 86,00 | 125 | 86,00 |
|  Хліб цільнозерновий | 30 | 71,00 | 50 | 118,00 | 50 | 118,00 |
|  Банани свіжі | 100 | 95,00 | 100 | 95,00 | 100 | 95,00 |
|  Всього |  | 533,55 |  | 629,30 |  | 678,06 |

Вівторок

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із моркви, сиру і сметани | 75 | 84,10 | 75 | 84,10 | 75 | 84,10 |
|  Печеня по-домашньому із куркою | 180 | 228,60 | 250 | 317,50 | 300 | 381,00 |
|  Сік | 200 | 98,70 | 200 | 98,70 | 200 | 98,70 |
|  Хліб житній | 30 | 68,00 | 50 | 113,00 | 50 | 113,00 |
|  Апельсини свіжі | 100 | 50,00 | 100 | 50,00 | 100 | 50,00 |
|  Всього |  | 529,40 |  | 663,30 |  | 726,80 |

Середа

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат вареного буряка і ароматної олії | 75 | 51,90 | 75 | 51,90 | 75 | 51,90 |
|  Курячі нагетси | 85 | 186,30 | 125 | 274,00 | 150 | 328,90 |
|  Соус Кетчуп | 25 | 13,20 | 25 | 13,20 | 25 | 13,20 |
|  Рис з овочами | 120 | 160,60 | 150 | 200,70 | 150 | 200,70 |
|  Чай із шипшини | 200 | 113,60 | 200 | 113,60 | 200 | 113,60 |
|  Яблука свіжі | 100 | 52,40 | 100 | 52,40 | 100 | 52,40 |
|  Всього |  | 578,00 |  | 705,90 |  | 760,70 |

Четвер

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із моркви,карі і соусом Вінегрет | 80 | 53,37 | 80 | 53,37 | 100 | 66,72 |
|  Нагетси рибні | 60 | 97,54 | 90 | 146,31 | 90 | 146,31 |
|  Картопля відварна | 120 | 151,4 | 150 | 189,25 | 150 | 189,25 |
|  Какао з молоком | 150 | 84,36 | 180 | 109,91 | 180 | 109,91 |
|  Хліб житній | 30 | 68,00 | 50 | 113,00 | 50 | 113,00 |
|  Банани свіжі | 100 | 95,00 | 100 | 95,00 | 100 | 95,00 |
|  Всього |  | 550,19 |  | 706,84 |  | 720,19 |

П'ятниця

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із свіжої капусти, квашеного огірка і моркви | 100 | 70,40 | 100 | 70,40 | 100 | 70,40 |
|  Плов із курячим м'ясом | 200 | 310,9 | 250 | 388,62 | 300 | 466,35 |
|  Узвар із суміші сухофруктів | 200 | 107,7 | 200 | 107,70 | 200 | 107,70 |
|  Яблука свіжі | 100 | 52,4 | 100 | 52,40 | 100 | 52,40 |
|  Всього |  | 541,40 |  | 619,12 |  | 696,85 |

**3 тиждень**

Понеділок вага, г ккал вага, г ккал вага, г ккал

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат вареного буряка і ароматної олії | 100 | 69,25 | 100 | 69,25 | 120 | 83,10 |
|  Шніцель курячий | 60 | 216,19 | 100 | 212,09 | 100 | 212,09 |
|  Макарони відварні з ароматною олією | 120 | 71,94 | 150 | 89,93 | 200 | 119,90 |
|  Сік | 150 | 74,0 | 200 | 98,70 | 200 | 98,70 |
|  Хліб житній | 30 | 68,0 | 50 | 113,00 | 50 | 113,00 |
|  Яблука свіжі | 100 | 52,4 | 100 | 52,40 | 100 | 52,40 |
|  Всього |  | 528,48 |  | 635,37 |  | 679,20 |

Вівторок

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із капусти, квашених огірків, моркви і горіхів | 100 | 70,31 | 100 | 70,31 | 100 | 70,31 |
|  Шпундра з курки | 100 | 143,8 | 150 | 215,70 | 180 | 258,90 |
|  Булгур розсипчастий | 120 | 132,0 | 150 | 165,00 | 150 | 165,00 |
|  Йогурт | 125 | 86,0 | 125 | 86,00 | 125 | 86,00 |
|  Банани свіжі | 100 | 95,0 | 100 | 95,00 | 100 | 95,00 |
|  Всього |  | 527,11 |  | 632,01 |  | 675,21 |

Середа

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат з капусти,моркви зі сметанно-хроновим соусом | 100 | 64,3 | 100 | 64,30 | 100 | 64,30 |
|  Рибні нагетси | 70 | 113,8 | 105 | 170,70 | 140 | 227,60 |
|  Соус Кетчуп | 25 | 13,2 | 25 | 13,20 | 25 | 13,20 |
|  Рис розсипчастий з орегано | 120 | 163,6 | 150 | 204,50 | 150 | 204,50 |
|  Лимонад | 200 | 61,86 | 200 | 61,86 | 200 | 61,86 |
|  Апельсин свіжий | 75 | 37,5 | 75 | 37,50 | 75 | 37,50 |
|  Хліб цільнозерновий | 30 | 71,0 | 50 | 118,00 | 50 | 118,00 |
|  Всього |  | 525,26 |  | 670,06 |  | 726,96 |

Четвер

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із буряка, моркви, часника і олії | 50 | 60,00 | 50 | 60,00 | 50 | 60,00 |
|  Китайська печеня із свининою | 200 | 311,9 | 250 | 389,90 | 300 | 467,90 |
|  Какао з молоком | 150 | 84,36 | 150 | 84,36 | 150 | 84,36 |
|  Хліб цільнозерновий | 30 | 71,00 | 50 | 118,00 | 50 | 118,00 |
|  Яблука свіжі | 100 | 52,40 | 100 | 52,40 | 100 | 52,40 |
|  Всього |  | 579,66 |  | 704,66 |  | 782,66 |

П’ятниця

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із свіжої капусти і моркви | 100 | 67,98 | 100 | 67,98 | 100 | 67,98 |
|  Чахохбілі з куркою | 70 | 88,40 | 100 | 126,29 | 120 | 151,55 |
|  Гречана каша з чебрецем | 120 | 132,70 | 150 | 165,80 | 180 | 198,96 |
|  Узвар із суміші сухофруктів | 200 | 107,73 | 200 | 107,73 | 200 | 107,73 |
|  Хліб житній | 30 | 68,00 | 50 | 113,00 | 50 | 113,00 |
| Апельсин свіжий | 75 | 37,50 | 75 | 37,50 | 100 | 50,00 |
|  Всього |  | 525,2 |  | 618,30 |  | 689,22 |

**4тиждень**

Понеділок вага, г ккал вага, г ккал вага, г ккал

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із моркви, карі і соусом Вінегрет | 50 | 66,71 | 75 | 100,07 | 75 | 100,07 |
|  Капуста тушкована з овочами і курячим м'ясом | 180 | 224,28 | 200 | 249,20 | 250 | 311,50 |
|  Какао з молоком | 150 | 84,36 | 180 | 109,91 | 180 | 109,91 |
|  Хліб цільнозерновий | 30 | 71,0 | 50 | 118,00 | 50 | 118,00 |
|  Банани свіжі | 100 | 95,0 | 100 | 95,00 | 100 | 95,00 |
|  Всього |  | 541,35 |  | 672,18 |  | 734,48 |

Вівторок

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із свіжої капусти, зеленого горошку і насіння соняшнику | 75 | 70,80 | 75 | 70,80 | 75 | 70,80 |
|  Курячі нагетси | 85 | 186,30 | 125 | 274,00 | 150 | 328,90 |
|  Гречана каша з чебрецем | 120 | 132,70 | 150 | 165,80 | 150 | 165,80 |
|  Йогурт | 125 | 86,00 | 125 | 86,00 | 125 | 86,00 |
|  Мандарини свіжі | 100 | 52,19 | 100 | 52,19 | 100 | 52,19 |
|  Всього |  | 527,99 |  | 648,79 |  | 703,69 |

Середа

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат вареного буряка і ароматної олії | 100 | 69,25 | 100 | 69,25 | 120 | 83,10 |
|  Котлети рибні | 60 | 53,21 | 90 | 79,82 | 120 | 106,42 |
|  Рис розсипчастий з орегано | 120 | 163,60 | 150 | 204,50 | 150 | 204,50 |
|  Узвар із суміші сухофруктів | 150 | 80,80 | 150 | 80,80 | 150 | 80,80 |
|  Хліб цільнозерновий | 30 | 71,00 | 50 | 118,00 | 50 | 118,00 |
|  Банани свіжі | 100 | 95,00 | 100 | 95,00 | 100 | 95,00 |
|  Всього |  | 532,86 |  | 647,37 |  | 687,82 |

Четвер

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Вінегрет овочевий | 50 | 33,36 | 50 | 33,36 | 100 | 66,72 |
|  Ліниві голубці з курятиною | 260 | 416,44 | 300 | 480,51 | 300 | 480,51 |
|  Йогурт | 125 | 86,00 | 125 | 86,00 | 125 | 86,00 |
|  Яблука свіжі | 100 | 52,40 | 100 | 52,40 | 100 | 52,40 |
|  Всього |  | 588,20 |  | 652,27 |  | 685,63 |

П’ятниця

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  Салат із буряка, селери і сиру | 100 | 94,43 | 100 | 94,43 | 100 | 94,43 |
|  Курка тушкована у соусі гуляш з кмином | 70 | 110,00 | 100 | 157,15 | 120 | 188,60 |
|  Гречана каша з томатом | 120 | 132,70 | 150 | 165,80 | 150 | 165,80 |
|  Сік | 150 | 74,03 | 200 | 98,70 | 200 | 98,70 |
|  Хліб цільнозерновий | 30 | 71,00 | 50 | 118,00 | 50 | 118,00 |
|  Яблука свіжі | 100 | 52,40 | 75 | 39,30 | 75 | 39,30 |
|  Всього |  | 534,56 |  | 673,38 |  | 704,83 |