

1 тиждень

День	Назва страви	Вихід, г 6-11 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г 11-14 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г 14-18 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал
			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г	
1	Салат із солоних огірків та цибулі	100	0,9	6,1	3,6	72	100	0,9	6,1	3,6	72	100	0,9	6,1	3,6	72
	Шніцель рибний натуральний Р, Я, ЗП, Г	60	14,1	1,8	30,4	121	90	21,2	2,7	45,6	182	120	28,3	3,6	60,8	243
	Відварена картопля з вершковим маслом МП, Л	120	2,2	7,5	18,8	151	150	2,7	9,4	23,5	189	150	2,7	9,4	23,5	189
	Хліб цільнозерновий, Г	30	1,8	2,4	10,0	71	50	3,0	4,0	16,7	118	50	3,0	4,0	16,7	118
	Сир твердий МП, Л	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55
	Кисіль ягідний	200	0,3	0,0	19,9	84	200	0,3	0,0	19,9	84	200	0,3	0,0	19,9	84
	Всього		22,8	22,2	82,3	554		31,6	26,6	108,5	700		38,70	27,5	124,5	761
2	Салат з капусти, зеленого горошку та насінням соняшнику	100	3,0	6,6	5,2	94	100	3,0	6,6	5,2	94	100	3,0	6,6	5,2	94
	Котлета по-міланськи з сиром Л, МП, Я, Г	85	16,0	10,0	21,0	228	125	23,0	13,9	29,5	317	150	27,6	16,6	35,5	380
	Каша ячмінна в'язка ЗП, Г, МП, Л	120	2,6	2,5	17,6	104	150	3,2	2,6	21,4	129	150	3,2	2,6	21,4	129
	Узвар	150	0,2	0,7	18,7	81	150	0,2	0,7	18,7	81	150	0,2	0,7	18,7	81
	Фрукти свіжі(яблука)	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
	Всього		22,1	20,9	91,4	552		29,8	24,2	85,2	666		34,4	26,9	91,2	729
3	Овочеve рагу МП, Л	125	2,3	5,4	12,2	113	125	2,3	5,4	12,2	113	125	2,3	5,4	12,2	113
	Запіканка сирна з бананом МП, Г, Л, Я	150	16,6	10,4	28,3	275	180	19,9	12,5	34,0	330	180	19,9	12,5	34,0	330
	Хліб цільнозерновий, Г	30	1,8	2,4	10,0	71	50	3,0	4,0	16,7	118	50	3,0	4,0	16,7	118
	Сік	200	1,0	0	21,2	92	200	1,0	0	21,2	92	200	1,0	0	21,2	92
	Всього		21,7	18,2	71,7	551		26,2	21,9	84,1	653		26,2	21,9	84,1	653



День	Назва страви	Вихід, г <i>6-11 років</i>	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г <i>11-14 років</i>	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г <i>14-18 років</i>	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал
			<i>Білки, г</i>	<i>Жири, г</i>	<i>Вугле- води, г</i>			<i>Білки, г</i>	<i>Жири, г</i>	<i>Вугле- води, г</i>			<i>Білки, г</i>	<i>Жири, г</i>	<i>Вугле- води, г</i>	
4	Ікра буряково - морквяна	75	0,9	3,9	4,2	65	75	0,9	3,9	4,2	65	75	0,9	3,9	4,2	65
	Курячий шніцель Г, ЗП, МП, Л, Я	70	13,1	6,9	11,3	149	100	18,7	9,9	16,2	212	120	22,4	11,8	19,4	255
	Булгур Г, ЗП, МП, Л	120	3,7	2,9	22,3	116	150	4,8	3,0	28,0	151	150	4,8	3,0	28,0	151
	Кисіль з какао МП, Л	200	6,6	5,6	33,6	222	200	6,6	5,6	33,6	222	200	6,6	5,6	33,6	222
	Фрукти свіжі(яблука)	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
	Всього	24,7	19,7	81,5	597			31,4	22,8	92,1	698		35,1	24,7	95,3	738
5	Капуста тушкована Г	100	1,8	3,6	9,8	74	100	1,8	3,6	9,8	74	100	1,8	3,6	9,8	74
	Омлет Я, МП, Л, Г	60	5,9	7,1	2,7	98	60	5,9	7,1	2,7	98	60	5,9	7,1	2,7	98
	Каша молочна пшоняна МП, Л, ЗП, Г	220	7,7	7,8	26,5	205	220	7,7	7,8	26,5	205	220	7,7	7,8	26,5	205
	Хліб цільнозерновий Г, ЗП	30	1,8	2,4	10,0	71	50	3,0	4,0	16,7	118	50	3,0	4,0	16,7	118
	Чай з лимоном	180	0,1	0,0	0,2	2	180	0,1	0,0	0,2	2	180	0,1	0,0	0,2	2
	Фрукти свіжі (банан)	100	1,6	0,2	10,9	96	100	1,6	0,2	10,9	96	100	1,6	0,2	10,9	96
	Всього	18,9	21,1	60,1	546			20,1	22,7	66,8	593		20,1	22,7	66,8	593



2 тиждень

День	Назва страви	Вихід, г 6-11 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г 11-14 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г 14-18 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал
			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г	
6	Салат із солоних огірків та цибулі	100	0,9	6,1	3,6	72	100	0,9	6,1	3,6	72	100	0,9	6,1	3,6	72
	Рибні нагетси Г, Я, Р	70	11,9	2,2	14,5	114	105	17,0	3,2	21,8	171	140	22,6	4,3	29,0	228
	Картопляне пюре з орегано МП, Л	120	2,8	7,4	21,1	163	150	3,5	9,3	26,4	203	150	3,5	9,3	26,4	203
	Сир твердий МП, Л	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55
	Чай з лимоном	180	0,1	0,0	0,2	2	180	0,1	0,01	0,2	2	180	0,1	0,01	0,2	2
	Хліб цілнозерновий, Г	30	1,8	2,4	10,0	71	50	3,0	4,0	16,7	118	50	3,0	4,0	16,7	118
	Фрукти свіжі(яблука)	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
	Всього		21,4	22,9	59,8	522		28,4	27,4	79,1	666		34,0	28,5	86,3	723
7	Салат зі свіжої капусти	100	1,6	6,0	9,0	92	100	1,6	6,0	9,0	92	100	1,6	6,0	9,0	92
	Каша ячмінна в'язка ЗП, Г, МП, Л	120	2,6	2,5	17,6	104	150	3,2	2,6	21,4	129	150	3,2	2,6	21,4	129
	Котлета натуральна з філе курки панірована в сухарях ЗП, Г, Я	75	16,5	5,9	6,2	147	110	23,6	8,4	8,8	210	130	28,8	10,1	10,6	252
	Сир твердий МП, Л	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55
	Кисіль ягідний	200	0,3	0,0	19,9	84	200	0,3	0,0	19,9	84	200	0,3	0,0	19,9	84
	Фрукти свіжі (банан)	50	0,8	0,1	10,9	48	50	0,8	0,1	10,9	48	50	0,8	0,1	10,9	48
	Всього		25,3	18,9	63,6	530		33	21,5	70	618		38,2	23,2	71,8	670
8	Овочеve рагу МП, Л	125	2,3	5,4	12,2	113	125	2,3	5,4	12,2	113	125	2,3	5,4	12,2	113
	Гратен «Зебра» (запіканка сирна з какао) МП, Л, ЗП, Г	122	15,1	10,8	15,9	222	155	19,14	14,0	19,8	283	155	19,14	14,0	19,8	283
	Сметанный соус	20	0,29	1,07	1,19	15,61	20	0,29	1,07	1,19	15,61	20	0,29	1,07	1,19	34
	Узвар	150	0,2	0,7	18,7	81	150	0,2	0,7	18,7	81	150	0,2	0,7	18,7	81
	Хліб цілнозерновий, Г	30	1,8	2,4	10,0	71	50	3,0	4,0	16,7	118	50	3,0	4,0	16,7	118
	Всього		19,69	20,37	57,99	502,61	500	24,93	25,17	68,59	610,61	500	24,93	25,17	68,59	610,61

UB

Головне управління
Держпродспоживслужби у
Волинській області

№16.02-08/1883 від

13.03.2025

арк.1



День	Назва страви	Вихід, г <i>6-11 років</i>	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г <i>11-14 років</i>	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г <i>14-18 років</i>	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал
			<i>Білки, г</i>	<i>Жири, г</i>	<i>Вугле- води, г</i>			<i>Білки, г</i>	<i>Жири, г</i>	<i>Вугле- води, г</i>			<i>Білки, г</i>	<i>Жири, г</i>	<i>Вугле- води, г</i>	
9	Буряк тушкований з цибулею	90	1,5	3,1	12,2	78	90	1,5	3,1	12,2	78	90	1,5	3,1	12,2	78
	Курячі нагетси Г, Л, Я, МП	85	15,1	7,7	17,7	186	125	22,2	11,3	26,0	274	150	26,6	13,6	31,2	329
	Каша гречана розсипчаста МП, Л	120	4,5	3,3	22,2	137	150	5,1	3,5	25,3	154	150	5,1	3,5	25,3	154
	Йогурт МП, Л	125	2,0	6,3	5,3	86	125	2,0	6,3	5,3	86	125	2,0	6,3	5,3	86
	Фрукти свіжі (банан)	50	0,8	0,1	10,9	48	50	0,8	0,1	10,9	48	50	0,8	0,1	10,9	48
	Всього	23,9	20,5	68,3	535		31,6	24,3	79,7	640		36	26,6	84,9	695	
10	Капуста тушкова Г	100	1,8	3,6	9,8	74	100	1,8	3,6	9,8	74	100	1,8	3,6	9,8	74
	Омлет Я, МП, Л, Г	60	5,9	7,1	2,7	98	60	5,9	7,1	2,7	98	60	5,9	7,1	2,7	98
	Каша молочна рисова МП, Л	200	6,0	6,6	25,2	183	220	6,2	7,5	25,3	197	220	6,2	7,5	25,3	197
	Хліб цільнозерновий, Г	30	1,8	2,4	10,0	71	50	3,0	4,0	16,7	118	50	3,0	4,0	16,7	118
	Сік	200	1,0	0	21,2	92	200	1,0	0	21,2	92	200	1,0	0	21,2	92
	Фрукти свіжі (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43	100	0,9	0,2	8,1	43	100	0,9	0,2	8,1	43
	Всього	17,4	19,9	76,9	561		18,8	22,4	83,8	622		18,8	22,4	83,8	622	



3 тиждень

День	Назва страви	Вихід, г 6-11 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г 11-14 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г 14-18 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал
			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г	
11	Морква тушкована	90	1,3	3,1	11,1	71	90	1,3	3,1	11,1	71	90	1,3	3,1	11,1	71
	Рибні стіки Я, Г, Р	70	10,8	1,9	15,2	112	105	16,1	2,8	22,7	168	140	22,6	3,9	31,8	236
	Картопляне пюре з орегано МП, Л	120	2,8	7,4	21,1	163	150	3,5	9,3	26,4	203	150	3,5	9,3	26,4	203
	Сир твердий МП, Л	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55
	Хліб цільнозерновий, Г	30	1,8	2,4	10,0	71	50	3,0	4,0	16,7	118	50	3,0	4,0	16,7	118
	Компот з фруктів або ягід (свіжих або заморожених)	200	0,6	0,0	10,0	44	200	0,6	0,0	10,0	44,4	200	0,6	0,0	10,0	44
	Фрукти свіжі (яблука)	50	0,2	0,2	5,9	19	50	0,2	0,2	5,9	19	50	0,2	0,2	5,9	19
	Всього		21,0	19,4	73,3	535		28,2	23,8	92,8	678		34,7	24,9	101,9	746
12	Салат з капусти, зеленого горошку та насінням соняшнику	100	3,0	6,6	5,2	94	100	3,0	6,6	5,2	94	100	3,0	6,6	5,2	94
	Каша гречана розсипчаста Л, МП	120	4,5	3,3	22,2	137	150	5,1	3,5	25,3	154	150	5,1	3,5	25,3	154
	Курятина в сметані МП, Л	50/9	14,6	7,2	0,3	135	70/10	21,0	10,0	0,4	184	80/12	25,2	11,8	0,6	214
	Узвар	150	0,2	0,7	18,7	81	150	0,2	0,7	18,7	81	150	0,2	0,7	18,7	81
	Фрукти свіжі (банан)	100	1,5	0,2	21,8	96	100	1,5	0,2	21,8	95	100	1,5	0,2	21,8	95
	Всього		23,8	18,2	68,2	543		30,8	21,0	71,4	608		35,0	22,8	71,6	638
13	Овочеve рагу МП, Л	125	2,3	5,4	12,2	113	125	2,3	5,4	12,2	113	125	2,3	5,4	12,2	113
	Львівський сирник з морквою та сметаною МП, Я, Л, Г	100/15	12,9	12,5	15,9	229	120/15	15,3	14,4	19,0	268	120/15	15,3	14,4	19,0	268
	Хліб цільнозерновий, Г	30	1,8	2,4	10,0	71	50	3,0	4,0	16,7	118	50	3,0	4,0	16,7	118
	Сік	200	1,0	0	21,2	92	200	1,0	0	21,2	92	200	1,0	0	21,2	92
	Фрукти свіжі (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43	100	0,9	0,2	8,1	43	100	0,9	0,2	8,1	43
	Всього		18,9	20,5	67,4	548		22,5	24,0	77,2	634		22,5	24,0	77,2	634

Головне управління
Держпродспоживслужби у
Волинській області

№16.02-08/1883 від
13.03.2025



День	Назва страви	Вихід, г 6-11років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г 11-14років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г 14-18років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал
			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г	
14	Макарони відварені з овочами ЗП,Г	150	5,1	3,4	32,4	181	190	6,4	4,3	41,0	230	190	6,4	4,3	41,0	230
	Омлет Я, МП, Л, Г	60	5,9	7,1	2,7	98	60	5,9	7,1	2,7	98	60	5,9	7,1	2,7	98
	Кисіль з какао МП, Л	200	6,6	5,6	33,6	222	200	6,6	5,6	33,6	222	200	6,6	5,6	33,6	222
	Фрукти свіжі (банан)	100	1,5	0,2	21,8	95	100	1,5	0,2	21,8	95	100	1,5	0,2	21,8	95
	Всього		19,1	16,3	90,5	596		20,4	17,2	99,1	645		20,4	17,2	99,1	645
15	Салат з томатів та цибулі маринованої	50	0,5	1,6	3,1	28	50	0,5	1,6	3,1	28	50	0,5	1,6	3,1	28
	Плов з курячим м'ясом	130/50	14,9	12,0	30,3	280	180/70	20,7	16,7	42,1	389	216/84	24,9	20,0	50,5	466
	Сир твердий МП, Л	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55
	Кисіль ягідний	200	0,3	0,0	19,9	84	200	0,3	0,0	19,9	84	200	0,3	0,0	19,9	84
	Хліб цілнозерновий, Г з вершковим маслом МП, Л	30/ 3	1,8/ 0,1	2,4/ 2,2	10/ 0	71/ 20	50/ 4	3,0/ 0,1	4,0/ 2,9	16,7/ 0	118/ 27	50/ 4	3,0/ 0,1	4,0/ 2,9	16,7/ 0	118/ 27
	Фрукти свіжі(яблука)	75	0,3	0,3	8,9	39	75	0,3	0,3	8,9	39	75	0,3	0,3	8,9	39
	Всього		21,4	22,9	72,2	577		28,4	29,9	90,6	740		32,6	33,2	99,1	817



4 тиждень

День	Назва страви	Вихід, г 6-11 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г 11-14 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г 14-18 років	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал
			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г	
16	Буряк тушкований з цибулею	90	1,5	3,1	12,2	78	90	1,5	3,1	12,2	78	90	1,5	3,1	12,2	78
	Хлібець рибний ЗП, Г, Р, Я, МП, Л	72	11,8	4,2	5,2	106	108	17,8	6,3	7,8	160	144	23,8	8,4	10,4	213
	Макаронні вироби з твердим сиром ЗП, Г, Л, МП	120/15	4,2/ 3,5	1,9/ 4,4	28,0/ 0,7	155/ 55	150/15	5,3/ 3,5	3,5/ 4,4	35,0/ 0,7	208/ 55	150/15	5,3/ 3,5	3,5/ 4,4	35,0/ 0,7	208/ 55
	Кисіль ягідний	200	0,3	0,0	19,9	84	200	0,3	0,0	19,9	84	200	0,3	0,0	19,9	84
	Фрукти свіжі (банан)	50	0,8	0,1	10,9	48	50	0,8	0,1	10,9	48	50	0,8	0,1	10,9	48
	Всього		22,1	13,7	76,9	526		29,2	17,4	86,5	633		35,2	19,5	89,1	686
17	Голубці ліниві з курячим м'ясом МП, Л	200	17,8	9,5	18,0	250	250	21,6	12,2	21,5	304	250	21,6	12,2	21,5	304
	Хліб цільнозерновий, Г з вершковим маслом МП, Л	30/ 3	1,8/ 0,1	2,4 /2,2	10,0 /0	71/ 20	50/ 4	3,0/ 0,1	4,0/ 2,9	16,7/ 0	118/ 27	50/ 4	3,0/ 0,1	4,0/ 2,9	16,7/ 0	118/ 27
	Сир твердий МП, Л	8	1,8	2,3	0	28	8	1,8	2,3	0	28	8	1,8	2,3	0	28
	Кисіль із сушених фруктів	200	0,7	0,0	30,1	117	200	0,7	0,0	30,1	117	200	0,7	0,0	30,1	117
	Фрукти свіжі (апельсин)	100	0,9	0,2	8,1	43	100	0,9	0,2	8,1	43	100	0,9	0,2	8,1	43
	Всього		23,1	16,6	66,2	529		28,1	21,6	76,4	637		28,1	21,6	76,8	637
18	Овоче рагу МП, Л	125	2,3	5,4	12,2	113	125	2,3	5,4	12,2	113	125	2,3	5,4	12,2	113
	Запіканка сирна з бананом МП, Г, Л, Я	150	16,6	10,4	28,3	275	180	19,9	12,5	34,0	330	180	19,9	12,5	34,0	330
	Хліб цільнозерновий, Г	30	1,8	2,4	10,0	71	50	3,0	4,0	16,7	118	50	3,0	4,0	16,7	118
	Чай з лимоном	180	0,1	0,0	0,2	2	180	0,1	0,0	0,2	2	180	0,1	0,0	0,2	2
	Фрукти свіжі (банан)	50	0,8	0,1	10,9	48	50	0,8	0,1	10,9	48	50	0,8	0,1	10,9	48
	Всього		21,6	18,3	61,6	509		26,1	22,0	74,0	611		26,1	22,0	74,0	611



День	Назва страви	Вихід, г <i>6-11 років</i>	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г <i>11-14 років</i>	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал	Вихід, г <i>14-18 років</i>	Хімічний склад			Калорій- ність, ккал
			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г			Білки, г	Жири, г	Вугле- води, г	
19	Ікра буряково - моркв'яна	50	0,6	2,6	4,1	43	50	0,6	2,6	4,1	43	50	0,6	2,6	4,1	43
	Печення по-домашньому з куркою МП, Л	180	17,5	7,9	22,0	236	250	24,3	10,9	30,6	327	300	29,2	13,1	36,7	392,9
	Сир твердий МП, Л	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55	15	3,5	4,4	0	55
	Хліб цільнозерновий, Г	30	1,8	2,4	10,0	71	50	3,0	4,0	16,7	118	50	3,0	4,0	16,7	118
	Фрукти свіжі(яблука)	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45	100	0,4	0,4	10,4	45
	Узвар	150	0,2	0,7	18,7	81	150	0,2	0,7	18,7	81	150	0,2	0,7	18,7	81
	Всього		23,2	18,3	65,2	531		32,0	23,0	80,5	669		36,1	27,0	82,5	683
20	Капуста тушкована	100	1,8	3,6	9,8	74	100	1,8	3,6	9,8	74	100	1,8	3,6	9,8	74
	Омлет Я, МП, Л, Г	60	5,9	7,1	2,7	98	60	5,9	7,1	2,7	98	60	5,9	7,1	2,7	98
	Каша гречана розсипчаста МП, Л	120	4,5	3,3	22,2	137	150	5,1	3,5	25,3	154	150	5,1	3,5	25,3	154
	Кисіль з какао МП, Л	200	6,6	5,6	33,6	222	200	6,6	5,6	33,6	222	200	6,6	5,6	33,6	222
	Фрукти свіжі (банан)	100	1,5	0,2	21,8	95	100	1,5	0,2	21,8	95	100	1,5	0,2	21,8	95
	Всього		20,3	19,8	89,8	629		20,9	20,0	93,2	643		36,9	25,2	86,6	734,9

