ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказ Міністерства
охорони здоров’я України
_____ № ____

чотиритижневе сезонне меню рекомендоване для організації триразового харчування дітей віком від 1 до 6 (7) років на осінь 2023

Понеділок 1 т						
Найменування продуктів	**Маса нетто**			**Білки**		
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок						
Каша пшоняна з фруктами	110	117	147	4.0	4.0	5.0
Соус фруктовий з морожених фруктів або ягід (з вишень)	29	30	40	0.3	0.3	0.4
або соус фруктовий з морожених фруктів або ягід (з малини)	29	30	40	0.3	0.3	0.5
або соус фруктовий з морожених фруктів або ягід (з абрикосів)	29	30	40	0.3	0.3	0.5
Омлет	60	60	60	5.9	5.9	5.9
Морква тушкована з чорносливом	53	53	70	0.9	0.9	1.2
Какао	120	120	160	4.0	4.0	5.3
Всього за сніданок:						
з вишнею мороженою				**15.0**	**15.0**	**17.8**
з малиною мороженою				**15.0**	**15.0**	**17.8**
з абрикосом мороженим				**15.0**	**15.0**	**17.8**
Обід:						
Суп із цвітною капустою зі сметаною	150/7	150/7	200/9	1.5	1.5	1.9
Рибна паличка з яйцем	46	46	69	9.2	9.2	13.5
Пюре з бобових (гороху або сочевиці) з цибулею						
із сочевиці	100	100	125	9.7	9.7	12.2

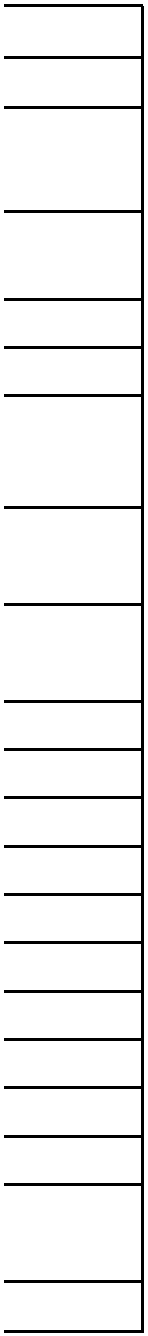
із гороху лущеного	100	100	125	10.3	10.3	12.9
Компот із свіжих фруктів (з персиків)	120	120	160	0.5	0.5	0.7
або компот із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0.2	0.2	0.3
або компот із свіжих фруктів (з винограду)	120	120	160	0.4	0.4	0.5
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1
Всього за обід:						
з компотом із свіжих фруктів (з персиків) та сечевицею				**23.0**	**23.0**	**30.4**
з компотом із свіжих фруктів (з персиків) та горохом				**23.6**	**23.6**	**31.2**
з компотом із свіжих фруктів (з яблук) та сечевицею				**22.7**	**22.7**	**30.0**
з компотом із свіжих фруктів (з яблук) та горохом				**23.3**	**23.3**	**30.8**
з компотом із свіжих фруктів (з винограду) та сечевицею				**22.8**	**22.8**	**30.2**
з компотом із свіжих фруктів (з винограду) та горохом				**23.5**	**23.5**	**31.0**
						Вечеря
Баклажани запечені кільцями	47	47	65	0.8	0.8	1.2
Котлета рублена з курятини	58	58	77	10.8	10.8	14.5
Каша гречана розсипчаста	82	82	103	4.2	4.2	5.3
Млоко кип'ячене	100	100	120	2.8	2.8	3.4
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1
Всього за вечерю:				**20.8**	**20.8**	**26.4**

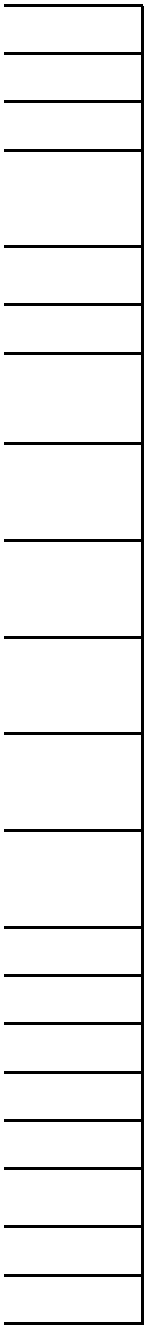
жиждень								
Хімічний склад								
Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
к:								
3.2	3.2	4.0	29.1	33.6	41.9	159	176	220
0.0	0.0	0.0	3.9	5.4	7.5	19	25	34
0.0	0.0	0.1	3.8	5.3	7.2	16	21	29
0.0	0.0	0.1	3.6	5.1	6.9	15	21	28
6.1	6.1	6.1	2.6	2.6	2.6	89	89	89
2.1	2.1	2.6	8.3	8.3	10.9	52	52	67
3.4	3.4	4.5	6.3	6.3	8.6	70	70	95
14.7	**14.7**	**17.2**	**50.4**	**56.4**	**71.4**	**389**	**412**	**504**
14.8	**14.8**	**17.3**	**50.2**	**56.2**	**71.2**	**386**	**408**	**499**
14.8	**14.8**	**17.3**	**50.0**	**56.0**	**70.9**	**385**	**408**	**498**
3.1	3.1	3.9	7.0	7.0	9.4	60	60	79
4.6	4.6	6.2	4.8	4.8	6.7	98	98	137
3.0	3.0	3.6	22.7	22.7	28.4	167	167	208

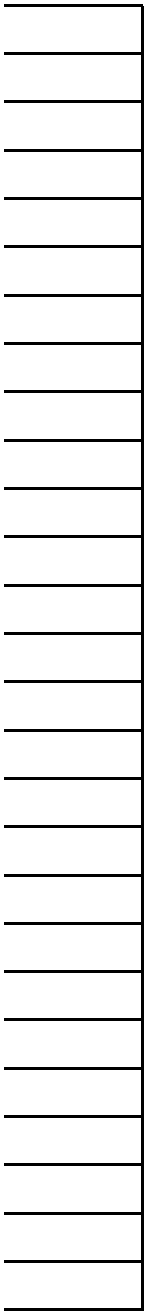
3.2	3.2	3.9	24.4	24.4	30.5	167	167	208
0.1	0.1	0.1	6.2	12.2	16.3	26	49	65
0.2	0.2	0.3	6.2	12.2	16.3	27	50	66
0.1	0.1	0.2	9.4	15.3	20.5	39	62	82
2.4	2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
13.2	**13.2**	**16.3**	**50.6**	**56.6**	**70.7**	**422**	**445**	**560**
13.4	**13.4**	**16.5**	**52.4**	**58.3**	**72.9**	**422**	**445**	**560**
13.3	**13.3**	**16.5**	**50.6**	**56.6**	**70.7**	**423**	**446**	**561**
13.6	**13.6**	**16.8**	**52.4**	**58.3**	**72.9**	**423**	**446**	**561**
13.2	**13.2**	**16.3**	**53.8**	**59.7**	**74.9**	**435**	**458**	**577**
13.4	**13.4**	**16.6**	**55.5**	**61.5**	**77.0**	**435**	**458**	**577**

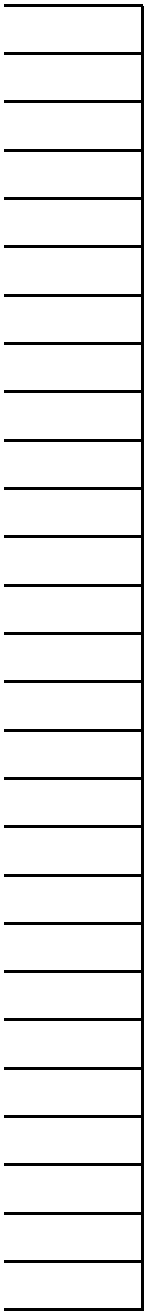
:

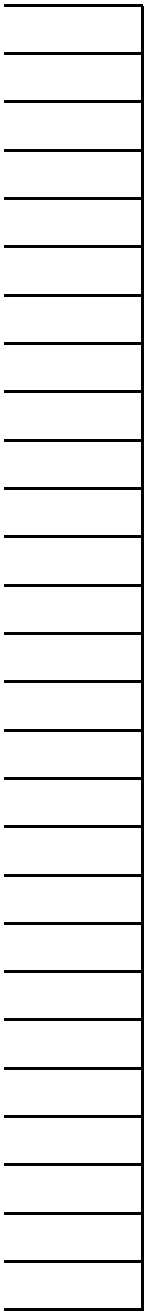
1.6	1.6	2.1	4.5	4.5	6.3	31	31	43
3.6	3.6	4.6	8.2	8.2	11.2	111	111	148
2.6	2.6	3.2	21.2	21.2	26.6	125	125	157
2.5	2.5	3.0	4.7	4.7	5.7	52	52	62
2.4	2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
12.6	**12.6**	**15.3**	**48.6**	**48.6**	**59.7**	**391**	**391**	**481**

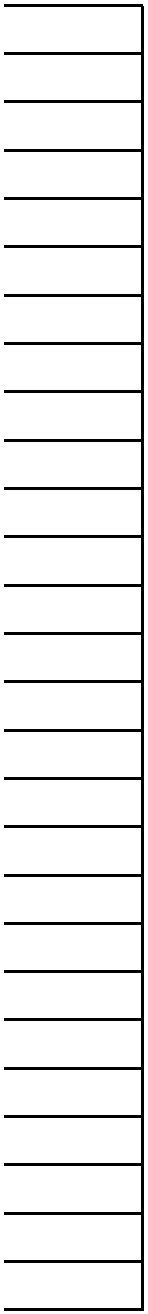


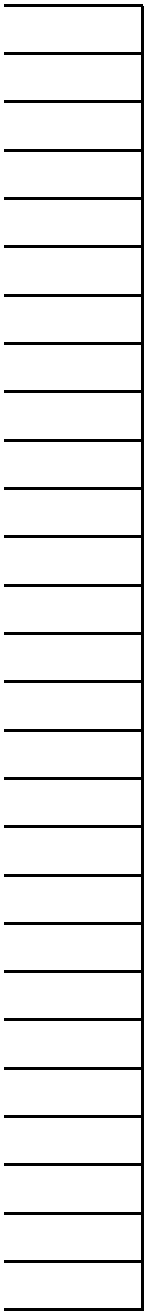


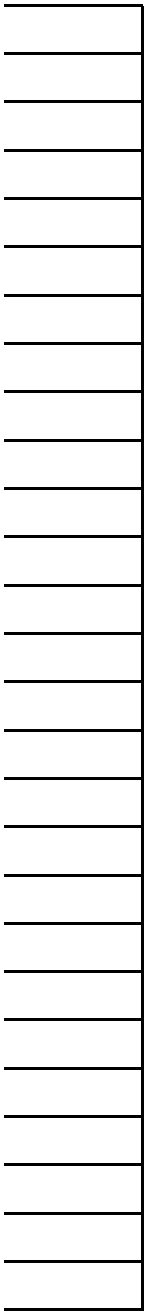


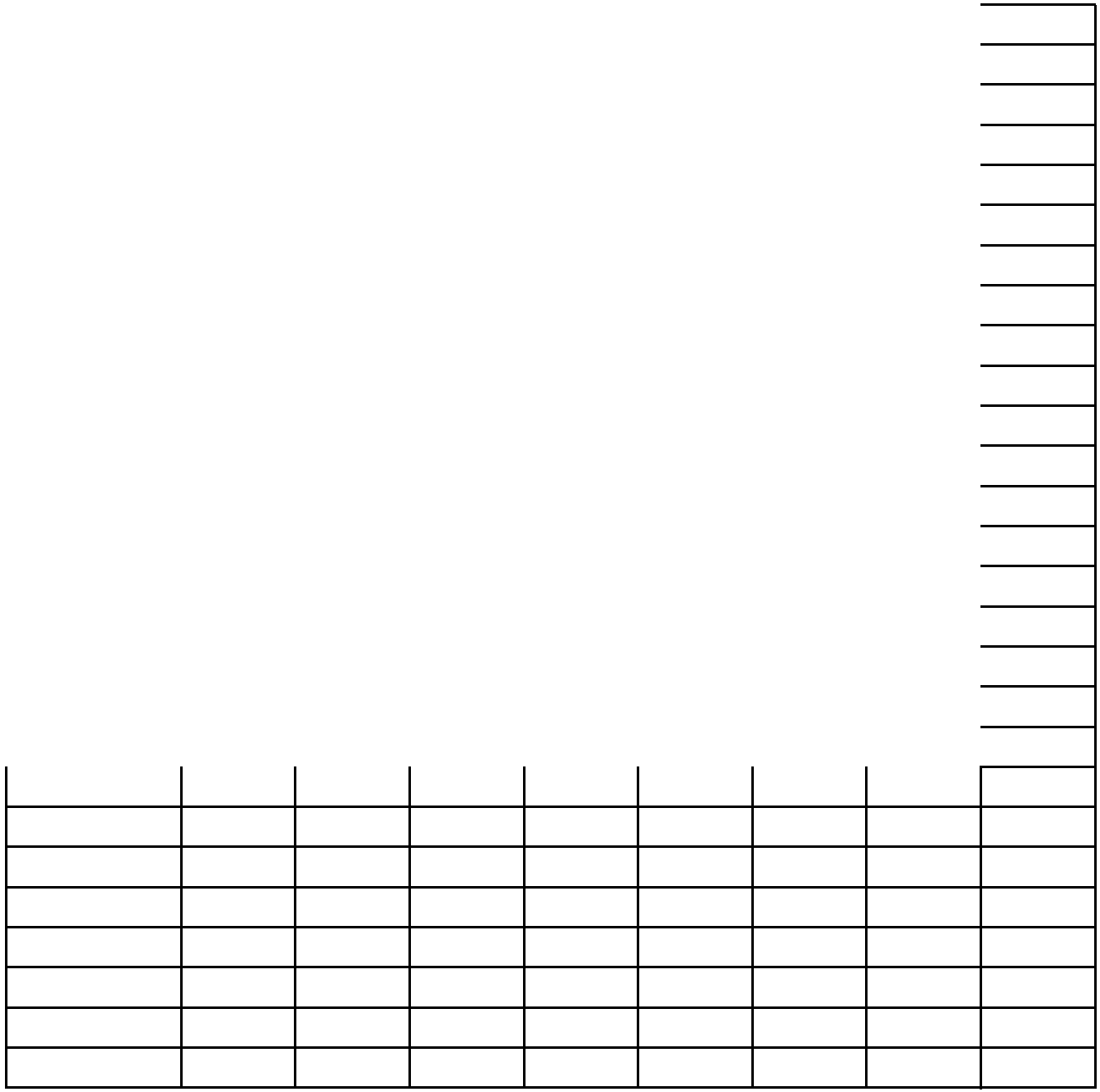










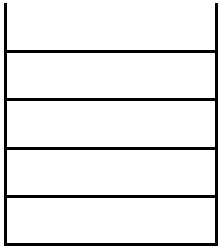


Вівторок 1 тиждень							
Найменування продуктів	**Маса нетто**						
				Білки			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Салат із свіжих томатів	46	46	61	0.5	0.5	0.7	1.1
або томати солоні			60			0.7	
Тюфтелька куряча (з овочами)	66/24	66/24	88/32	11.5	11.5	15.6	5.3
Каша ячна розсипчаста	90	90	103	3.0	3.0	3.4	1.8
Кефір 2,5%	100	100	125	3.0	3.0	3.8	2.5
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за сніданок:							
з салатом із свіжих томатів				**20.1**	**20.1**	**25.5**	**13.1**
з томатами солоними						**25.5**	
Обід:							
Суп овочевий зі сметаною	150/4	150/4	200/5	1.3	1.3	1.7	3.0
Мафіни з овочами та твердим сиром	63	63	84	12.0	12.0	15.9	5.4
Плов з родзинками	100	100	120	2.6	2.6	3.1	2.7
Сливи свіжі	60	60	80	0.5	0.5	0.6	0.0
або груші свіжа	60	60	80	0.2	0.2	0.3	0.2
або апельсини свіжий	60	60	80	0.5	0.5	0.7	0.1
або кавуни	60	60	80	0.4	0.4	0.5	0.1
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за обід:							

із сливами свіжими				**18.5**	**18.5**	**23.5**	**13.6**
із грушами свіжими				**18.2**	**18.2**	**23.1**	**13.7**
із апельсинами свіжими				**18.5**	**18.5**	**23.5**	**13.7**
із кавунами				**18.4**	**18.4**	**23.3**	**13.7**
						Вечеря:	
Пюре з гарбуза	75	100	100	1.1	1.1	1.5	3.1
Пудинг сирно - яблучний	134	140	178	16.0	16.0	20.4	12.0
Соус фруктовий (вишневий)	11	12	17	0.1	0.1	0.2	0.0
або соус фруктовий (малиновий)	11	12	17	0.1	0.1	0.2	0.0
або соус фруктовий (абрикосовий)	11	12	17	0.1	0.1	0.2	0.0
Сік виноградний	120	120	180	0.6	0.6	0.9	0.0
Всього за вечерю:							
з соусом фруктовим (вишневим)				**17.9**	**17.9**	**23.0**	**15.1**
з соусом фруктовим (малиновим)				**17.9**	**17.9**	**23.0**	**15.1**
з соусом фруктовим (абрикосовим)				**17.9**	**17.9**	**23.0**	**15.1**

Хімічний склад							
Жири		Вуглеводи			Енергетична цінність		
Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
1.1	1.6	2.6	2.6	3.5	21	21	30
	0.1			1.4			10
5.3	6.6	11.6	11.6	15.1	141	141	184
1.8	2.2	20.0	20.0	22.7	109	109	125
2.5	3.1	3.5	3.5	4.4	59	59	74
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
13.1	**16.0**	**47.6**	**47.6**	**55.6**	**402**	**402**	**484**
	14.4			**53.5**			**464**
3.0	3.7	7.7	7.7	10.3	61	61	80
5.4	7.3	3.8	3.8	5.1	112	112	149
2.7	3.2	31.1	31.1	37.3	156	156	186
0.0	0.0	6.1	6.1	8.1	26	26	34
0.2	0.2	6.1	6.1	8.1	25	25	34
0.1	0.2	5.7	5.7	7.6	24	24	32
0.1	0.1	4.0	4.0	5.0	17	17	23
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71

13.6	**16.6**	**58.5**	**58.5**	**70.6**	**426**	**426**	**521**
13.7	**16.8**	**58.5**	**58.5**	**70.6**	**426**	**426**	**520**
13.7	**16.7**	**58.1**	**58.1**	**70.1**	**425**	**425**	**518**
13.7	**16.7**	**56.4**	**56.4**	**67.5**	**418**	**418**	**510**
3.1	4.1	4.9	4.9	6.5	51	51	68
12.0	15.0	14.1	20.6	26.0	231	256	322
0.0	0.0	1.4	1.9	3.2	7	9	14
0.0	0.0	1.4	1.9	3.1	6	7	12
0.0	0.0	1.3	1.8	3.0	5	7	12
0.0	0.0	17.4	17.4	26.1	71	71	106
15.1	**19.1**	**37.8**	**44.8**	**61.7**	**360**	**386**	**510**
15.1	**19.1**	**37.8**	**44.7**	**61.6**	**359**	**385**	**508**
15.1	**19.1**	**37.7**	**44.7**	**61.5**	**358**	**385**	**508**

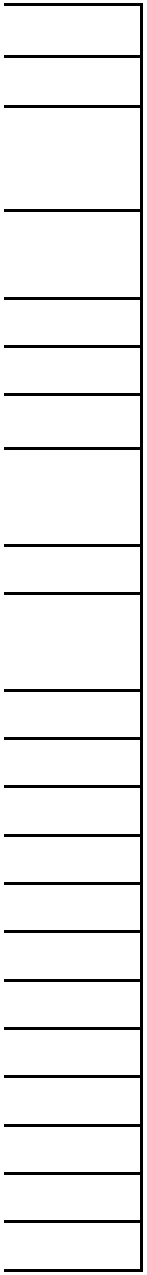


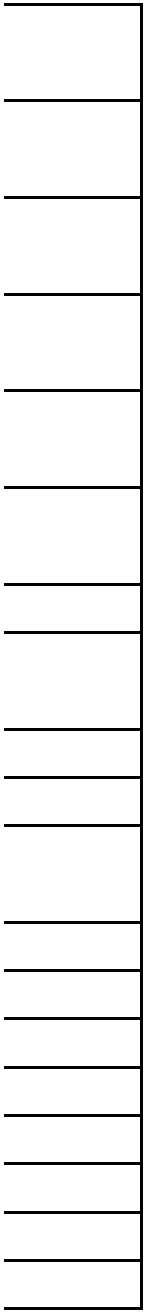
Середа 1 тиждень								
Найменування продуктів	**Маса нетто**			**Білки**			**Жири**	
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**
Сніданок:								
Рагу із кабачків з томатами	28	28	37	0.4	0.4	0.6	2.1	2.1
Гуляш курячий	32/18	32/18	43/24	9.9	9.9	13.2	3.4	3.4
Каша пшенична розсипчаста з цибулею	97	97	121	4.1	4.1	5.1	2.4	2.4
Компот із сушених яблук	100	100	135	0.2	0.2	0.2	0.0	0.0
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/8	30/8	30/13	3.3	3.3	5.1	3.9	3.9
Всього за сніданок:				**17.8**	**17.8**	**24.2**	**11.7**	**11.7**
Обід:								
Томати свіжі	34	34	49	0.4	0.4	0.5	0.1	0.1
або томати солоні			49			0.5		
Суп гречаний	150	150	200	1.5	1.5	2.0	1.2	1.2
Шніцель зі свинини	60	60	81	8.4	8.4	11.1	14.5	14.5
Картопля тушкована з цибулею та т	100	100	113	2.5	2.5	2.8	3.5	3.5
Фрукти свіжі (персики)	54	54	80	0.5	0.5	0.7	0.1	0.1
або фрукти свіжі (яблук)	54	54	80	0.2	0.2	0.3	0.2	0.2
або фрукти свіжі (апельсини)	54	54	80	0.5	0.5	0.7	0.1	0.1
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4	2.4
Всього за обід:								

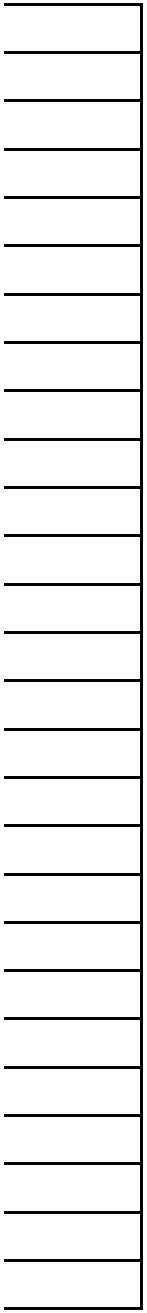
з томатами свіжими та персиками свіжими				**15.3**	**15.3**	**19.3**	**21.7**	**21.7**
з томатами солоними та персиками свіжими						**19.3**		
з томатами свіжими та яблуками свіжими				**15.0**	**15.0**	**18.9**	**21.8**	**21.8**
з томатами солоними та яблуками свіжими						**18.9**		
з томатами свіжими та апельсинами свіжими				**15.3**	**15.3**	**19.3**	**21.7**	**21.7**
з томатами солоними та апельсинами свіжими						**19.3**		
Вечеря:								
Буряк, тушкований в сметанному соусі	57	57	75	1.1	1.1	1.5	2.1	2.1
Биточок перловий	76	80	100	3.6	3.6	4.4	4.8	4.8
Соус із сухофруктів (кураги)	57	57	72	1.0	1.0	1.3	0.0	0.0
Яблуко фаршироване сиром кисломолочним	90	94	124	10.4	10.4	13.7	6.0	6.0
Всього за вечерю:				**16.2**	**16.2**	**20.9**	**12.9**	**12.9**

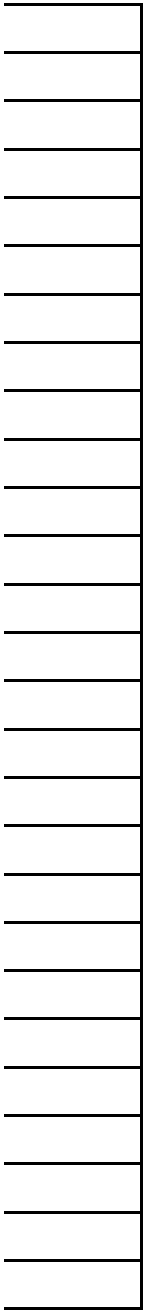
Хімічний склад						
	Вуглеводи			**Енергетична цінність**		
Від 4-6 (7) років	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
2.6	2.4	2.4	3.2	29	29	37
4.3	4.0	4.0	5.4	87	87	116
3.0	25.6	25.6	31.9	142	142	177
0.0	3.8	8.8	12.1	15	34	46
6.2	9.9	9.9	9.9	89	89	118
16.1	**45.7**	**50.7**	**62.5**	**363**	**382**	**494**
0.1	1.6	1.6	2.3	8	8	11
0.0			1.2			8
1.6	10.2	10.2	13.8	56	56	77
19.1	8.6	8.6	11.2	199	199	262
4.0	19.7	19.7	22.4	119	119	135
0.1	5.6	5.6	8.3	23	23	34
0.3	5.6	5.6	8.3	24	24	36
0.2	5.1	5.1	7.6	22	22	32
2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71

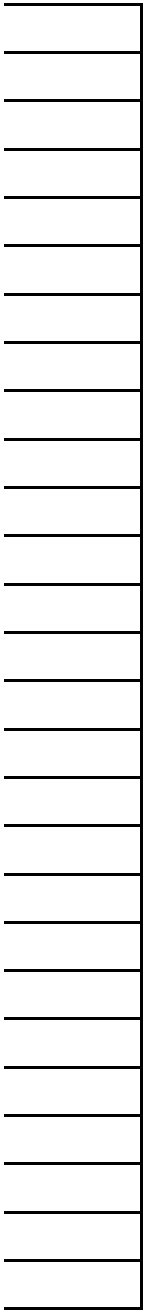
27.4	**55.5**	**55.5**	**67.8**	**476**	**476**	**591**
27.4			**66.7**			**588**
27.6	**55.5**	**55.5**	**67.8**	**477**	**477**	**593**
27.6			**66.7**			**589**
27.5	**55.0**	**55.0**	**67.1**	**474**	**474**	**589**
27.4			**66.0**			**585**
2.7	6.8	6.8	9.1	48	48	63
5.5	19.6	23.1	28.1	136	150	180
0.0	14.8	14.8	18.5	60	60	75
7.9	7.4	11.4	14.8	126	142	185
16.2	**48.6**	**56.1**	**70.6**	**371**	**399**	**503**

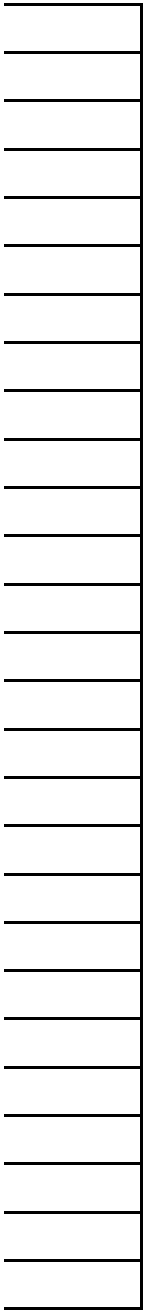


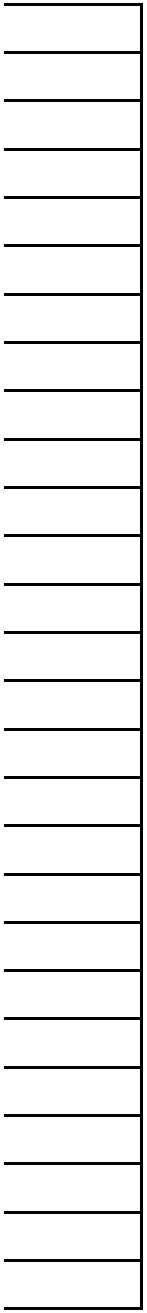


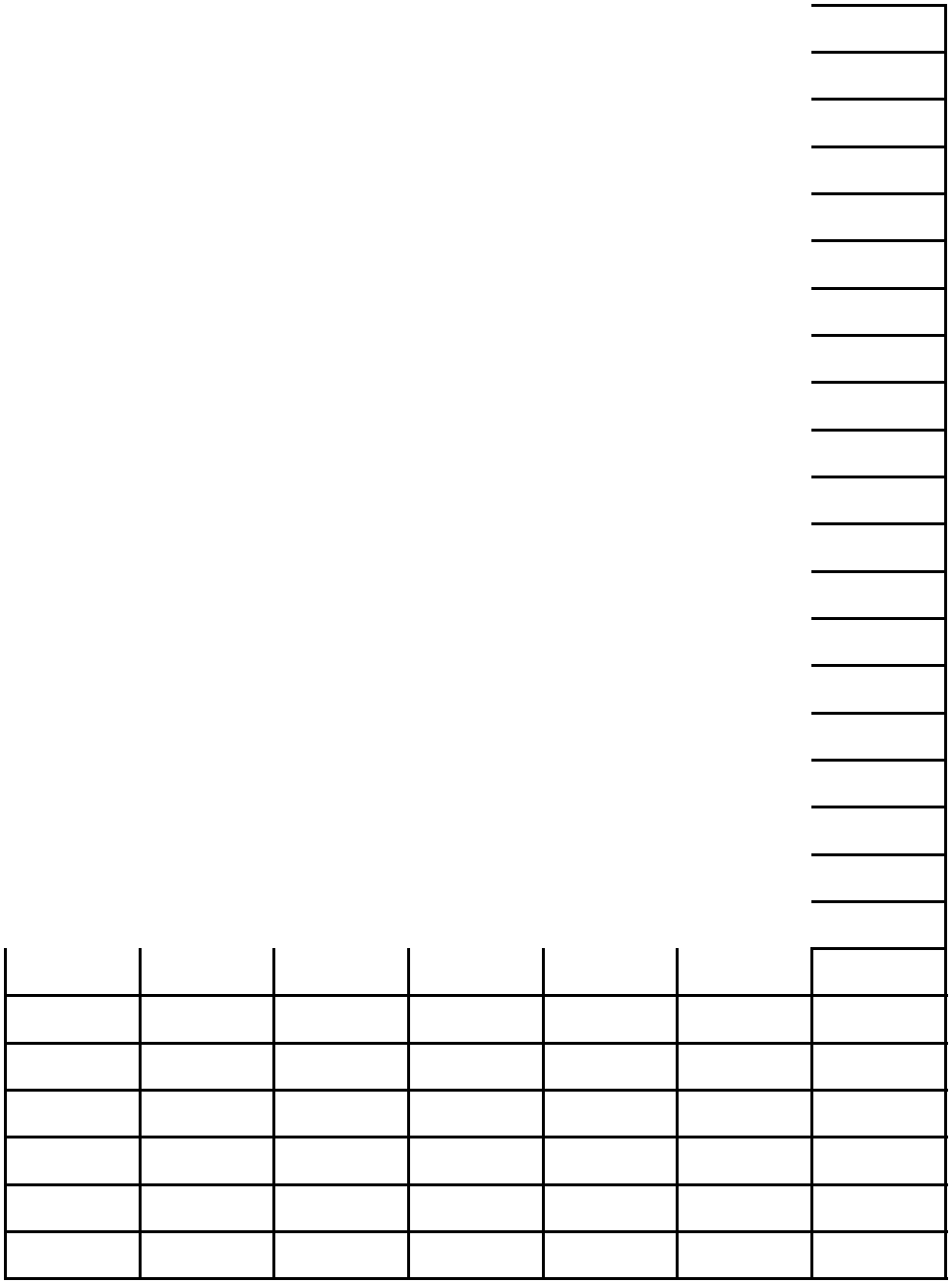










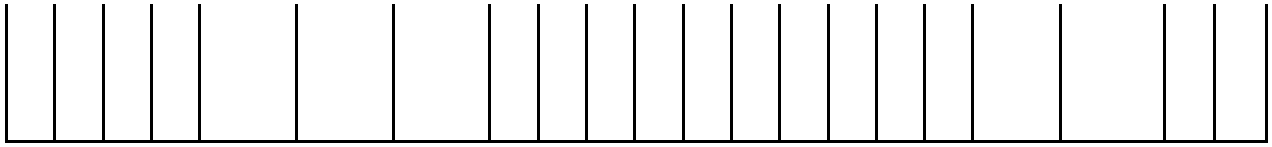


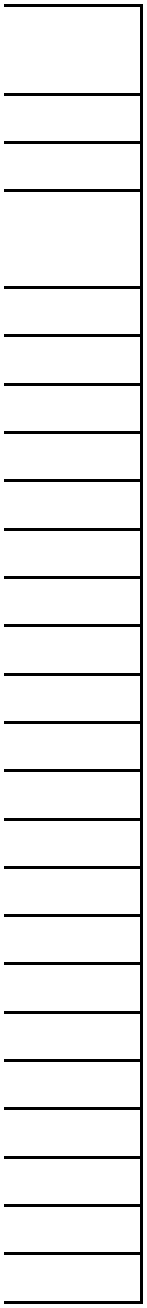
Четвер 1 тиждень							
Найменування продуктів	**Маса нетто**			**Білки**			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Каша вівсяна з гарбузом	126	129	162	4.9	4.9	6.1	4.6
Сирники рожеві (з морквою)	78	83	115	12.4	12.4	17.1	10.2
Соус яблучний	73	73	89	0.3	0.3	0.3	0.3
Чай (трав'яний)	150	150	180				
Всього за сніданок:				**17.5**	**17.5**	**23.5**	**15.0**
Обід:							
Борщ український	150	150	200	2.1	2.1	2.8	2.5
Нагетси курячі	56	56	75	12.0	12.0	16.0	4.2
Макарони відварені з овочами	100	100	130	3.4	3.4	4.4	2.3
Компот із свіжих фруктів (апельсинів)	120	120	160	0.5	0.5	0.7	0.1
або компот із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0.2	0.2	0.3	0.2
або компот із свіжих фруктів (слив)	120	120	160	0.5	0.5	0.6	0.0
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за обід:							
з компотом з апельсинів				**20.1**	**20.1**	**25.9**	**11.5**
з компотом з яблук				**19.8**	**19.8**	**25.5**	**11.6**

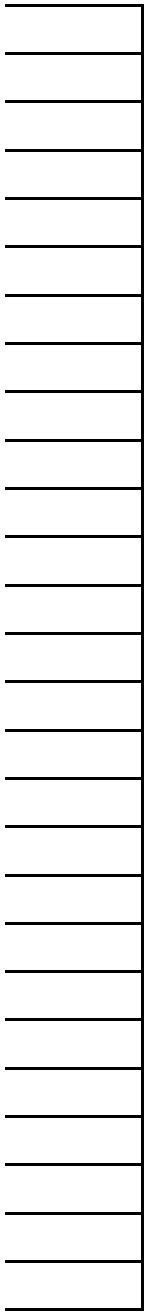
з компотом із слив				**20.0**	**20.0**	**25.8**	**11.4**
							Вечеря:
Овочі по-карпатськи	80	80	107	1.69	1.69	2.26	2.68
Суфле з вареного курячого м'яса та рису	100	100	133	10.72	10.72	14.30	4.79
Какао	150	150	180	5.02	5.02	6.02	4.25
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.10	2.10	2.10	2.40
Всього за вечерю:				**19.53**	**19.53**	**24.67**	**14.12**

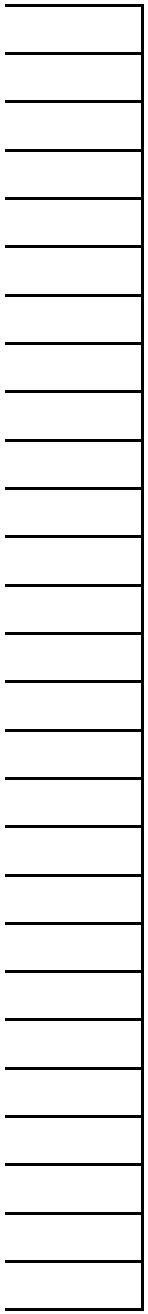
ь							
Хімічний склад							
Жири		**Вуглеводи**			**Енергетична цінність**		
Від 3-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
4.6	5.8	17.0	20.0	25.4	128	139	176
10.2	13.7	8.6	13.1	18.0	177	194	264
0.3	0.3	10.4	12.4	14.8	44	52	62
15.0	**19.8**	**36.1**	**45.6**	**58.2**	**350**	**385**	**502**
2.5	3.1	10.0	10.0	13.1	69	69	89
4.2	5.4	12.1	12.1	16.5	136	136	182
2.3	2.9	21.5	21.5	28.0	121	121	157
0.1	0.2	5.7	11.7	15.6	24	47	62
0.2	0.3	6.2	12.2	16.3	27	50	66
0.0	0.0	6.1	12.0	16.1	26	49	65
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
11.5	**14.0**	**59.3**	**65.3**	**83.2**	**421**	**444**	**561**
11.6	**14.1**	**59.8**	**65.8**	**83.9**	**424**	**447**	**565**

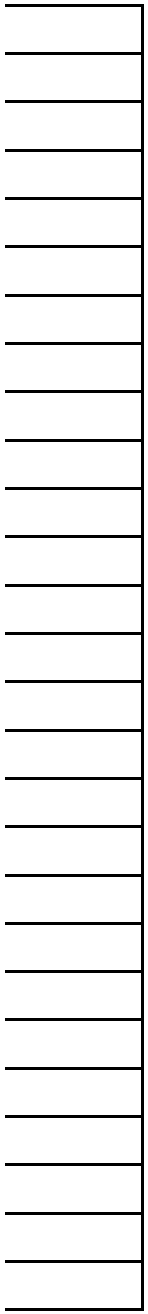
11.4	**13.8**	**59.6**	**65.6**	**83.6**	**423**	**446**	**563**
2.68	3.24	11.44	11.44	15.24	73.81	73.81	95.36
4.79	6.26	10.87	10.87	14.49	132.32	132.32	175.32
4.25	5.10	8.06	8.06	9.67	89.20	89.20	107.04
2.40	2.40	9.90	9.90	9.90	71.10	71.10	71.10
14.12	**17.00**	**40.27**	**40.27**	**49.30**	**366**	**366**	**449**

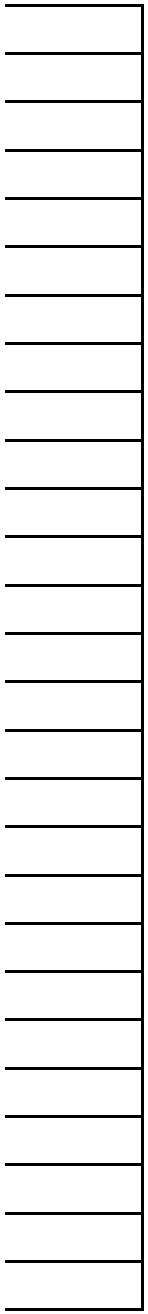


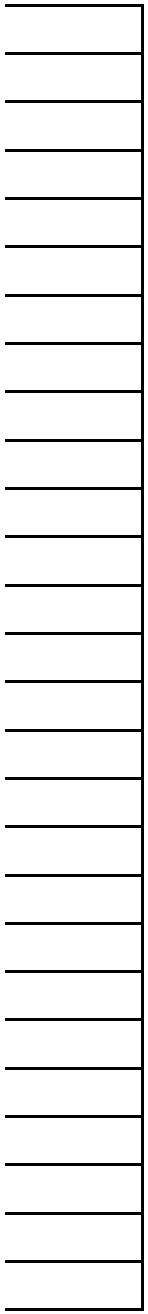


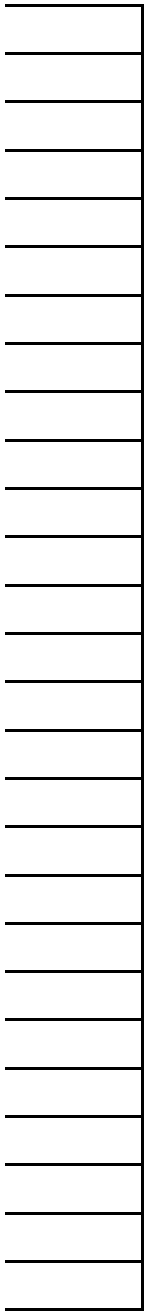










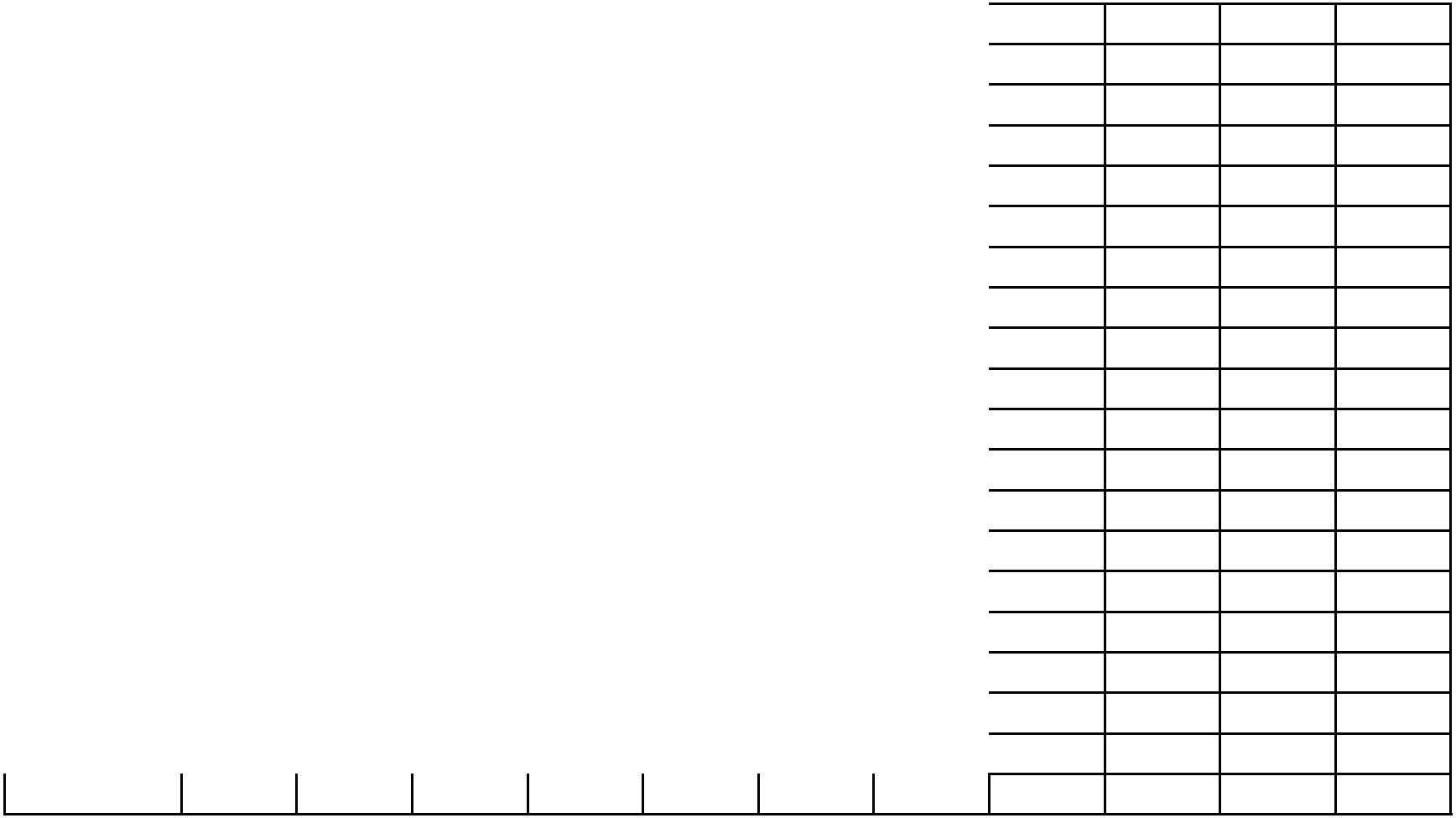


П'ятниця 1 тижде						
Найменування продуктів	**Маса нетто**			**Білки**		
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:						
Омлет з морквою	60	60	60	5.3	5.3	5.3
Шарлотка з рису та овочів (з капустою цвітною)	120	120	147	5.3	5.3	6.5
Шарлотка з рису та овочів (з капустою білокачанною)	120	120	147	5.2	5.2	6.4
Соус сметанний (на молоці)	40	40	55	1.0	1.0	1.6
Компот із свіжих фруктів (винограду)	120	120	160	0.4	0.4	0.5
Всього за сніданок:						
з капустою цвітною та виноградом				**12.0**	**12.0**	**13.9**
з капустою білокачанною та виноградом				**11.9**	**11.9**	**13.8**
Обід:						
Суп-пюре гороховий	150	150	200	5.6	5.6	7.5
Зрази картопляні з курячим м'ясом "Човники"	116	116	145	10.6	10.6	13.1
Бігос овочево - курячий	8/22	8/22	13/32	2.8	2.8	4.3
Мус яблучний з фруктовим соусом (вишневим)	102/19	108/20	135/29	1.4	1.6	1.7
або мус яблучний з фруктовим соусом (малиновим)				1.4	1.7	1.8
або мус яблучний з фруктовим соусом (абрикосовим)				1.4	1.6	1.8
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1

Всього за обід:						
з мусом яблучним з фруктовим соусом (вишневим)				**22.5**	**22.8**	**28.8**
з мусом яблучним з фруктовим соусом (малиновим)				**22.5**	**22.8**	**28.8**
з мусом яблучним з фруктовим соусом (абрикосовим)				**22.5**	**22.8**	**28.8**
						Вечеря:
Салат зі свіжих томатів з солодким перцем	60	60	80	0.7	0.7	0.9
Хлібець рибний	48	48	72	7.9	7.9	11.9
Банош по-гуцульськи з сиром твердим	80/4	80/4	100/7	3.6	3.6	5.0
Сік персиковий	120	120	180	0.1	0.1	0.2
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1
Всього за вечерю:				**14.5**	**14.5**	**20.1**

нь								
Хімічний склад								
Жири			**Вуглеводи**			**Енергетична цінність**		
Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
6.4	6.4	6.4	1.9	1.9	1.9	86	86	86
6.7	6.7	7.8	27.6	27.6	34.0	191	191	231
6.6	6.6	7.7	27.7	27.7	34.1	191	191	230
2.4	2.4	4.0	4.7	4.7	6.7	45	45	69
0.1	0.1	0.2	9.4	15.3	20.5	39	62	82
15.7	**15.7**	**18.3**	**43.6**	**49.6**	**63.1**	**360**	**383**	**468**
15.6	**15.6**	**18.3**	**43.6**	**49.6**	**63.2**	**360**	**383**	**468**
1.8	1.8	2.3	15.2	15.2	20.0	100	100	131
5.1	5.1	6.0	18.8	18.8	23.3	164	164	200
1.4	1.4	2.0	1.9	1.9	2.9	30	30	46
0.2	0.3	0.3	13.1	20.8	24.4	61	91	106
0.3	0.4	0.4	12.3	20.0	23.2	60	91	105
0.3	0.3	0.3	12.9	20.6	24.1	59	90	104
2.4	2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71

10.9	**10.9**	**13.1**	**58.9**	**66.5**	**80.5**	**425**	**456**	**555**
11.0	**11.0**	**13.2**	**58.0**	**65.7**	**79.3**	**424**	**455**	**554**
10.9	**10.9**	**13.1**	**58.6**	**66.3**	**80.2**	**424**	**454**	**553**
2.1	2.1	2.1	3.6	3.6	4.8	34	34	40
3.3	3.3	4.2	3.5	3.5	5.2	76	76	106
5.0	5.0	6.7	11.8	11.8	15.0	107	107	141
0.0	0.0	0.0	19.1	19.1	28.6	82	82	122
2.4	2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
12.8	**12.8**	**15.4**	**47.9**	**47.9**	**63.6**	**369**	**369**	**481**



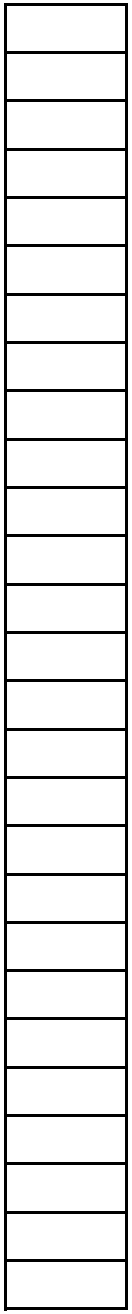
	0

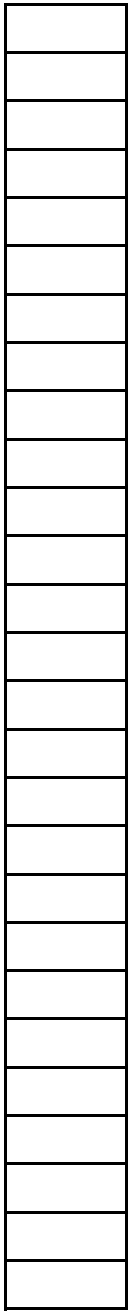
Понеділок 2 тижден							
Найменування продуктів	**Маса нетто**						
				Білки			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Салат морквяно-яблучний з сиром твердим	92	94	126	2.5	2.5	3.2	4.2
Локшинник з фруктами	136	140	175	6.1	6.1	7.7	4.9
Соус із сухофруктів (з чорносливу)	28	28	28	0.3	0.3	0.3	0.0
або соус із сухофруктів (з яблук сушених)	28	28	28	0.3	0.3	0.3	0.0
Сік яблучний	120	120	180	0.5	0.5	0.7	0.0
Всього за сніданок:							
з соусом із сухофруктів (з чорносливу)				**9.3**	**9.3**	**11.9**	**9.1**
з соус із сухофруктів (з яблук сушених)				**9.3**	**9.3**	**11.9**	**9.1**
Обід:							
Горошок овочевий відварний	60	60	70	3.3	3.3	3.8	3.1
Суп болгарський зі сметаною	150/4	150/4	200/5	1.7	1.7	2.2	2.5
Фіш боли в томатному соусі	41/27	41/27	62/41	8.1	8.1	12.1	2.0
Рагу овочеве з кашею	95	95	120	2.4	2.4	3.0	3.9
Компот із свіжих фруктів (з персиків)	120	120	160	0.5	0.5	0.7	0.1
або компот із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0.2	0.2	0.3	0.2

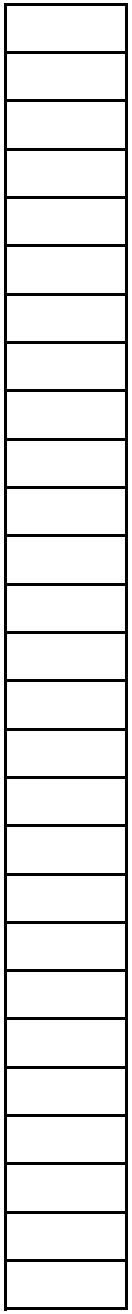
або компот із свіжих фруктів (з винограду)	120	120	160	0.4	0.4	0.5	0.1
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за обід:							
з компотом із свіжих фруктів (з персиків)				**18.0**	**18.0**	**23.9**	**14.0**
з компотом із свіжих фруктів (з яблук)				**17.7**	**18.2**	**22.9**	**14.2**
з компотом із свіжих фруктів (з винограду)				**17.8**	**17.8**	**23.7**	**14.0**
						Вечеря:	
Кабачки смажені	33	33	48	0.5	0.5	0.7	1.2
або гарбузи смажені	39	39	58	0.7	0.7	1.0	1.1
Курячий рулет фарширований вареним яйцем	60	60	80	11.8	11.8	15.7	5.4
Каша пшенична в'язка	90	90	113	2.4	2.4	3.0	1.7
Кисіль молочний	100	100	150	2.8	2.8	4.2	2.5
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за вечерю:							
з кабачками				**19.7**	**19.7**	**25.8**	**13.1**
з гарбузом				**19.9**	**19.9**	**26.1**	**13.0**

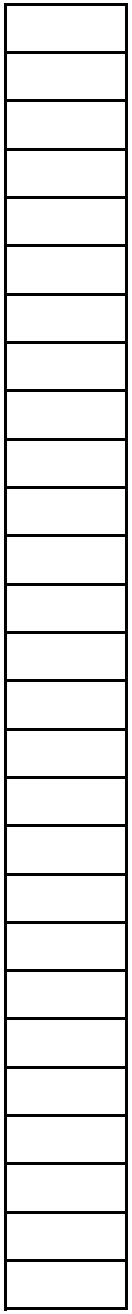
Хімічний склад							
Жири		**Вуглеводи**			**Енергетична цінність**		
Від 3-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
4.2	5.4	8.2	10.2	13.4	77	85	110
4.9	6.1	30.0	37.0	46.2	188	214	268
0.0	0.0	10.2	11.7	11.7	41	47	47
0.0	0.0	9.0	10.5	10.5	36	41	41
0.0	0.0	12.4	12.4	18.5	50	50	76
9.1	**11.5**	**60.8**	**71.2**	**89.9**	**357**	**397**	**500**
9.1	**11.5**	**59.6**	**70.1**	**88.7**	**351**	**391**	**495**
3.1	3.1	9.0	9.0	10.4	74	74	82
2.5	3.5	11.0	11.0	14.6	73	73	98
2.0	3.3	5.3	5.3	7.7	71	71	109
3.9	4.5	14.8	15.8	20.1	102	105	130
0.1	0.1	6.2	12.2	16.3	26	49	65
0.2	0.3	6.2	12.2	16.3	27	50	66

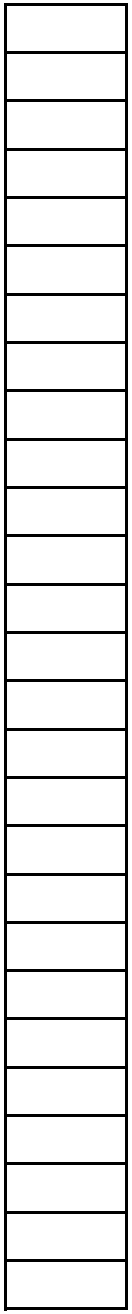
0.1	0.2	9.4	15.3	20.5	39	62	82
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
14.0	**16.9**	**56.2**	**63.2**	**79.0**	**417**	**443**	**554**
14.2	**22.9**	**56.2**	**64.6**	**143.1**	**418**	**452**	**556**
14.0	**16.9**	**59.4**	**66.3**	**83.2**	**430**	**457**	**572**
1.2	1.7	3.9	3.9	5.5	27	27	39
1.1	1.6	4.0	4.0	5.6	28	28	40
5.4	6.7	5.3	5.3	7.0	119	119	154
1.7	2.1	15.1	15.1	18.9	87	87	109
2.5	3.8	7.5	12.5	18.6	63	82	123
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
13.1	**16.8**	**41.8**	**46.8**	**59.8**	**367**	**386**	**495**
13.0	**16.6**	**41.9**	**46.9**	**60.0**	**368**	**387**	**496**

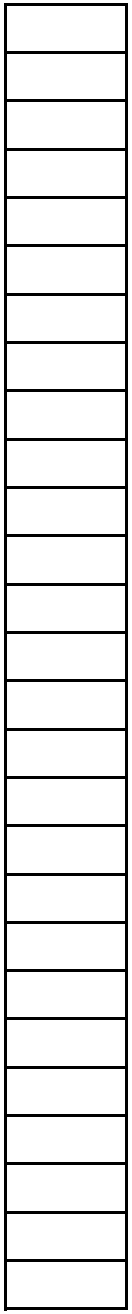


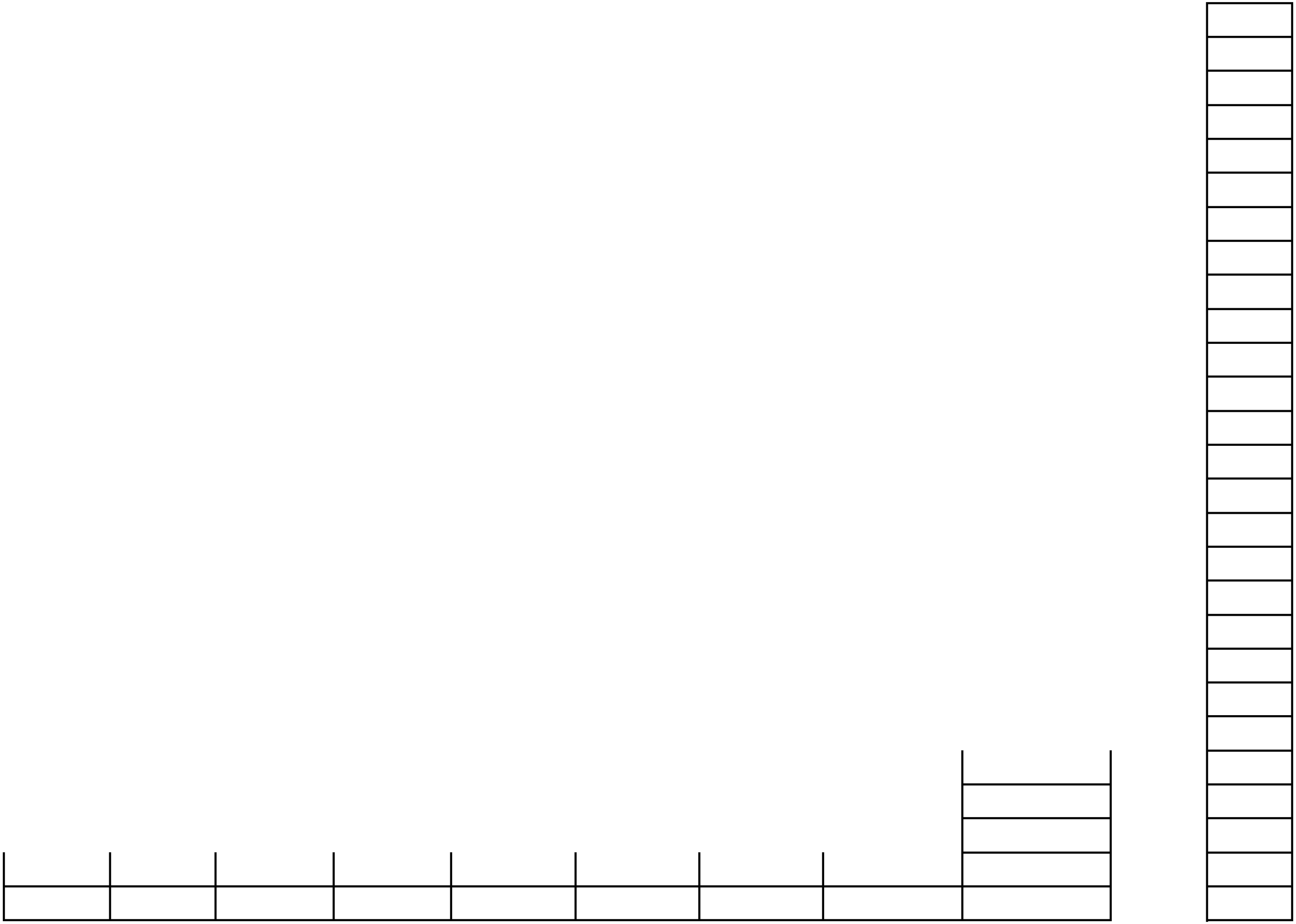










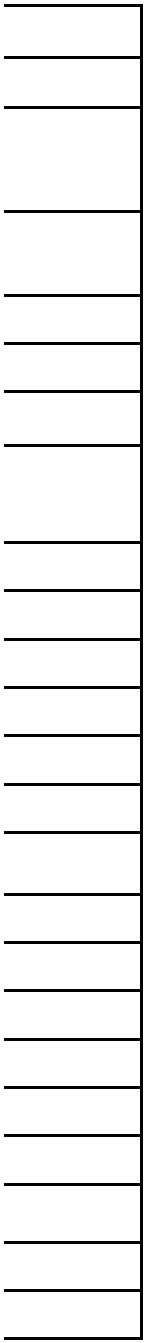


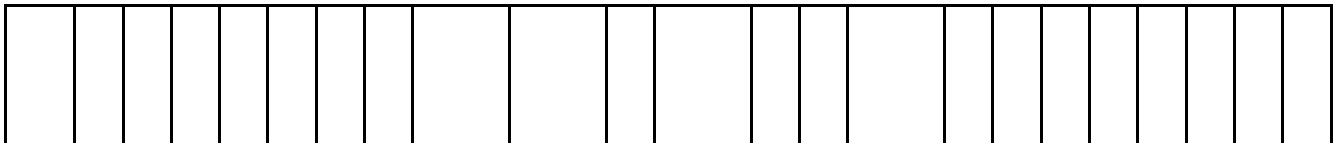
Вівторок 2 тиждень							
Найменування продуктів	**Маса нетто**						
				Білки			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Салат з капусти, моркви та яблук	68	68	95	2.6	2.6	3.4	3.1
Суфле яєчне	75	75	75	6.8	6.8	6.8	7.5
Ризотто з зеленим горошком та твердим сиром	100	100	120	3.6	3.6	4.4	4.9
Кисіль вишневий	142	150	185	0.4	0.4	0.5	0.0
Всього за сніданок:				**13.3**	**13.3**	**15.1**	**15.4**
Обід:							
Томати свіжі	18	18	24	0.2	0.2	0.3	0.0
або томати солоні			24			0.3	
Борщ з картоплею зі сметаною			200/7			1.9	
Борщ з картоплею	150	150		1.3	1.3		2.6
Курятина в сметані	30/9	30/9	40/12	14.2	14.2	19.0	5.7
Фалафель	77	77	96	9.1	9.1	11.4	2.2
Фрукти свіжі (персики свіжі)	60	60	80	0.5	0.5	0.7	0.1
або фрукти свіжі (яблука свіжі)	60	60	80	0.2	0.2	0.3	0.2
або фрукти свіжі (банани свіжі)	60	60	80	0.9	0.9	1.2	0.1
або фрукти свіжі (виноград свіжий)	60	60	80	0.4	0.4	0.5	0.1
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за обід:							
з персиками та томатами свіжими				**27.5**	**27.5**	**35.4**	**13.0**

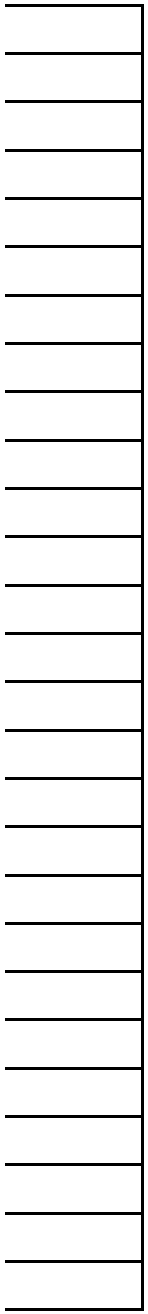
з персиками та томатами солоними						**35.4**	
з яблуками та томатами свіжими				**27.2**	**27.2**	**35.0**	**13.1**
з яблуками та томатами солоними						**35.0**	
з бананами та томатами свіжими				**27.8**	**27.8**	**35.8**	**13.0**
з бананами та томатами солоними						**35.8**	
з виноградом та томатами свіжими				**27.3**	**27.3**	**35.1**	**13.0**
з виноградом та томатами солоними						**35.1**	
						Вечеря:	
Овочі припущені в сметанному соусі (з гарбузом)	86	86	115	1.8	1.8	2.5	4.9
або овочі припущені в сметанному соусі (з кабачками свіжими)	87	87	116	1.8	1.8	2.4	5.0
Оладки курячі	70	70	93	11.4	11.4	15.1	5.1
Картопля запечена скибочками (з вареної)	85	85	94	2.5	2.5	3.1	2.2
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/4	30/12	3.0	3.0	4.9	3.6
Всього за вечерю з гарбузом				**18.7**	**18.7**	**25.5**	**15.7**
Всього за вечерю з кабачками свіжими				**18.7**	**18.7**	**25.4**	**15.8**

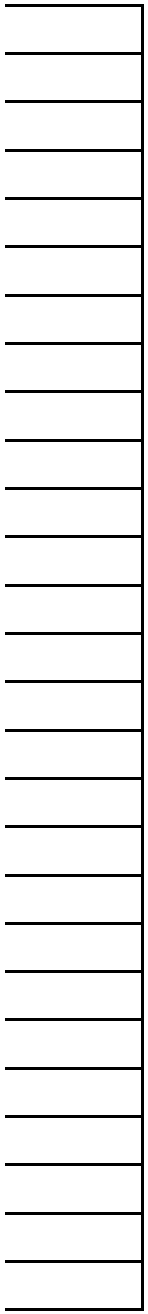
Хімічний склад							
Жири		Вуглеводи			Енергетична цінність		
Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
3.1	4.2	4.4	4.4	6.1	54	54	73
7.5	7.5	6.0	6.0	6.0	118	118	118
4.9	6.0	14.2	14.2	17.2	116	116	141
0.0	0.0	11.8	19.3	24.1	62	91	113
15.4	**17.7**	**36.3**	**43.8**	**53.4**	**350**	**378**	**446**
0.0	0.0	0.8	0.8	1.1	4	4	6
	0.0			0.6			4
	5.0			13.9			105
2.6		9.2	10.2		63	67	
5.7	7.5	0.3	0.3	0.4	113	113	151
2.2	3.0	24.4	24.4	30.6	150	150	190
0.1	0.1	6.2	6.2	8.3	26	26	34
0.2	0.3	6.2	6.2	8.3	27	27	36
0.1	0.1	13.1	13.1	17.4	53	53	71
0.1	0.2	9.4	9.4	12.5	39	39	52
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
13.0	**18.0**	**50.8**	**51.8**	**64.2**	**427**	**431**	**556**

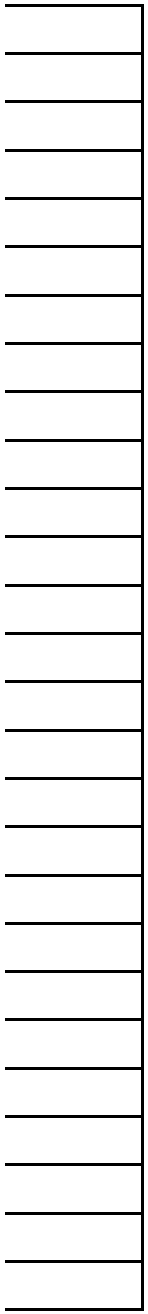
	18.0			**63.7**			**555**
13.1	**18.3**	**50.8**	**51.8**	**64.2**	**428**	**432**	**558**
	18.2			**63.7**			**556**
13.0	**18.0**	**57.7**	**58.7**	**73.4**	**455**	**459**	**593**
	18.0			**72.8**			**592**
13.0	**18.1**	**54.0**	**55.0**	**68.4**	**440**	**444**	**574**
	18.1			**67.9**			**572**
4.9	6.6	6.1	6.1	8.3	73.7	74	99
5.0	6.6	6.1	6.1	8.3	73.7	74	99
5.1	6.4	5.3	5.3	6.9	114.1	114	148
2.2	2.8	12.6	12.6	15.5	80.5	80	100
3.6	5.9	9.9	9.9	9.9	85.5	86	114
15.7	**21.7**	**33.9**	**33.9**	**40.5**	**354**	**354**	**461**
15.8	**21.7**	**33.9**	**33.9**	**40.5**	**354**	**354**	**461**

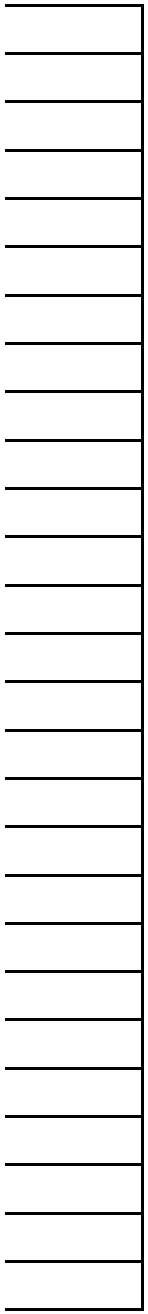


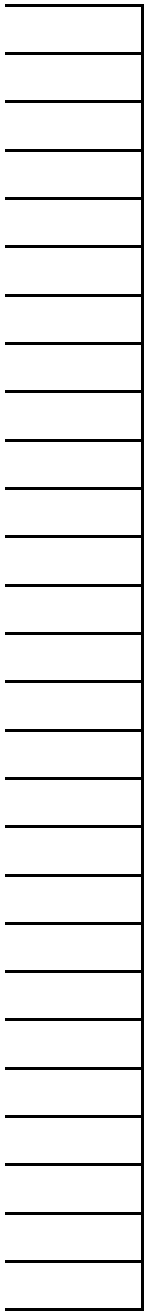


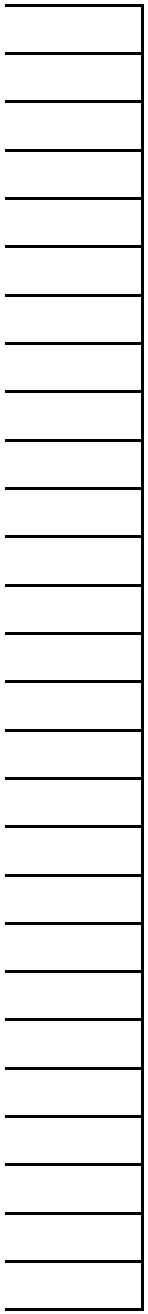


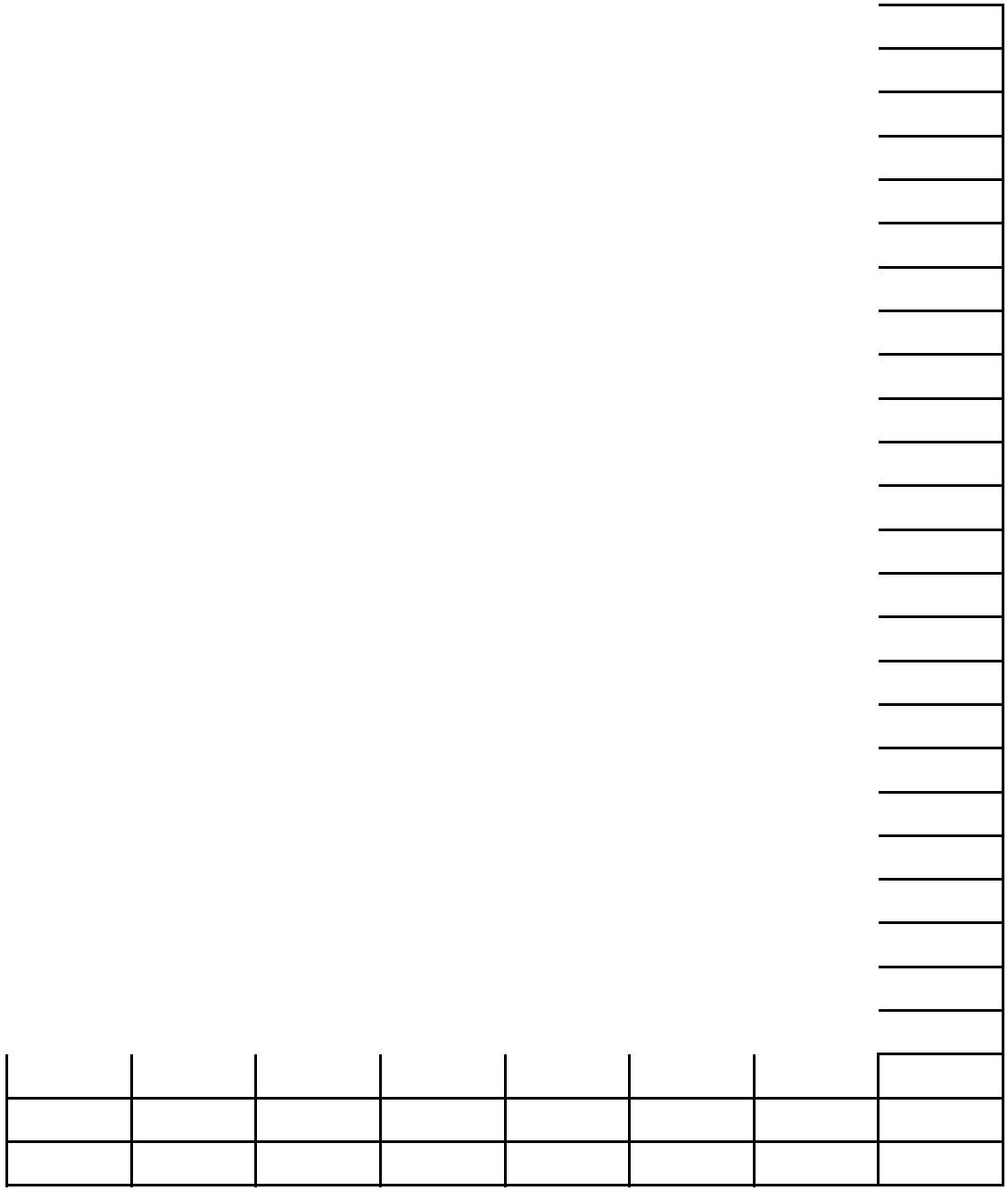










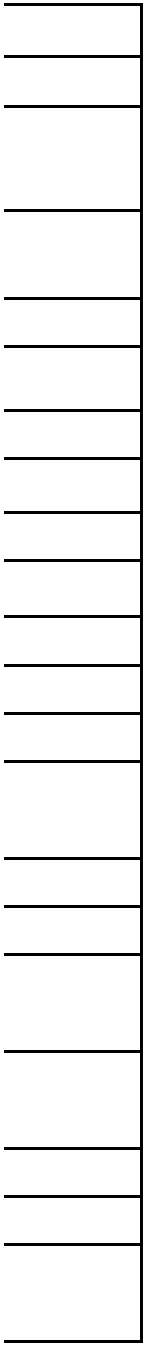


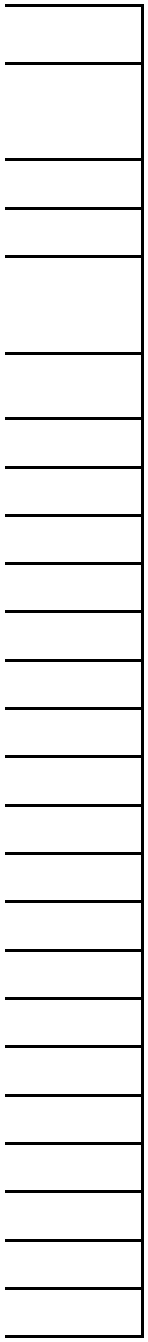
Середа 2 тиждень							
Найменування продуктів	**Маса нетто**						
				Білки			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Ікра з буряка	55	55	75	3.0	3.0	3.8	0.0
Суфле рибне	45	45	68	7.8	7.8	11.7	2.9
Каша гречана в'язка	82	82	103	4.2	4.2	5.3	2.6
Сік апельсиновий	120	120	180	0.8	0.8	1.3	0.0
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за сніданок:				**18.0**	**18.0**	**24.2**	**7.9**
Обід:							
Салат з червоної квасолі	70	70	70	6.1	6.1	6.1	3.1
Куліш пшоняний з фрикадельковою та сметаною	150/11/7	150/11/7	200/15/9	5.0	5.0	6.6	5.1
Голубці ліниві з курячим м'ясом	90	90	120	8.2	8.2	11.0	3.1
Компот із свіжих фруктів (персиків)	120	120	160	0.5	0.5	0.7	0.1
або компот із свіжих фруктів (яблук)	120	120	160	0.2	0.2	0.3	0.2
або компот із свіжих фруктів (винограду)	120	120	160	0.4	0.4	0.5	0.1
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за обід:							
з компотом із свіжих фруктів (персиків)				**21.9**	**21.9**	**26.5**	**13.7**

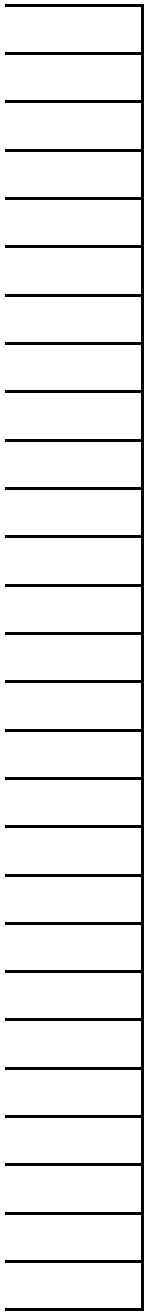
з компотом із свіжих фруктів (яблук)				**21.6**	**21.6**	**26.1**	**13.9**
з компотом із свіжих фруктів (винограду)				**21.7**	**21.7**	**26.2**	**13.8**
						Вечеря:	
Гарбуз припущений	50	50	66	0.6	0.6	0.8	2.6
Гратен "Зебра"(запіканка сирна з какао)	116	122	155	15.1	15.1	19.1	10.8
Соус із сухофруктів (кураги)	54	55	74	1.0	1.0	1.3	0.0
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	0.9	0.9	1.2	0.1
Всього за вечерю				**17.6**	**17.6**	**22.4**	**13.4**

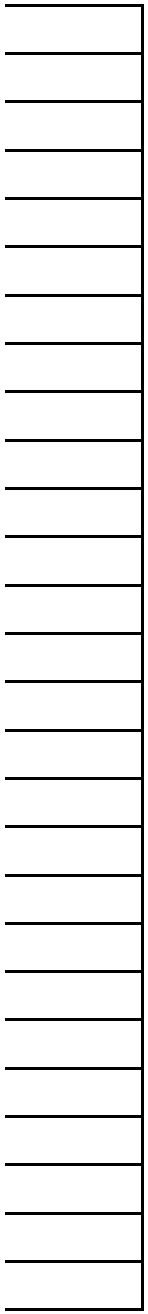
Хімічний склад							
Жири		Вуглеводи			Енергетична цінність		
Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
0.0	0.1	24.2	24.2	31.0	40.1	40.1	54.2
2.9	4.3	1.3	1.3	2.0	62.5	62.5	93.1
2.6	3.2	21.1	21.1	26.4	125.0	125.0	156.2
0.0	0.0	15.6	15.6	23.4	64.8	64.8	97.2
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71.1	71.1	71.1
7.9	**9.9**	**72.2**	**72.2**	**92.7**	**363.4**	**363.4**	**471.7**
3.1	3.1	15.2	15.2	15.2	108.7	108.7	108.7
5.1	6.4	13.1	13.1	17.3	118.8	118.8	153.6
3.1	4.5	7.7	7.7	10.4	90.9	90.9	124.9
0.1	0.1	6.2	12.2	16.3	25.8	48.5	64.7
0.2	0.3	6.2	12.2	16.3	27.0	49.7	66.3
0.1	0.2	9.4	15.3	20.5	39.0	61.7	82.3
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71.1	71.1	71.1
13.7	**16.4**	**52.1**	**58.1**	**69.1**	**415.3**	**438.1**	**523.0**

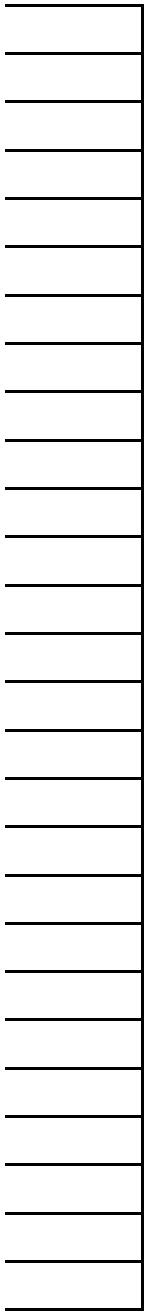
13.9	**16.6**	**52.1**	**58.1**	**69.1**	**416.5**	**439.3**	**524.6**
13.8	**16.5**	**55.2**	**61.2**	**73.2**	**428.5**	**451.3**	**540.6**
2.6	3.1	3.2	3.2	4.3	37	37	47
10.8	14.0	9.9	15.9	19.8	200	222	283
0.0	0.0	14.8	16.3	20.5	60	66	82
0.1	0.1	13.1	13.1	17.4	53	53	71
13.4	**17.1**	**41.0**	**48.5**	**62.1**	**350**	**379**	**484**

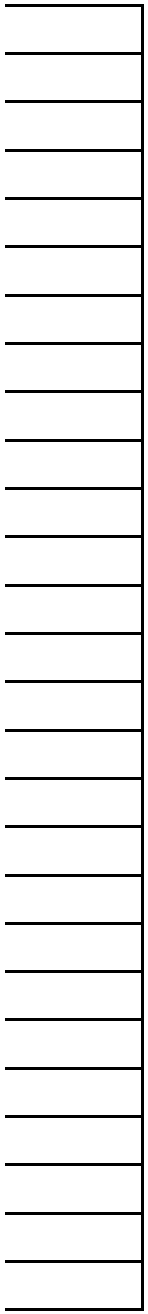


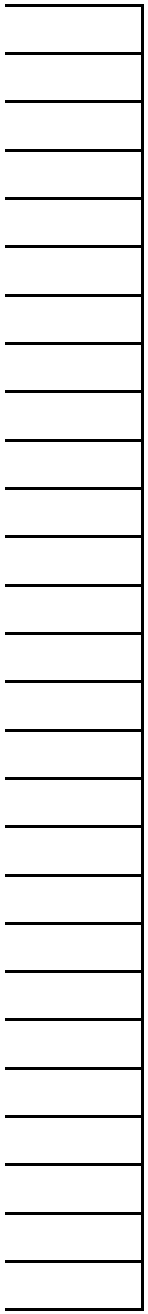


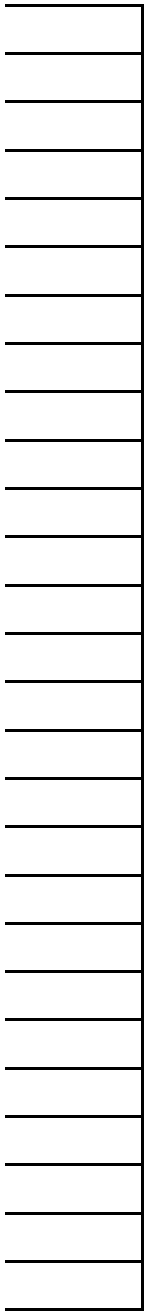












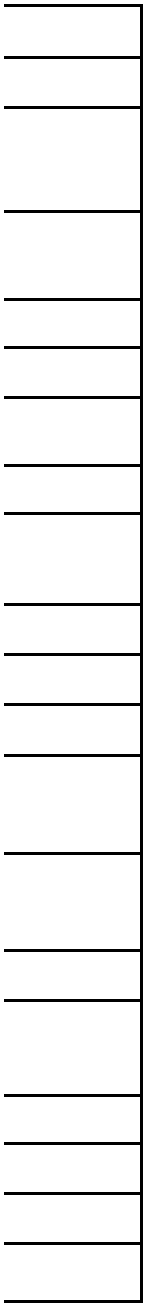
Четвер 2 тиждень							
Найменування продуктів	**Маса нетто**						
				Білки			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Салат із свіжих помідорів та огірків	62	62	83	0.6	0.6	0.8	3.6
Биточок рублений з курятини паровий	58	58	77	10.6	10.6	14.2	2.4
Полента	90	90	110	2.5	2.5	3.1	2.4
Компот із плодів сушених (родзинок)	116	116	140	0.3	0.3	0.3	0.0
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/7,5	30/7,5	30/11	3.8	3.8	4.6	4.6
Всього за сніданок:				**17.9**	**17.9**	**23.0**	**12.9**
Обід:							
Капуста смажена в сухарях (з цвітної капусти)	27	27	36	1.0	1.0	1.4	1.1
або капуста смажена в сухарях (з білокачанної капусти)	23	23	30	0.8	0.8	1.0	1.1
Суп український з галушками	150/15	150/15	200/20	1.8	1.8	2.4	2.8
М'ясо відварне в кисло-солодкому соусі (свинина)	27/23	27/23	36/31	7.5	7.5	10.0	13.3
Каша ячна в'язка	82	82	103	1.8	1.8	2.2	1.7
Фрукти свіжі (сливи свіжі)	60	60	80	0.5	0.5	0.6	0.0
або фрукти свіжі (груші свіжі)	60	60	80	0.2	0.2	0.3	0.2
або фрукти свіжі (апельсини свіжі)	60	60	80	0.5	0.5	0.7	0.1

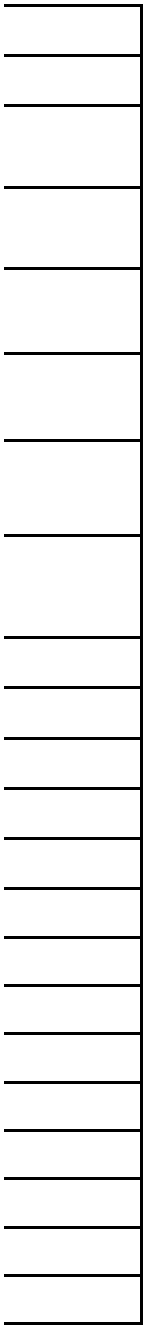
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за обід:							
з цвітною капустою та сливами свіжими:				**15**	**15**	**19**	**21**
з цвітною капустою та грушами свіжими:				**14**	**14**	**18**	**21**
з цвітною капустою та апельсинами свіжими:				**15**	**15**	**19**	**21**
з білокачанною капустою та сливами свіжими:				**14**	**14**	**18**	**21**
з білокачанною капустою та грушами свіжими:				**14**	**14**	**18**	**21**
з білокачанною капустою та апельсинами свіжими:				**14**	**14**	**18**	**21**
						Вечеря:	
Зрази рисові з овочами	127	127	154	5.3	5.3	6.6	5.7
Соус сметанний з томатом	7	7	16	0.3	0.3	0.6	1.8
Омлет драчена	42	42	42	5.8	5.8	5.8	6.9
Фрукти свіжі (банани)	60			0.9			0.1
Яблуко печене		53	70		0.2	0.3	
Всього за вечерю:							
з капустою цвітною				**12.3**	**11.6**	**13.2**	**14.5**
з капустою білокачанною				**12.3**	**11.6**	**13.2**	**14.5**

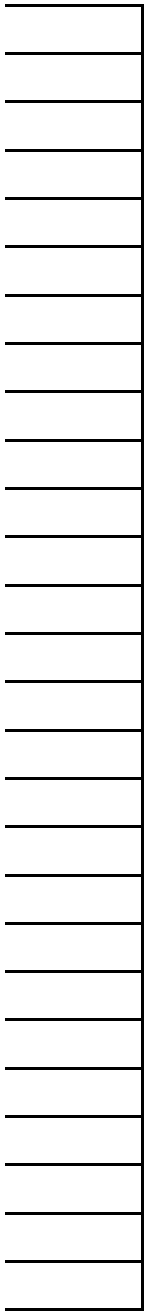
Хімічний склад							
Жири		Вуглеводи			Енергетична цінність		
Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
3.6	4.1	2.8	2.8	3.8	45	45	53
2.4	3.0	5.0	5.0	6.6	86	86	113
2.4	3.0	16.6	16.6	20.1	99	99	120
0.0	0.0	10.0	16.0	19.1	38	61	72
4.6	5.6	9.9	9.9	9.9	98	98	111
12.9	**15.7**	**44.3**	**50.3**	**59.5**	**365**	**388**	**469**
1.1	1.2	2.6	2.6	3.6	23	23	29
1.1	1.1	2.7	2.7	3.8	22	22	27
2.8	3.4	12.4	12.4	16.4	82	82	105
13.3	17.9	11.0	11.0	14.7	192	192	257
1.7	2.1	11.9	11.9	14.6	70	70	86
0.0	0.0	6.1	6.1	8.1	26	26	34
0.2	0.2	6.1	6.1	8.1	25	25	34
0.1	0.2	5.7	5.7	7.6	24	24	32

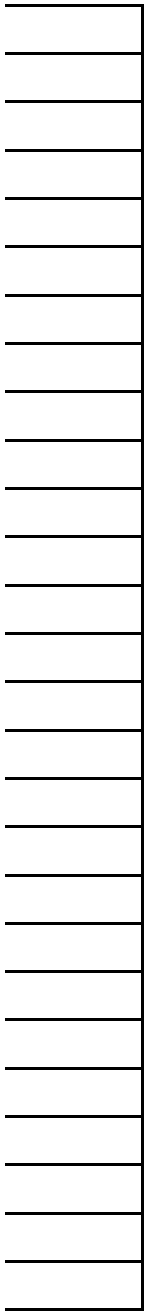
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
21	**27**	**54**	**54**	**67**	**463**	**463**	**583**
21	**27**	**54**	**54**	**67**	**463**	**463**	**582**
21	**27**	**53**	**53**	**67**	**462**	**462**	**580**
21	**27**	**54**	**54**	**67**	**462**	**462**	**581**
21	**27**	**54**	**54**	**67**	**462**	**462**	**580**
21	**27**	**54**	**54**	**67**	**461**	**461**	**579**

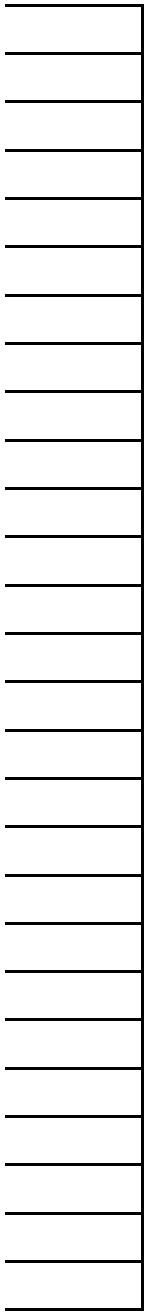
5.7	6.6	31.4	31.4	38.9	197	197	239
1.8	3.7	0.8	0.8	1.1	21	21	40
6.9	6.9	2.6	2.6	2.6	96	96	96
		13.1			53		
0.2	0.3		9.2	12.3		38	51
14.7	**17.6**	**47.9**	**44.1**	**55.0**	**367**	**352**	**426**
14.7	**17.6**	**47.9**	**44.1**	**55.0**	**367**	**352**	**426**

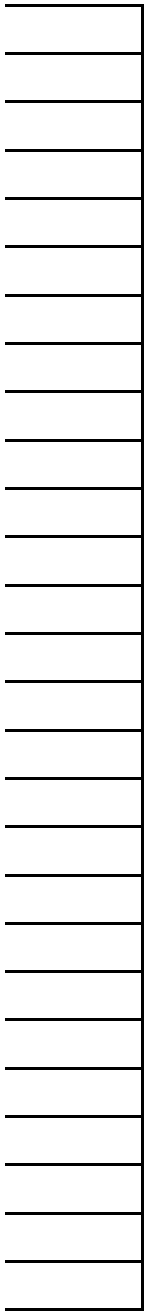


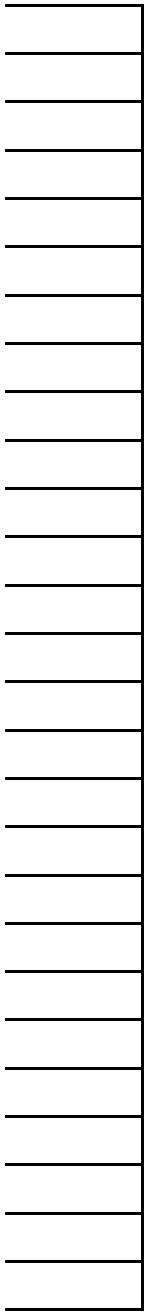












П'ятниц					
Найменування продуктів	**Маса нетто**			**Білки**	
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**
Сн					
Ікра овочева	45	45	60	2.7	2.7
Паличка куряча	45	45	60	10.6	10.6
Каша перлова розсипчаста	90	90	113	2.8	2.8
Какао	165	165	180	5.9	5.9
Всього за сніданок:				**22.0**	**22.0**
Салат із свіжих огірків	26	26		0.2	0.2
Огірки свіжі			31	0.0	0.0
або огірки солоні			31	0.0	0.0
Суп-пюре з квасолі	150	150		4.9	4.9
Суп-пюре з квасолі зі сметаною			200/6		
Пиріг пастуший з яловичиною	140	140	187	16.0	16.0
Мус плодово - ягідний з фруктовим соусом (з персиків та вишень)	85/33	90/33	108/46	1.5	1.5
або мус плодово - ягідний з фруктовим соусом (з персиків та малини)	85/33	90/33	108/46	1.4	1.4
або мус плодово - ягідний з фруктовим соусом (з смородини чорної та вишень)	85/33	90/33	108/46	1.6	1.6

або мус плодово - ягідний з фруктовим соусом (з смородини чорної та малини)	85/33	90/33	108/46	1.4	1.4
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1
Всього за обід:					
з персиком, вишнею та огірком свіжим				**24.7**	**24.7**
з персиком, малиною та огірком свіжим				**24.6**	**24.6**
з смородиною, вишнею та огірком свіжим				**24.8**	**24.8**
з смородиною, малиною та огірком свіжим				**24.6**	**24.6**
з персиком, вишнею та огірком солоним				**24.8**	**24.8**
з персиком, малиною та огірком солоним				**24.6**	**24.6**
з смородиною, вишнею та огірком солоним				**24.8**	**24.8**
з смородиною, малиною та огірком солоним				**24.6**	**24.6**
					В
Гарбуз, запечений з яйцем	55	55	73	2.5	2.5
Биточок гречаний	88	88	110	6.8	6.8
Соус сметанний	34	34	58	0.5	0.5
Шарлотка яблучна	72	72	72		
Соус із слив	10	10	42	0.1	0.1
Чай (травяний)	150	150	180		
Всього за вечерю:				**13.9**	**13.9**

ця 2 тиждень									
Хімічний склад									
	Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
іданок:									
3.4	0.1	0.1	0.1	22.0	22.0	27.8	35	35	45
14.1	3.9	3.9	5.0	5.6	5.6	7.4	103	103	134
3.5	1.8	1.8	2.2	19.9	19.9	25.0	108	108	135
6.4	5.0	5.0	5.5	9.5	9.5	10.4	105	105	115
27.4	**10.8**	**10.8**	**12.8**	**57.0**	**57.0**	**70.5**	**350**	**350**	**428**
Обід:									
0.0	1.5	1.5	0.0	0.8	0.8	0.0	17	17	0
0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	0	0	4
0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	0	0	4
	4.9	4.9		13.6	13.6		115	115	
6.7			7.2			18.3			161
21.0	2.0	2.0	2.7	53.6	53.6	68.4	153	153	202
1.9	0.1	0.1	0.1	13.2	19.7	24.7	61	85	107
1.7	0.2	0.2	0.3	12.9	19.4	24.3	58	83	104
1.9	0.2	0.2	0.2	12.6	19.1	23.9	61	85	107

1.7	0.3	0.3	0.4	12.3	18.8	23.5	58	83	104
2.1	2.4	2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
31.9	**11.0**	**11.0**	**12.4**	**91.1**	**97.6**	**122.0**	**417**	**442**	**545**
31.7	**11.1**	**11.1**	**12.6**	**90.8**	**97.3**	**121.6**	**415**	**439**	**542**
32.0	**11.0**	**11.0**	**12.5**	**90.5**	**97.0**	**121.3**	**417**	**442**	**545**
31.7	**11.1**	**11.1**	**12.6**	**90.2**	**96.7**	**120.9**	**415**	**440**	**542**
32.1	**11.0**	**11.0**	**12.4**	**91.1**	**97.6**	**124.4**	**418**	**442**	**554**
31.9	**11.1**	**11.1**	**12.6**	**90.8**	**97.3**	**124.0**	**415**	**440**	**551**
32.2	**11.0**	**11.0**	**12.5**	**90.5**	**97.0**	**123.7**	**418**	**443**	**554**
31.9	**11.1**	**11.1**	**12.6**	**90.2**	**96.7**	**123.3**	**416**	**440**	**551**
ечеря:									
3.3	3.3	3.3	4.4	3.3	3.3	4.5	52	52	69
8.5	4.7	4.7	5.9	25.6	25.6	31.9	173	173	215
0.9	1.8	1.8	3.1	2.0	2.0	3.5	26	26	46
0.3	0.0	0.0	0.0	1.2	1.7	6.6	5	7	27
17.0	**13.1**	**13.1**	**16.7**	**50.3**	**58.3**	**72.2**	**374**	**404**	**504**

Найменування продуктів	Маса нетто			Білки		
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Понеділок 3 тижд						
Сніданок:						
Морква тушкована в сметані	62	65	86	1.1	1.1	1.4
Каша "Янтарна"(із пшона з яблуками)	100	100	125	4.3	4.3	5.3
Соус фруктовий (з вишень морожених)	35	37	48	0.4	0.4	0.5
або соус фруктовий (з малини мороженої)	35	37	48	0.2	0.2	0.2
або соус фруктовий (з абрикосів морожених)	35	37	48	0.4	0.4	0.5
Сік виноградний	120	120	180	0.6	0.6	0.9
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1
Всього за сніданок:						
з соусом фруктовим (з вишень морожених)				**8.4**	**8.4**	**10.2**
з соусом фруктовим (з малини мороженої)				**8.2**	**8.2**	**10.0**
з соусом фруктовим (з абрикосів морожених)				**8.5**	**8.5**	**10.3**
Обід:						
Салат із свіжих огірків	23	23		0.2	0.2	0.0
Огірки свіжі			26	0.0	0.0	0.2
або огірки солоні			26	0.0	0.0	0.2

Суп рисовий з помідорами та сметаною	150/2	150/2	200/8	1.5	1.5	2.2
Рулет рибний	53	53	79	7.9	7.9	11.8
Макарони відварні з сиром твердим	90/7	90/7	113/9	4.9	4.9	6.4
Компот із свіжих фруктів (персиків)	120	120	160	0.5	0.5	0.7
або компот із свіжих фруктів (з яблук)				0.2	0.2	0.3
або компот із свіжих фруктів (з винограду)				0.4	0.4	0.5
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1
Всього за обід:						
з компотом із свіжих фруктів (персиків)				**17.2**	**17.2**	**23.6**
з компотом із свіжих фруктів (яблук)				**16.9**	**16.9**	**23.2**
з компотом із свіжих фруктів (з винограду)				**17.1**	**17.1**	**23.4**
						Вечеря:
Горошок овочевий відварний	58	58	72	3.5	3.5	4.1
Чахохбілі з куркою	32/45	32/45	43/60	10.1	10.1	13.5
Зрази картопляні (з овочами)	80	80	100	2.6	2.6	3.3
Какао	150	150	180	5.2	5.2	6.4
Всього за вечерю:				**21.4**	**21.4**	**27.3**

ень								
Хімічний склад								
Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
3.6	3.6	5.0	6.2	8.7	11.8	58	68	92
4.6	4.6	5.7	18.4	20.9	25.9	132	141	176
0.0	0.0	0.0	4.9	6.9	9.1	22	29	39
0.1	0.1	0.2	4.5	6.5	8.7	19	26	35
0.0	0.0	0.1	4.4	6.4	8.5	18	26	34
0.0	0.0	0.0	17.4	17.4	26.1	71	71	106
2.4	2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
10.6	**10.6**	**13.1**	**56.8**	**63.8**	**82.8**	**354**	**380**	**484**
10.7	**10.7**	**13.2**	**56.5**	**63.4**	**82.4**	**351**	**378**	**480**
10.6	**10.6**	**13.1**	**56.3**	**63.3**	**82.2**	**351**	**377**	**480**
1.5	1.5	0.0	0.7	0.7	0.0	16	16	0
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	0	0	4
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0	0	3

3.1	3.1	5.0	12.1	12.1	16.2	82	82	117
3.6	3.6	4.8	3.1	3.1	4.6	76	76	109
3.8	3.8	5.0	21.7	21.7	27.3	143	143	182
0.1	0.1	0.1	6.2	12.2	16.3	26	49	65
0.2	0.2	0.3	6.2	12.2	16.3	27	50	66
0.1	0.1	0.2	9.4	15.3	20.5	39	62	82
2.4	2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
14.5	**14.5**	**17.3**	**53.7**	**59.7**	**75.7**	**415**	**437**	**551**
14.7	**14.7**	**17.6**	**53.7**	**59.7**	**75.7**	**416**	**438**	**552**
14.6	**14.6**	**17.4**	**57.0**	**62.8**	**79.9**	**428**	**450**	**568**

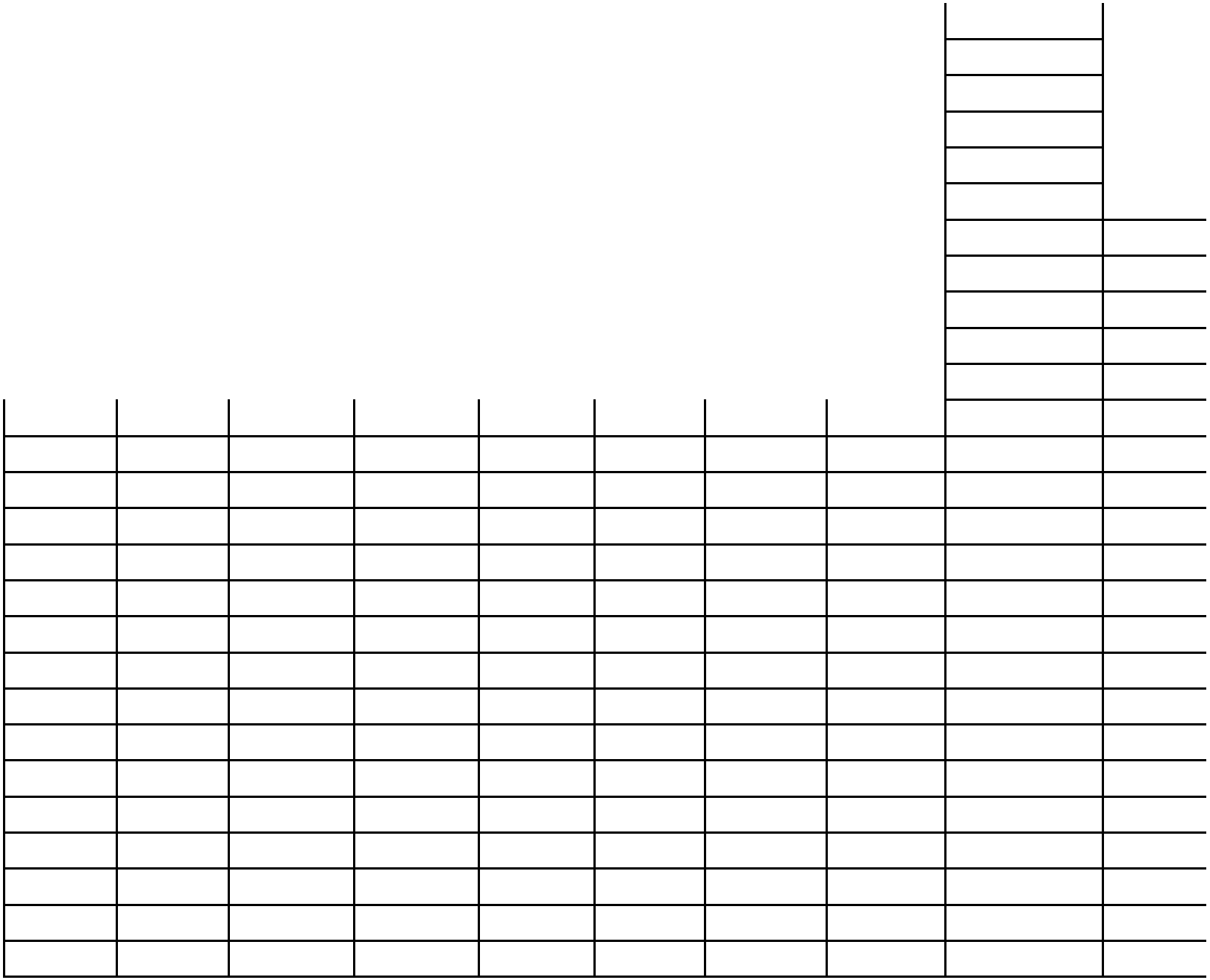
0.9	0.9	0.9	9.7	9.7	11.3	58	58	66
3.3	3.3	4.3	5.2	5.2	7.1	92	92	122
3.3	3.3	4.4	18.7	18.7	23.2	114	114	143
4.5	4.5	5.5	8.4	8.4	10.4	93	93	115
12.0	**12.0**	**15.0**	**42.0**	**42.0**	**51.9**	**356**	**356**	**446**

Вівторок 3 тиждень							
Найменування продуктів	**Маса нетто**						
				Білки			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Салат "Полонинський"	38	38	52	0.5	0.5	0.7	1.5
Суфле з курятини з цвітною капустою	65	65	87	11.0	11.0	14.7	4.9
Каша ячна розсипчаста з цибулею	96	96	120	3.1	3.1	3.9	2.4
Чай (травяний)	150	150	180				
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/11	30/11	30/15	4.6	4.6	5.6	5.6
Всього за сніданок:				**19.2**	**19.2**	**24.8**	**14.4**
Обід:							
Суп-пюре з яйцем та фрикаделькою	150/10	150/10	200/14	5.5	5.5	7.4	3.5
Перець, фарширований курячим м'ясом та рисом	75	75	100	8.4	8.4	11.1	4.1
Бобові (квасоля) в сметанному соусі	91	91	123	7.2	7.2	10.0	3.2
або бобові (сочевиця) в сметанному соусі	91	91	123	7.4	7.4	10.2	2.9
Фрукти свіжі (персики)	60	60	80	0.5	0.5	0.7	0.1

або фрукти свіжі (яблука)	60	60	80	0.2	0.2	0.3	0.2
або фрукти свіжі (виноград)	60	60	80	0.4	0.4	0.5	0.1
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за обід:							
з персиками та квасолею				**23.8**	**23.8**	**31.3**	**13.2**
з персиками та сочевицею				**24.0**	**24.0**	**31.6**	**12.9**
з яблуками та квасолею				**23.5**	**23.5**	**30.9**	**13.4**
з яблуками та сочевицею				**23.7**	**23.7**	**31.2**	**13.1**
з виноградом та квасолею				**23.6**	**23.6**	**31.1**	**13.3**
з виноградом та сочевицею				**23.8**	**23.8**	**31.4**	**13.0**
						Вечеря:	
Гарбуз запечений з фруктами	86	86	115	1.5	1.5	2.0	3.1
Запіканка вермішеливо-сирна	112	116	145	18.7	18.7	23.0	11.6
Сливи тушковані		41	55		0.3	0.4	
Банан свіжий	41			0.6			0.0
Всього за вечерю:				**20.7**	**20.5**	**25.4**	**14.7**

Хімічний склад							
Жири		**Вуглеводи**			**Енергетична цінність**		
Від 3-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
1.5	2.1	1.8	2.3	3.0	22	24	31
4.9	6.7	2.9	2.9	3.8	101	101	136
2.4	3.0	20.8	20.8	26.5	117	117	149
5.6	6.8	9.9	9.9	9.9	111	111	125
14.4	**18.4**	**35.4**	**35.9**	**43.2**	**351**	**353**	**441**
3.5	4.5	13.8	13.8	18.5	109	109	145
4.1	4.9	10.1	10.1	13.4	109	109	141
3.2	4.3	17.9	17.9	24.6	125	125	172
2.9	3.9	17.0	17.0	23.4	132	132	182
0.1	0.1	6.2	6.2	8.3	26	26	34

0.2	0.3	6.2	6.2	8.3	27	27	36
0.1	0.2	9.4	9.4	12.5	39	39	52
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
13.2	**16.3**	**57.9**	**57.9**	**74.7**	**440**	**440**	**563**
12.9	**15.9**	**57.1**	**57.1**	**73.6**	**447**	**447**	**573**
13.4	**16.5**	**57.9**	**57.9**	**74.7**	**441**	**441**	**564**
13.1	**16.1**	**57.1**	**57.1**	**73.6**	**448**	**448**	**574**
13.3	**16.4**	**61.0**	**61.0**	**78.9**	**453**	**453**	**580**
13.0	**16.0**	**60.2**	**60.2**	**77.7**	**460**	**460**	**590**
3.1	4.0	14.0	18.0	24.1	85	101	133
11.6	14.4	11.8	16.3	18.0	230	247	297
0.0	0.0		4.1	5.6		18	24
		8.9			36		
14.7	**18.4**	**34.7**	**38.4**	**47.6**	**352**	**365**	**454**



Середа 3 тиждень							
Найменування продуктів	**Маса нетто**						
				Білки			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Ікра кабачкова	25	25	30	2.3	2.3	2.9	0.1
Омлет з твердим сиром	57	57	57	7.1	7.1	7.1	9.0
Каша в'язка пшенична з морквою	96	100	125	3.7	3.7	4.6	2.6
Компот із свіжих фруктів (з персиків)	120	120	160	0.5	0.5	0.7	0.1
або компот із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0.2	0.2	0.3	0.2
або компот із свіжих фруктів (з винограду)	120	120	160	0.4	0.4	0.5	0.1
Хліб цільнозерновий	30	30		2.1	2.1		2.4
Хліб цільнозерновий з сиром твердим			30/4			3.0	
Всього за сніданок:							
з компотом із свіжих фруктів (з персиків)				**15.7**	**15.7**	**18.3**	**14.1**
з компотом із свіжих фруктів (з яблук)				**15.4**	**15.4**	**17.9**	**14.3**
з компотом із свіжих фруктів (з винограду)				**15.6**	**15.6**	**18.1**	**14.2**

						Обід:	
Салат із капусти з зеленим горошком	45	45	60	3.0	3.0	3.8	0.0
Суп гороховий з грінками	150/20	150/20	200/20	5.8	5.8	7.0	4.2
Вареники з курячим м'ясом	81	81	108	12.8	12.8	16.9	4.5
Сік абрикосовий	120	120	180	0.6	0.6	0.9	0.1
Всього за обід:				**22.1**	**22.1**	**28.6**	**8.9**
						Вечеря:	
Буряк тушкований з яблуком			35			0.6	
Кнелі із курятини з рисом в сметанно-томатному соусі	47/32	47/32	63/56	10.3	10.3	14.1	4.7
Запіканка овочева	117	117	117	6.6	6.6	6.6	6.9
Фрукти свіжі (банани)	60	60	80	0.9	0.9	1.2	0.1
Фрукти свіжі (виноград)	60	60	80	0.4	0.4	0.5	0.1
Всього за вечерю:							
з бананом свіжим				**17.9**	**17.9**	**22.5**	**11.7**
з виноградом свіжим				**17.3**	**17.3**	**21.7**	**11.7**

Хімічний склад							
Жири		Вуглеводи			Енергетична цінність		
Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
0.1	0.1	20.1	20.1	25.1	28	28	35
9.0	9.0	0.9	0.9	0.9	113	113	113
2.6	3.2	18.6	22.6	28.2	113	128	159
0.1	0.1	6.2	12.2	16.3	26	49	65
0.2	0.3	6.2	12.2	16.3	27	50	66
0.1	0.2	9.4	15.3	20.5	39	62	82
2.4		9.9	9.9		71	71	
	3.6			9.9			86
14.1	**16.0**	**55.8**	**65.8**	**80.5**	**350**	**388**	**457**
14.3	**16.2**	**55.8**	**65.8**	**80.5**	**352**	**390**	**459**
14.2	**16.1**	**59.0**	**68.9**	**84.6**	**364**	**402**	**475**

0.0	0.1	20.9	20.9	26.4	41	41	51
4.2	4.8	23.6	23.6	28.1	156	156	184
4.5	5.6	16.7	16.7	22.1	161	161	211
0.1	0.2	14.8	14.8	22.1	66	66	99
8.9	**10.7**	**75.9**	**75.9**	**98.8**	**425**	**425**	**545**
	1.0			4.6			28
4.7	6.8	6.0	6.0	9.1	110	110	157
6.9	6.9	29.5	29.5	29.5	204	204	204
0.1	0.1	13.1	13.1	17.4	53	53	71
0.1	0.2	9.4	9.4	12.5	39	39	52
11.7	**14.8**	**48.6**	**48.6**	**60.7**	**368**	**368**	**461**
11.7	**14.9**	**44.8**	**44.8**	**55.7**	**353**	**353**	**442**

Четвер 3 тиждень							
Найменування продуктів	**Маса нетто**						
				Білки			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Баклажани тушковані з помідорами	60	60	78	3.0	3.0	3.8	1.2
Кури з яблуками в сметані	60	60	80	9.6	9.6	12.8	3.7
Каша гречана в'язка	90	90	113	2.8	2.8	3.5	2.2
Компот із плодів сушених (кураги)	140	140	160	0.9	0.9	1.0	0.0
Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/4	30/4	30/6	3.0	3.0	3.5	3.6
Всього за сніданок:				**19.4**	**19.4**	**24.7**	**10.6**
Обід:							
Борщ по-бахмацьки зі свіжою капустою	150	150		2.4	2.4		3.2
Борщ по-бахмацьки зі свіжою капустою та сметаною			200/5			3.3	
або борщ по-бахмацьки з капустою квашеною та сметаною			200/5			3.3	
Суфле м'ясне (зі свинини) з овочами	30	30	40	7.4	7.4	9.9	14.7
Каша перлова в'язка	82	82	103	1.7	1.7	2.1	1.6
Кисіль із апельсинів	150	158	180	0.4	0.4	0.4	0.1
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за обід:							

з борщем по-бахмацьки зі свіжою капустою				**14.0**	**14.0**	**17.8**	**22.0**
або з борщем по-бахмацьки з квашною капустою						**17.8**	
						Вечеря:	
Каша гарбузова	70	70	90	1.6	1.6	2.0	1.6
Зрази з сиру кисломолочного з курагою або чорносливом	90	95	120	14.8	14.8	18.3	8.9
або зрази з сиру кисломолочного з чорносливом	90	95	120	14.2	14.2	17.6	8.9
Соус сметанний			20			0.3	
Фрукти свіжі (сливи)	60	60	80	0.5	0.5	0.6	0.0
або фрукти свіжі (груші)	60	60	80	0.2	0.2	0.3	0.2
або фрукти свіжі (апельсини)	60	60	80	0.5	0.5	0.7	0.1
Всього за вечерю:							
з сливами свіжими та зразами з сиру кисломолочного з курагою				**16.8**	**16.8**	**21.2**	**10.5**
з грушами свіжими та зразами з сиру кисломолочного з курагою				**16.6**	**16.6**	**20.9**	**10.7**
з апельсинами свіжими та зразами з сиру кисломолочного з курагою				**16.9**	**16.9**	**21.3**	**10.6**
з сливами свіжими та зразами з сиру кисломолочного з чорносливом				**16.2**	**16.2**	**20.5**	**10.5**
з грушами свіжими та зразами з сиру кисломолочного з чорносливом				**16.0**	**16.0**	**20.2**	**10.7**

з апельсинами свіжими та зразами з сиру кисломолочного з чорносливомм				**16.3**	**16.3**	**20.6**	**10.6**

Хімічний склад							
Жири		**Вуглеводи**			**Енергетична цінність**		
Від 3-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
1.2	1.5	22.9	22.9	28.8	54	54	68
3.7	5.1	2.7	2.7	3.7	84	84	114
2.2	2.7	13.9	13.9	17.4	87	87	109
0.0	0.0	10.2	17.2	19.6	41	67	77
3.6	4.1	9.9	9.9	9.9	86	86	93
10.6	**13.4**	**59.6**	**66.6**	**79.5**	**351**	**377**	**460**
3.2		14.5	14.5		94	94	
	4.9			19.4			131
	4.8			18.9			129
14.7	19.4	1.1	1.1	1.5	165	165	219
1.6	2.1	12.2	12.2	15.2	71	71	89
0.1	0.1	9.6	17.5	19.5	40	70	78
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71

22.0	**28.8**	**47.3**	**55.3**	**65.6**	**441**	**471**	**588**
	28.8			**65.0**			**586**
1.6	2.0	9.4	12.4	15.5	58	69	87
8.9	11.1	33.3	38.3	48.1	270	289	361
8.9	11.1	33.7	38.7	48.6	272	291	363
	1.1			1.2			16
0.0	0.0	6.1	6.1	8.1	26	26	34
0.2	0.2	6.1	6.1	8.1	25	25	34
0.1	0.2	5.7	5.7	7.6	24	24	32
10.5	**14.1**	**48.7**	**56.7**	**72.9**	**354**	**384**	**498**
10.7	**14.4**	**48.7**	**56.7**	**72.9**	**353**	**383**	**497**
10.6	**14.3**	**48.4**	**56.4**	**72.4**	**352**	**382**	**495**
10.5	**14.1**	**49.1**	**57.1**	**73.3**	**355**	**386**	**500**
10.7	**14.4**	**49.1**	**57.1**	**73.3**	**355**	**385**	**499**

10.6	**14.3**	**48.7**	**56.7**	**72.9**	**353**	**384**	**497**

П'ятниця 3 тиж						
Найменування продуктів	**Маса нетто**			**Білки**		
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:						
Капуста цвітна підсмажена в яйці	46	46	58	4.1	4.1	5.1
або капуста білокачанна підсмажена в яйці	38	38	48	3.8	3.8	4.7
Котлета рибна любительська	59	59	88	10.2	10.2	14.7
Каша кукурудзяна розсипчаста	90	90	113	2.5	2.5	3.1
Кефір	90	90	125	2.7	2.7	3.8
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1
Всього за сніданок:						
з капустою цвітною підсмаженою в яйці				**21.5**	**21.5**	**28.8**
з капустою білокачанною підсмаженою в яйці				**21.2**	**21.2**	**28.4**
Обід:						
Томат свіжий	17	17	26	0.2	0.2	0.3
або томат солоний			26			0.3
Суп польовий із сметаною	150/4	150/4	200/5	1.6	1.6	2.1
Гречаник м'ясний з яловичини	54	54	72	12.9	12.9	16.9
Бобові з цибулею (сочевиця)	88	88	114	8.5	8.5	10.6

або бобові з цибулею (горох лущений)	88	88	114	9.0	9.0	11.2
Фрукти свіжі (персики)	60	60	80	0.5	0.5	0.7
або фрукти свіжі (яблука)	60	60	80	0.2	0.2	0.3
або фрукти свіжі (виноград)	60	60	80	0.4	0.4	0.5
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1
Всього за обід:						
з сочевицею, томатами свіжими та персиками				**25.8**	**25.8**	**32.7**
з сочевицею, томатами свіжими та яблуками				**25.5**	**25.5**	**32.3**
з сочевицею, томатами свіжими та виноградом				**25.6**	**25.6**	**32.5**
з горохом лущеним, томатами свіжими та персиками				**26.3**	**26.3**	**33.4**
з горохом лущеним, томатами свіжими та яблуками				**26.0**	**26.0**	**33.0**
з горохом лущеним, томатами свіжими та виноградом				**26.1**	**26.1**	**33.2**
з сочевицею, томатами солоними та персиком						**32.7**
з сочевицею, томатами солоними та яблуками						**32.3**
з сочевицею, томатами солоними та виноградом						**32.5**
з горохом лущеним, томатами солоними та персиком						**33.4**

з горохом лущеним, томатами солоними та яблуками						**33.0**
з горохом лущеним, томатами солоними та виноградом						**33.2**
						Вечеря:
Пюре бурякове	55	55	73	2.9	2.9	3.7
Яєчна кашка	52			5.1		
Яйце варене		40	40		5.1	5.1
Запіканка рисова зі свіжими плодами (з грушами)	86	90	113	2.6	2.6	3.2
або запіканка рисова зі свіжими плодами (з сливами)	86	90	113	2.6	2.6	3.3
Соус яблучний	48	51	69	0.2	0.2	0.3
Какао	150	150	180	4.0	4.0	5.3
Всього за вечерю:						
з грушами та буряком				**9.6**	**14.7**	**17.6**
з сливами та буряком				**9.7**	**14.7**	**17.6**

кдень								
Хімічний склад								
Жири			**Вуглеводи**			**Енергетична цінність**		
Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
1.0	1.0	1.3	20.3	20.3	25.5	39	39	50
1.0	1.0	1.2	20.5	20.5	25.6	38	38	48
1.8	1.8	2.6	21.8	21.8	28.2	81	81	116
1.8	1.8	2.3	21.4	21.4	26.8	113	113	141
2.3	2.3	3.1	3.2	3.2	4.4	53	53	74
2.4	2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
9.3	**9.3**	**11.7**	**76.6**	**76.6**	**94.8**	**357**	**357**	**452**
9.2	**9.2**	**11.6**	**76.7**	**76.7**	**95.0**	**356**	**356**	**451**
0.0	0.0	0.1	0.8	0.8	1.2	4	4	6
		0.0			0.6			4
2.6	2.6	3.3	10.7	10.7	14.2	72	72	94
3.4	3.4	4.5	24.8	24.8	31.4	105	105	138
2.9	2.9	3.5	19.6	19.6	24.4	148	148	183

3.1	3.1	3.8	21.1	21.1	26.3	148	148	183
0.1	0.1	0.1	6.2	6.2	8.3	26	26	34
0.2	0.2	0.3	6.2	6.2	8.3	27	27	36
0.1	0.1	0.2	9.4	9.4	12.5	39	39	52
2.4	2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
11.4	**11.4**	**13.8**	**72.0**	**72.0**	**89.4**	**426**	**426**	**527**
11.6	**11.6**	**14.1**	**72.0**	**72.0**	**89.4**	**428**	**428**	**529**
11.5	**11.5**	**13.9**	**75.1**	**75.1**	**93.6**	**440**	**440**	**545**
11.6	**11.6**	**14.1**	**73.5**	**73.5**	**91.3**	**426**	**426**	**527**
11.8	**11.8**	**14.3**	**73.5**	**73.5**	**91.3**	**428**	**428**	**529**
11.7	**11.7**	**14.1**	**76.6**	**76.6**	**95.5**	**440**	**440**	**545**
		13.8			**88.9**			**525**
		14.0			**88.9**			**527**
		13.9			**93.0**			**543**
		14.0			**90.7**			**525**

		14.3			**90.7**			**527**
		14.1			**94.9**			**543**
0.1	0.1	0.1	24.0	25.0	31.5	52	56	73
7.6			0.3			90		
	4.6	4.6		0.3	0.3		63	63
2.8	2.8	3.5	17.8	21.8	27.3	107	122	153
2.7	2.7	3.4	17.8	21.8	27.3	107	122	153
0.2	0.2	0.3	7.5	10.5	14.0	32	43	58
3.4	3.4	4.5	6.3	6.3	8.6	70	70	95
6.4	**11.0**	**12.9**	**55.6**	**63.9**	**81.6**	**351**	**355**	**442**
6.3	**10.9**	**12.9**	**55.6**	**63.9**	**81.6**	**351**	**355**	**442**

Понеділок 4 ти						
Найменування продуктів	**Маса нетто**			**Білки**		
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
Сніданок:						
Котлета морквяна під сметанним соусом	50/36	50/36	70/50	2	2	3
Каша боярська (із пшона з родзинками)	95	100	114	6	6	6
Соус із сухофруктів (чорносливу)	42	44	50	0	0	1
Фрукти свіжі (сливи)	62	62	87	0	0	1
або фрукти свіжі (груші)	62	62	87	0	0	0
або фрукти свіжі (апельсини)	62	62	87	1	1	1
Всього за сніданок:						
з сливами свіжими				**9**	**9**	**11**
з грушами свіжими				**9**	**9**	**11**
з апельсинами свіжими				**9**	**9**	**11**
Обід:						
Салат із свіжих томатів	25	25		0.3	0.3	
Томати свіжі			30			0.3
або томати солоні			30			0.3
Суп селянський з перловою крупою та сметаною	150/6	150/6	200/8	1.5	1.5	2.0
Шніцель рибний натуральний	47	47	70	9.8	9.8	14.1
Каша гречана розсипчаста	90	90	113	4.6	4.6	5.8
Компот із свіжих фруктів (з персиків)	120	120	160	0.5	0.5	0.7

або компот із свіжих фруктів (з яблук)	120	120	160	0.2	0.2	0.3
або компот із свіжих фруктів (з винограду)	120	120	160	0.4	0.4	0.5
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1
Всього за обід:						
з компотом із свіжих фруктів (з персиків) та салатом із свіжих томатів				**18.8**	**18.8**	
з компотом із свіжих фруктів (з персиків) та свіжими томатами						**25.1**
з компотом із свіжих фруктів (з персиків) та солоними томатами						**25.1**
з компотом із свіжих фруктів (з яблук) та салатом із свіжих томатів				**18.5**	**18.5**	
з компотом із свіжих фруктів (з яблук) та свіжими томатами						**24.7**
з компотом із свіжих фруктів (з яблук) та солоними томатами						**24.7**
з компотом із свіжих фруктів (з винограду) та салатом із свіжих томатів				**18.6**	**18.6**	
з компотом із свіжих фруктів (з виноградом) та свіжими томатами						**24.9**
з компотом із свіжих фруктів (з виноградом) та солоними томатами						**24.9**
						Вечеря:
Кабачок, фарширований овочами та соусом сметанним з томатом	45/17	45/17	60/22	1.4	1.4	1.9

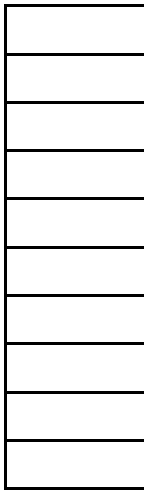
Котлета натуральна з філе курки панірована в сухарях	48	48	65	10.7	10.7	14.1
Картопляне пюре	91	91	114	2.0	2.0	2.5
Какао	150	150	180	2.6	2.6	3.1
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1
Всього за вечерю:				**18.7**	**18.7**	**23.8**

ждень								
Хімічний склад								
Жири			Вуглеводи			Енергетична цінність		
Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
7	7	8	14	14	19	121	121	161
5	5	6	19	24	28	144	163	188
0	0	0	15	18	19	61	71	78
0	0	0	6	6	9	27	27	37
0	0	0	6	6	9	26	26	37
0	0	0	6	6	8	25	25	35
11	**11**	**14**	**54**	**62**	**75**	**352**	**381**	**465**
12	**12**	**14**	**54**	**62**	**75**	**352**	**380**	**464**
12	**12**	**14**	**54**	**61**	**74**	**351**	**379**	**462**
2.5	2.5		1.1	1.1		28	28	
		0.1			1.4			7
		0.0			0.7			5
3.4	3.4	4.4	8.9	8.9	11.9	71	71	94
1.2	1.2	1.8	23.3	23.3	30.4	85	85	121
2.7	2.7	3.3	23.1	23.1	29.1	135	135	171
0.1	0.1	0.1	6.2	12.2	16.3	26	49	65

0.2	0.2	0.3	6.2	12.2	16.3	27	50	66
0.1	0.1	0.2	9.4	15.3	20.5	39	62	82
2.4	2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
12.3	**12.3**		**72.6**	**78.6**		**417**	**440**	
		12.1			**99.0**			**528**
		12.0			**98.4**			**526**
12.5	**12.5**		**72.6**	**78.6**		**418**	**441**	
		12.3			**99.0**			**530**
		12.3			**98.4**			**528**
12.3	**12.3**		**75.7**	**81.7**		**430**	**453**	
		12.1			**103.2**			**546**
		12.1			**102.5**			**544**

3.4	3.4	4.4	5.9	5.9	7.8	57	57	76

4.0	4.0	5.1	4.1	4.1	5.3	97	97	126
2.1	2.1	2.7	14.5	14.5	18.2	85	85	106
2.2	2.2	2.7	4.2	4.2	5.1	47	47	56
2.4	2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
14.1	**14.1**	**17.2**	**38.6**	**38.6**	**46.3**	**356**	**356**	**435**



Вівторок 4 тиждень								
Найменування продуктів	**Маса нетто**			**Білки**			**Жири**	
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**
Сніданок:								
Ікра овочева збірна	45	45	60	0.7	0.7	0.9	2.1	2.1
Пудинг із курятини	60	60	80	10.9	10.9	14.5	4.4	4.4
Каша кукурудзяна з сиром твердим	87	87	115	4.1	4.1	5.3	4.6	4.6
Сік яблучний	110	110	190	0.4	0.4	0.8	0.0	0.0
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4	2.4
Всього за сніданок:				**18.2**	**18.2**	**23.6**	**13.6**	**13.6**
Обід:								
Борщ чернігівський	150	150	200	1.9	1.9	2.6	2.2	2.2
Філе курки запечене під сиром твердим	55	55	73	11.2	11.2	14.9	7.1	7.1
Пюре з бобових (з гороху) з вершковим маслом	90	90	103	9.5	9.5	10.9	1.9	1.9
або пюре з бобових (з сочевиці) з вершковим маслом				10.1	10.1	11.6	2.2	2.2
Компот із апельсинів	140	148	180	0.3	0.3	0.4	0.1	0.1
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4	2.4
Всього за обід:								
з сочевицею				**25.1**	**25.1**	**31.0**	**13.8**	**13.8**
з горохом лущним				**25.7**	**25.7**	**31.7**	**14.0**	**14.0**
Вечеря:								

Каша рисова з гарбузом	149	152	203	4.9	4.9	6.5	4.7	4.7
Вареники ліниві з фруктовим соусом (малиновим або вишневим або абрикосовим)	62/40	65/42	82/57	10.6	10.6	13.5	5.2	5.2
Чай (травяний) з лимоном	150	150	180	0.1	0.1	0.1	0.0	0.0
Всього за вечерю:				**15.5**	**15.5**	**20.1**	**9.9**	**9.9**

Хімічний склад						
	Вуглеводи			Енергетична цінність		
Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
2.7	3.9	3.9	5.3	35	35	46
5.7	3.1	3.1	4.1	98	98	129
5.8	15.6	15.6	21.0	122	122	159
0.0	11.3	11.3	19.6	46	46	80
2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
16.6	**43.8**	**43.8**	**59.8**	**372**	**372**	**485**
2.8	9.6	9.6	12.8	63	63	83
9.3	1.9	2.3	3.5	118	120	160
2.4	21.1	21.1	24.3	151	151	175
2.6	22.9	22.9	26.2	151	151	175
0.1	3.5	11.0	13.3	15	43	52
2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
17.0	**46.0**	**54.0**	**63.7**	**419**	**449**	**542**
17.3	**47.7**	**55.7**	**65.7**	**419**	**449**	**542**

5.8	29.0	31.5	41.7	178	188	245
6.6	21.5	27.0	35.2	175	196	252
0.0	0.4	0.4	0.5	3	3	4
12.4	**50.9**	**58.9**	**77.4**	**357**	**387**	**501**

Середа 4 тиждень							
Найменування продуктів	**Маса нетто**						
				Білки			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Салат із свіжих огірків	54	54	82	0.4	0.4	0.6	2.0
або салат із солоних огірків з цибулею			76			0.7	
Тюфтелька рибна в сметанно-томатному соусі	60/30	60/30	90/45	8.7	8.7	13.1	6.2
Каша ячна розсипчаста	90	90	108	3.0	3.0	3.6	1.8
Хліб цільнозерновий	30	30		2.1	2.1		2.4
Хліб цільнозерновий з сиром твердим			30/3			2.8	
Фрукти свіжі (сливи свіжі)	60	60	80	0.5	0.5	0.6	0.0
або фрукти свіжі (груші свіжі)	60	60	80	0.2	0.2	0.3	0.2
або фрукти свіжі (апельсини)	60	60	80	0.5	0.5	0.7	0.1
Всього за сніданок:							
з сливами свіжими та салатом із оргірків свіжих				**14.6**	**14.6**	**20.7**	**12.5**
з грушами свіжими та салатом із оргірків свіжих				**14.4**	**14.4**	**20.3**	**12.7**
з апельсинами свіжими та салатом із оргірків свіжих				**14.7**	**14.7**	**20.7**	**12.6**
з сливами свіжими та салатом із оргірків квашених						**20.7**	

з грушами свіжими та салатом із оргірків квашених						**20.4**	
з апельсинами свіжими та салатом із оргірків квашених						**20.8**	
						Обід:	
Салат з зеленого горошку з цибулею	77	77	88	3.8	3.8	4.3	1.6
Суп картопляний з макаронними виробами	150	150	200	1.7	1.7	2.3	1.3
Рагу із курятини	32/102	32/102	43/136	11.2	11.2	14.9	5.1
Компот із свіжих фруктів (з персиків)		134	182		0.6	0.8	
або компот із свіжих фруктів (яблук)		134	182		0.3	0.4	
або компот із свіжих фруктів (винограду)		134	182		0.4	0.6	
Фрукти свіжі (банани)	67			1.0			0.1
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за обід:							
з персиком свіжим					**19.4**	**24.5**	
з яблуком свіжим					**19.1**	**23.4**	
з виноградом					**19.2**	**24.2**	
з бананом				**19.8**			**10.6**
						Вечеря:	
Морква припущена з родзинками	57	58	85	0.8	0.8	1.2	0.8
Яєчний рулет з фаршем	100	100	100	7.8	7.8	7.8	8.3
Биточки пшоняні з соусом із сухофруктів (яблук сушених)	58/44	60/44	88/62	2.9	2.9	4.3	2.8

Молоко кип'ячене	100	100	160	2.8	2.8	4.5	2.5
Всього за вечерю:				**14.3**	**14.3**	**17.7**	**14.5**

Хімічний склад							
Жири		**Вуглеводи**			**Енергетична цінність**		
Від 3-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
2.0	2.6	1.6	2.1	3.0	25	27	35
	2.1			2.6			31
6.2	8.8	9.5	9.5	14.6	129	129	190
1.8	2.3	20.0	20.0	24.1	109	109	132
2.4		9.9	9.9		71	71	
	3.3			9.9			82
0.0	0.0	6.1	6.1	8.1	26	26	34
0.2	0.2	6.1	6.1	8.1	25	25	34
0.1	0.2	5.7	5.7	7.6	24	24	32
12.5	**17.0**	**47.0**	**47.5**	**59.6**	**359**	**361**	**473**
12.7	**17.2**	**47.0**	**47.5**	**59.6**	**359**	**360**	**472**
12.6	**17.1**	**46.7**	**47.2**	**59.1**	**357**	**359**	**470**
	16.5			**59.2**			**469**

	16.7			**59.2**			**468**
	16.6			**58.7**			**467**
1.6	1.7	11.4	11.4	12.9	72	72	80
1.3	1.8	13.1	13.1	17.4	71	71	94
5.1	6.7	15.1	15.1	20.1	152	152	201
0.1	0.1		13.0	17.6		52	70
0.3	0.4		13.0	17.6		53	72
0.1	0.2		16.4	22.3		66	90
		14.6			60		
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
10.6	**12.6**		**62.4**	**77.9**		**417**	**516**
10.8	**12.4**		**62.4**	**73.6**		**418**	**518**
10.7	**12.7**		**65.8**	**82.7**		**432**	**536**
		64.0			**425**		
0.8	1.2	6.9	7.9	11.4	34	38	55
8.3	8.3	13.6	13.6	13.6	161	161	161
2.8	4.2	24.2	26.7	38.7	133	142	208

2.5	4.0	4.7	4.7	7.6	52	52	83
14.5	**17.7**	**49.4**	**52.9**	**71.2**	**380**	**393**	**507**

Четвер 4 тиждень							
Найменування продуктів	**Маса нетто**						
				Білки			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Пудинг із цвітної капусти	61	61	83	2.6	2.6	3.5	2.7
Курка по-італійськи (підлива)	36/10	36/10	48/12	9.7	9.7	12.9	3.3
Каша пшенична розсипчаста з цибулею	90	90	113	3.7	3.7	4.7	2.4
Компот із суміші сухофруктів	100	100	100	0.2	0.2	0.2	0.0
Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/8	30/8	30/12	3.9	3.9	4.9	4.7
Всього за сніданок:				**20.1**	**20.1**	**26.2**	**13.1**
Обід:							
Буряк тушкований з чорносливом	34	35	47	0.7	0.7	0.9	1.5
Суп із сочевиці з м'ясною фрикаделькою	150/11	150/11	200/17	8.2	8.2	11.4	2.7
Макаронник з м'ясом яловичини	94	94	118	10.4	10.4	13.0	4.0
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Фрукти свіжі (сливи)	60	60	80	0.5	0.5	0.6	0.0
або фрукти свіжі (груші)	60	60	80	0.2	0.2	0.3	0.2
або фрукти свіжі (апельсини)	60	60	80	0.5	0.5	0.7	0.1
Всього за обід:							
зі сливами свіжими				**21.8**	**21.8**	**28.0**	**10.7**
з грушами свіжими				**21.5**	**21.5**	**27.7**	**10.8**
з апельсинами свіжими				**21.8**	**21.8**	**28.1**	**10.8**

						Вечеря:	
Гарбуз запечений з яблуками	48	48	67	0.4	0.4	0.6	3.1
Пудинг сирно-морквяний	128	135	169	16.8	16.8	21.0	10.3
Соус фруктовий (з вишень заморожених)	26	27	35	0.3	0.3	0.3	0.0
або соус фруктовий (з малини замороженої)	26	27	35	0.1	0.1	0.2	0.1
або соус фруктовий (з абрикосів заморожених)	26	27	35	0.3	0.3	0.4	0.0
Сік персиковий	130	130	170	0.1	0.1	0.2	0.0
Всього за вечерю:							
з соусом фруктовим (з вишень заморожених)				**17.6**	**17.6**	**22.1**	**13.5**
з соусом фруктовим (з малини замороженої)				**17.5**	**17.5**	**22.0**	**13.6**
з соусом фруктовим (з абрикосів заморожених)				**17.6**	**17.6**	**22.2**	**13.5**

Хімічний склад							
Жири		Вуглеводи			Енергетична цінність		
Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років	Від 1-3 років	Від 3-4 років	Від 4-6 (7) років
2.7	3.5	4.8	4.8	6.8	52	52	70
3.3	4.3	1.8	3.2	4.3	78	83	109
2.4	3.0	23.5	23.5	29.6	132	132	166
0.0	0.0	5.5	10.5	10.5	20	39	39
4.7	5.9	9.9	9.9	9.9	100	100	114
13.1	**16.7**	**45.5**	**52.0**	**61.0**	**381**	**406**	**498**
1.5	2.0	6.9	7.9	10.9	42	46	62
2.7	4.0	13.0	13.0	17.4	115	115	159
4.0	5.3	22.4	22.4	28.2	168	168	214
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
0.0	0.0	6.1	6.1	8.1	26	26	34
0.2	0.2	6.1	6.1	8.1	25	25	34
0.1	0.2	5.7	5.7	7.6	24	24	32
10.7	**13.7**	**58.3**	**59.3**	**74.4**	**422.0**	**425.8**	**540.4**
10.8	**14.0**	**58.3**	**59.3**	**74.4**	**421.4**	**425.2**	**539.6**
10.8	**13.9**	**57.9**	**58.9**	**74.0**	**420.2**	**424.0**	**538.0**

3.1	4.2	4.6	4.6	6.5	48	48	65
10.3	13.0	11.9	18.9	23.9	209	236	296
0.0	0.0	3.6	5.1	6.5	16	22	28
0.1	0.1	3.3	4.8	6.2	14	20	25
0.0	0.0	3.2	4.7	6.1	14	19	25
0.0	0.0	20.7	20.7	27.0	88	88	116
13.5	**17.2**	**40.8**	**49.3**	**63.9**	**361**	**393**	**505**
13.6	**17.3**	**40.5**	**49.0**	**63.7**	**359**	**391**	**502**
13.5	**17.2**	**40.4**	**48.9**	**63.5**	**359**	**391**	**502**

П'ятниця 4 тиждень							
Найменування продуктів	**Маса нетто**						
				Білки			
	Від 1-3 років	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**
Сніданок:							
Салат з варених овочів	38	38	51	0.7	0.7	1.0	2.1
Яєчня з помідорами	75	75	75	5.6	5.6	5.6	6.7
Каша вівсяна в'язка	82	82	103	2.2	2.2	2.8	2.7
Какао	150	150	180	5.2	5.2	6.4	4.5
Хліб цільнозерновий	30	30		2.1	2.1		2.4
Хліб цільнозерновий з сиром твердим			30/6			3.5	
Всього за сніданок:				**15.8**	**15.8**	**19.2**	**18.3**
Обід:							
Борщ полтавський з галушками і сметаною	150/6	150/6	200/8	2.6	2.6	3.4	3.6
Болоньєзе (зі свинини)	65	65	87	7.0	7.0	9.3	14.2
Каша перлова в'язка	82	82	103	1.7	1.7	2.1	1.6
Фрукти свіжі (персики)	60	60	80	0.5	0.5	0.7	0.1
або фрукти свіжі (яблука)	60	60	80	0.2	0.2	0.3	0.2
або фрукти свіжі (виноград)	60	60	80	0.4	0.4	0.5	0.1
Хліб цільнозерновий	30	30	30	2.1	2.1	2.1	2.4
Всього за обід:							
з персиками свіжими				**13.9**	**13.9**	**17.6**	**22.0**
з яблуками свіжими				**13.6**	**13.6**	**17.2**	**22.2**
з виноградом				**13.7**	**13.7**	**17.4**	**22.0**

						Вечеря	
Перець солодкий підсмажений	32	32	44	1.9	1.9	2.6	2.0
Зрази з курятини з омлетом та овочами в см	67/26	67/26	90/44	11.9	11.9	16.1	8.3
Товчанка	114	114	114	5.7	5.7	5.7	3.1
Фрукти свіжі (сливи)	60	60	80	0.5	0.5	0.6	0.0
або фрукти свіжі (груші)	60	60	80	0.2	0.2	0.3	0.2
або фрукти свіжі (апельсини)	60	60	80	0.5	0.5	0.7	0.1
або кавуни	60	60	80	0.4	0.4	0.5	0.1
Всього за вечерю:							
з сливами свіжими				**20.0**	**20.0**	**25.1**	**13.4**
з грушами свіжими				**19.8**	**19.8**	**24.8**	**13.6**
з апельсинами свіжими				**20.1**	**20.1**	**25.2**	**13.5**
з кавунами				**19.9**	**19.9**	**25.0**	**13.5**

Хімічний склад							
Жири		**Вуглеводи**			**Енергетична цінність**		
Від 3-4 років	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**	**Від 1-3 років**	**Від 3-4 років**	**Від 4-6 (7) років**
2.1	2.6	4.2	4.2	5.7	38	38	49
6.7	6.7	2.3	2.3	2.3	91	91	91
2.7	3.3	10.5	10.5	13.2	74	74	92
4.5	5.5	8.4	8.4	10.4	93	93	115
2.4		9.9	9.9		71	71	
	4.1			9.9			93
18.3	**22.2**	**35.4**	**35.4**	**41.4**	**367**	**367**	**440**
3.6	4.7	14.8	16.3	21.6	101	106	140
14.2	18.8	1.3	3.2	4.2	161	168	222
1.6	2.1	12.2	12.2	15.2	71	71	89
0.1	0.1	6.2	6.2	8.3	26	26	34
0.2	0.3	6.2	6.2	8.3	27	27	36
0.1	0.2	9.4	9.4	12.5	39	39	52
2.4	2.4	9.9	9.9	9.9	71	71	71
22.0	**28.0**	**44.4**	**47.9**	**59.3**	**429**	**442**	**556**
22.2	**28.3**	**44.4**	**47.9**	**59.3**	**430**	**443**	**558**
22.0	**28.1**	**47.5**	**51.0**	**63.4**	**442**	**455**	**574**

2.0	2.5	7.8	7.8	10.7	55	55	74
8.3	12.1	6.9	6.9	9.7	152	152	215
3.1	3.1	22.6	22.6	22.6	139	139	139
0.0	0.0	6.1	6.1	8.1	26	26	34
0.2	0.2	6.1	6.1	8.1	25	25	34
0.1	0.2	5.7	5.7	7.6	24	24	32
0.1	0.1	4.0	4.0	5.0	17	17	23
13.4	**17.8**	**43.3**	**43.3**	**51.1**	**371**	**371**	**462**
13.6	**18.0**	**43.3**	**43.3**	**51.1**	**371**	**371**	**461**
13.5	**17.9**	**43.0**	**43.0**	**50.6**	**370**	**370**	**459**
13.5	**17.9**	**41.3**	**41.3**	**48.0**	**363**	**363**	**450**