

Алгоритм виконання норм харчування ЗДО по меню на лістопад період жнів 2024р.

3 тиждень Найменування продуктів	Норма		Понеділок			Вівторок			Середа			Четвер			Пятниця			Всього за тиждень	Кількість порцій за тиждень	
	Кількість порцій в тиждень	Об'єм порції	Сніданок	Обід	Вечеря	Сніданок	Обід	Вечеря	Сніданок	Обід	Вечеря	Сніданок	Обід	Вечеря	Сніданок	Обід	Вечеря			
Овочі різні	15	60	60	60	60	60	50	50	50	60	55	60	65	60	60	62	55	809	15	
	15	80	80	80	80	80	70	70	70	80	66	80	77	77	80	83	75	1148	15	
Фрукти, ягоди	10	60		60	60		60	60	60	60		60	60		40		60	580	10	
	10	80		80	80		80	80	80	80		80	80		40		80	760	10	
Крупи, борошно, макаронні вироби	15	80	100	100	90	100	80	66		90	90	80	80	80	80		90	1046	13	
	15	100	120	120	120	120	100	90		100	110	100	180	100	100		110	1390	13	
Молочні продукти	Молоко 2,5%	10 (по 1на сніданок та вечерю)	150	20		150			40	157		150			50	164		5	736	8
			200	36		200			50	179		200			60	792		10	926	8
	Йогурт, кефір 2,5%	100	125																	
			100																	
	Сир кисломолочний	100	125						80						40				120	2
			125						100						50				150	2
	Сир твердий	10 (по 1на сніданок та вечерю)	10	4			4								5				9	3
			15	5			8								7				20	3
	Сметана	2 рази в тиждень (в обід)	15	4			10								10		5		29	4
			25	5			10								14		6		35	4
Сир твердий	15	10																		
		15																		
Сметана	15	15		4				5		4			4			4		21	5	
		25		5				6		5			5			5		26	5	
Картопля	4	80		120				30		30			30			120		330	5	
		100		150				40		40			40			140		410	5	
Свинина	1	45								45								45	1	
		60								60								60	1	

діти 1-4р
діти 4-6 р діти 1-4р

Яловичина	1	45					45											45	45	
	1	60					60											45	60	
Курятина	6	45			45	45					45	45	45			45		270	6	
	6	60			60	60					60	60	60			60		360	6	
Риба морожена	2	40		40													40	80	2	
	2	60		60													60	120	2	
Масло вершкове	15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	29	15
	15	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2	37	15
Олія	15	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	4	4	3	4	4	4	51	15
	15	4,5	4	4,5	4,5	4,5	4,5	3	3	4	2	3	4,5	4,5	3,5	6,3	5	69,3	15	
Цукор	15	7,5		10		10		10	10	10		10		10	10			80	8	
	15	7,5		10		12		12	12	12		12		12	12			94	8	
Яйця	2	1шт/50гр	1к					1п	1п					1п	1п			100	2	
	2	1шт/50гр	1к					1п	1п					1п	1п			100	2	
Соки	2	120	120													120		240	2	
	2	180	180													180		360	2	
Сухофрукти	3	20		20					5				20	12				67	4	
	3	25		25					6				25	14				70	4	
Хліб різний	10	30	30	30		30	30			30	30		30	30		30	30	300	10	
	10	30	30	30		30	30			30	30		30	30		30	30	300	10	
Какао	2	5							5						5			10	2	
	2	6							6						6			12	2	
Чай	2	0,2				0,2							0,2					0,4	2	
	2	0,3				0,3							0,3					0,6	2	