

Алгоритм виконання норм харчування ЗДО по меню на *зразок* період *листопад 2024 р.*

З 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 рісні	15	60	60	60	60	60	50	50	60	62	60	60	50	60	60	60	60	870	15	
	15	80	80	70	80	80	70	70	80	79	80	80	70	80	80	80	80	7063	15	
Фрукти, ягоди	10	60		60	60		60	60	60	60		60	60		60		60	600	10	
	10	80		80	80		80	80	80	80		80	80		80		80	800	10	
Крупи, борошно, макаронні вироби	15	80	80	80	100	80	100	80		36	100	100	90		100	100	25	1071	13	
	15	100	100	100	120	100	120	100		48	120	40	120		120	130	35	1293	13	
Молочні продукти	Молоко 2,5%	10 (по 1на сніданок та вечерю)	150	10		150			70	180		150	165			75		794	7	
			200	10		200			90	200		200	205			90		967	7	
	Йогурт, кефір 2,5%	100															100	100	1	
			125														117	117	1	
	Сир кисломолочний	100							60								70	130	2	
			125						70							100	170	2		
	Сир твердий	10 (по 1на сніданок та вечерю)	10	7			4								10			21	3	
			15	7			8								15			30	3	
	Сметана	2 рази в тиждень (в обід)	15	5			10									10		3	28	4
			25	10			10									14		5	40	4
Сир твердий	15																			
		15						4									10		28	5
Сметана	25							5									5	32	5	
					4															
Картопля	4	80		45				30					30	90			30	330	6	
	4	100		60				40					40	110			40	430	6	
Свинина	1	45																45	1	
	1	60																60	1	

діти 1-4р
діти 4-6р діти 1-4р

Яловичина	1	45					45											45	1	
	1	60					60											60	1	
Курятина	6	45			45	45					45		45			45	45	225	5	
	6	60			60	60					60		60			60	60	300	5	
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	30	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	37,5	15	
Олія	15	4	3	6	5	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	56,2	15	
	15	4,5	3,5	7	6,5	4,5	4,5	3	3,5	3,5	5,5	3,5	5	4,5	4,5	5	5	69,5	15	
Цукор	15	7,5		6				6	10	10		6	10	6	6	10	6	70	10	
	15	7,5		7				7	12	12		7	12	8	8	12	9	90	10	
Яйця	2	1шт/50гр	1к					0,12	0,12				0,12					0,12	100	2
	2	1шт/50гр	1к					0,12	0,12				0,12					0,12	100	2
Соки	2	120									120							120	240	2
	2	180									180							180	360	2
Сухофрукти	3	20		17				7					16					40	3	
	3	25		20				20					20					60	3	
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				2			2			9	3	
	2	6						6				3,5			4,5			11	3	
Чай	2	0,2			0,2									0,2				0,4	2	
	2	0,3			0,3									0,3				0,6	2	