Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 1 тиждень понеділок

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з білоголової капусти свіжої з морквою	100	120	120		
Омлет натуральний запечений (Я, Л, МП)	50	50	50	Л, МП, Я	Лактоза, молочні продукти, яйця
Рис відварений з овочами з маслом вершковим(ЗП, Л, МП)	120/3	150/4	150/4,5	ЗП, Л, МП	Злакові продукти,Лактоза, молочні продукти
Йогурт	125	125	125		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з буряків з сиром твердим і часником (Л,МП)	100	110	110	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Курка по - італійські	59	84	100		
Картопля запечена по - селянські з маслом вершковим (Л,МП)	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Сік Фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Фрукти та ягоди сушені різноманітні	25	25	25		
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат " Вітамінний"	100	120	120		
Пряженя гуцульська (Я,Л,МП,Г,ЗП)	60	60	60	Я,Г, ЗП, Л, МП	Яйця,Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Макаронні вироби відварені з маслом вершковим (Л, МП, Г, ЗП)	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Чай	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Бутерброд з сиром твердим	30/7	50/7	50/7	Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 1 тиждень вівторок

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з пекінської капусти з кмином	110	130	130		
Котлети січені з курячого м'яса запечені (ЗП, Г)	90	130	150	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Каша вівсяна грузла з маслом вершковим (Л, МП, ЗП, Г)	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Какао на молоці (МП, Л)	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат зі свіжих томатів з цибулею	100	120	120		
Стіки рибні (Р,Г,ЗП)	70	105	140	Р,Г, ЗП	Риба,Глютен або його сліди, злакові продукти
Рис розсипчатий з орегано з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Сир твердий	15	15	15	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Чай	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Овочі різні свіжі (порційні) (томати)	25	25	25		
Стручкова квасоля з лимонним соком і олією	100	100	100		
Чахохбілі з куркою	100	150	175		
Каша ячнева грузла з маслом вершковим (Л,МП)	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Какао на молоці	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		Глютен або його сліди, злакові продукти
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 1 тиждень середа

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Овочі різні свіжі (порційні) (томати)	30	30	30		
Сочевиця тушкована з овочами з маслом вершковим (Л,МП)	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Сирники з сиру кисломолочного з сметаною (Л, МП, ЗП, Г, Я)	110/5	110/5	110/5	Г, ЗП, Л, МП, Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти, яйця
Сік фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Фрукти та ягоди сушені різноманітні	25	25	25		
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з червоної капусти з соусом Вінегрет (ГЦ)	90	100	100		
М'ясо тушковане філе (Г,ЗП)	50/50	70/70	85/85	Г, ЗП,	Глютен або його сліди, злакові продукти
Альо-ольо з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП,	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти,
Какао на молоці (Л, МП)	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з білоголової капусти свіжої з морквою та горошком зеленим	100	120	120		
Пюре з картоплі та моркви з маслом вершковим (Л,МП)	120/2	150/3	150/3,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
або пюре картопляне з маслом вершковим	120/2	150/3	150/3,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Пудин сирно-яблучний зі сметаною	100/5	100/5	100/5	Г, ЗП, Л, МП,Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти, яйця
Напій з плодів шипшини	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	80	80	80		

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 1 тиждень четверг

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат зі свіжих огірків	110	120	120		
Кнелі рибні припущені	85	125	170	Р,Я	Риба,яйця
Пюре з картоплі та моркви з маслом вершковим (Л,МП)	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
або пюре картопляне з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Чай	200	200	200	Л, МП	
Яблука запечені	90	90	90		
Бутерброд з сиром твердим	30/15	50/15	50/15	Г, ЗП, МП,Л	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Морква по -корейські власного виробництва	40	55	55	Г, ЗП, Я, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, яйця, Лактоза, молочні продукти
Сирний пиріг з гарбузом зі сметаною	100/15	100/15	100/15	Г, ЗП, Я, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, яйця, Лактоза, молочні продукти
Каша розсипчата гречана з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	ЗП,Л, МП	Злакові продукти, лактоза, молочні продукти
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат зі свіжих томатів з цибулею	90	110	110		
Рибні нагетси	70	105	140	Г, ЗП, Р,Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, риба,яйця
Каша рисова з овочами з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП,ЗП	Лактоза, молочні продукт, злакові продукти
Йогурт	125	125	125	Л, МП,	Лактоза, молочні продукт
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Фрукти та ягоди сушені різноманітні	25	25	25		

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 1 тиждень п'ятниця

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат "Вітаміний"	100	110	110		
Філе, тушковане в сметані (Л, МП)	50/50	70/50	85/50	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Макаронні вироби відварні з маслом вершковим (Л, МП, ЗП, Г)	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Напій з плодів шипшини	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Редька з олією	50	65	85		
Шакшука	60	60	60	Я	Яйця
Лобіо з квасолею з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Кефір	125	125	125	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з пекінської капусти з кунжутом	100	120	120	К	Кунжут
Філе куряче тушковане в сметані з куркумою	50/50	70/50	85/50	С	
Полента (каша кукурудзяна) з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Сік фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 2 тиждень понеділок

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з пекінської капусти з апельсинами	100	130	130		
Омлет з горошком зеленим запечений (Я, МП, Л)	60	60	60	Л, МП, Я	Лактоза, молочні продукти, яйця
Каша гречана розсипчата з маслом вершковим (Л, МП, ЗП, Г)	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Кефір (Л, МП)	125	125	125	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Фрукти та ягоди сушені різноманітні	25	25	25		
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат зі свіжих томатів з цибулею	110	120	120		
Пюре картопляне з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Запіканка сирна з бананом з ягідним кюлі	150/20	150/20	150/20	Г, ЗП, Л, МП,я	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти,яйця
Чай масала (Л, МП)	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	50	50	50		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з морквою та сиром твердим	100	100	100	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Омлет з орегано запечений	55	55	55	Я,Л, МП	Яйця, лактоза, молочні продукти
Овочева паелья з куркумою маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Сік фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 2 тиждень вівторок

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з білоголової капусти свіжої з морквою та горошком зеленим	85	85	85		
Рис "Паелья" з маслом вершковим (Л, МП, ЗП)	170/3	225/4	235/4,5	Л, МП, ЗП	Лактоза, молочні продукти, Злакові продукти
Какао на молоці (Л, МП)	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з буряком та кукурудзою	100	120	120		
Биточки рибні з соусом сметанним	95/25	140/25	190/25	Р,Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Каша ячна грузла з маслом вершковим (Л, МП, ЗП)	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП	Риба, глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Напій з плодів шипшини	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з білоголової капусти свіжої з морквою	100	120	120		
Курячий шніцель	70	100	120		Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Макаронні вироби відварні з овочами з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Кефір	120	120	120	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 2 тиждень середа

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Овочеве асорті з олією	80	100	100		
Куряча запіканка із зеленої квасолі та ячменю з маслом вершковим	175/3	250/4	300/4,5	Л, МП, Г, ЗП,Я	Лактоза, молочні продукти, Глютен або його сліди, злакові продукти,яйця
Соус сметанний	40	30		Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з червоної капусти з соусом " Вінегрет"	100	120	120		
Яйця варені	1шт	1шт	1шт	Я	яйця
Макендчиз з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти
Сік фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Фрукти та ягоди сушені різноманітні	25	25	25		
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат зі свіжих огірків	100	110	110		
Кебаб з сиром	70	100	120	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Пюре з гороху з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП,Г,ЗП	Лактоза, молочні продукти, глютен або його сліди,злакові продукти
Малиновий узвар з шипшиною	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	90	90	90		
Бутерброд з сиром твердим	30/7	50/5			
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)			50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 2 тиждень четверг

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з буряків з сиром твердим та часником (МП, Л)	100	120	120	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Риба (філе) запечена (Р, Я, ЗП, Г)	55	80	105	Г, ЗП, Р, Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, риба, яйця
Картопля тушкована з маслом вершковим (Л, МП)	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Сік фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Овочі різні свіжі (порційні) (огірки)	30	30	30		
Куліш з курячим м'ясом з маслом вершковим	220/3	285/4	300/4,5	Г, ЗП, Л, МП, Р, Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти, риба, яйця
Йогурт	125	125	125	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Яблука запечені з соусом "Каркаде"	80/20	80/20	80/20		
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з червоноголової капусти та горошку зеленого	100	100	100		
Риба, тушкована в томаті з овочами (Р)	50/50	75/75	100/100	Р	Риба
Картопля відварена або пюре картопляне з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	ЗП, Л, МП	Злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Какао на молоці (Л, МП)	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 2 тиждень п'ятниця

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з білоголової капусти свіжої з яблуками	100	120	120		
Макаронні вироби відварні з овочами з маслом вершковим (Л, МП, ЗП, Г)	120/1,5	150/2,5	150/3	Л, МП, Г, ЗП	Лактоза, молочні продукти, Глютен або його сліди, злакові продукти
Сирники з морквою зі сметаною (Л, МП, ЗП, Г, Я)	100/10	100/10	100/10	Г, ЗП, Л, МП, Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти, яйця
Чай	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	65	65	65		
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Котлети моркв'яні запечені	75	100	100	Г,ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Чілі кон карте з курячим філе з маслом вершковим	50/120/3	70/150/4	85/150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Какао на молоці	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Овочеве асорті з олією рослинною (овочі свіжі)	100	120	120		
Каша гречана розсипчата з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Оладки з сиру кисломолочного з соусом сметанним	150/30	150/30	150/30	Г, ЗП, Л, МП, Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти, яйця
Чай	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Фрукти та ягоди сушені різноманітні	25	25	25		

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 3 тиждень понеділок

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат "Вітамінний"	100	120	120		
Пряженя гуцульська (Я, Л, МП, ЗП, Г)	60	60	60	Г, ЗП, Л, МП, Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти, яйця
Макаронні вироби відварені з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП,ЗП,Г	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти,
Чай	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Бутерброд з сиром твердим	30/7	50/7	50/7	Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти,лактоза, молочні продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат зі свіжих томатів з цибулею	80	90	90		
Котлети січені з курячого м'яса запечені	90	130	150	Г,ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Каша гречана з овочами з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	ЗП, Л, МП	Злакові продукти,лактоза, молочні продукти
Кефір	125	125	125	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з буряків з сиром і часником	100	110	110	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Курка по-італійські	59	84	100		
Картопля, запечена по селянські з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Сік фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Фрукти та ягоди сушені різноманітні	25	25	25		

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 3 тиждень вівторок

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Овочі різні свіжі (порційні) томати	25	25	25		
Чахохбілі з куркою	100	150	175		
Стручкова квасоля з лимонним соком і олією	100	100	100		
Каша ячнева грузла з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Какао на молоці (Л, МП)	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з пекінської капусти з кунжутом	100	110	110	К	Кунжут
Риба припущена з соусом сметанним	50/25	75/25	100/25	Р,Г, ЗП, Л, МП	Риба,глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Рис відварний з овочами з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	ЗП, Л, МП	Злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Сік фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Фрукти та ягоди сушені різноманітні	25	25	25		
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат зі свіжими томатами з цибулею	100	120	120		
Стіки рибні	70	105	140	Р,Г, ЗП	Риба, глютен або його сліди, злакові продукти
Рис розсипчатий з орегано з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Сир твердий	15	15	15	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Чай	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 3 тиждень середа

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з білоголової капусти свіжої з морквою та горошком зеленим	100	120	120		
Пюре картопляне з морквою з маслом вершковим (Л, МП)	120/2	150/3	150/3,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
або Пюре картопляне з маслом вершковим	120/2	150/3	150/3,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Пудинг сирно-яблучний зі сметаною (Л, МП, ЗП, Г, Я)	100/5	100/5	100/5	Г, ЗП, Л, МП, Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти, яйця
Напій з плодів шипшини	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	80	80	80		
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з відварених буряків	100	120	120		
Пюре з гороху з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Яблука, фаршировані сиром кисломолочним	155	155	155	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Чай з лимоном	200/7	200/7	200/7		
Бутерброд з сиром твердим	30/5	50/5	50/5	Г, ЗП,Л,МП	Глютен або його сліди, злакові продукти,лактоза, молочні продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з червоноголової капусти з соусом "Вінегрет"	90	100	100	ГЦ	
М'ясо тушковане (філе)	50/50	70/70	85/85	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Альо-ольо з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП,Л,МП	Глютен або його сліди, злакові продукти,лактоза, молочні продукти
Какао на молоці	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 3 тиждень четверг

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат зі свіжих томатів з цибулею	90	110	110		
Рибні нагетси (Р,ЗП,Г,Я)	70	105	140	Р,ЗП,Г,Я	Риба,злакові продукти, глютен або його сліди,яйця
Каша рисова з овочами з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	ЗП, Л, МП	Злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Йогурт	125	125	125	Л,МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Фрукти та ягоди сушені різноманатні	25	25	25		
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з білоголової капусти свіжої з огірками свіжими	85	100	100		
Печеня по домашньому з курячим м'ясом з маслом вершковим	50/120/3	70/150/4	85/150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Какао на молоці (Л, МП)	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Морква по -корейські власного виробництва	40	55	55	Г, ЗП, Я, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, яйця, Лактоза, молочні продукти
Сирний пиріг з гарбузом зі сметаною	100/15	100/15	100/15	Г, ЗП, Я, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, яйця, Лактоза, молочні продукти
Каша розсипчата гречана з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	ЗП,Л, МП	Злакові продукти, лактоза, молочні продукти
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 3 тиждень п'ятниця

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з капусти пекінської з кунжутом	100	120	120	К	Кунжут
Філе куряче, тушковане в сметані з куркумою	50/50	70/50	85/50	Г,ЗП,Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти
Полента (каша кукурудзяна) з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Сік фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий	30	50	50	Г,ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салас з кабачків свіжих з морквою	100	120	120		
Омлет з сиром твердим запечений	60	60	60	Я, Л, МП	Яйця, лактоза, молочні продукти
Альо-ольо з маслом вершковим	120/1	150/2	150/2,5	Г,ЗП,Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти
Соус сирний	50	50	50	Г,ЗП,Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти
Ягідний узвар	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	80	80	80		
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Редька з олією	50	65	85		
Шакшука	60	60	60	Я	Яйця
Лобіо з квасолею з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Кефір	125	125	125	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий	30	50	50	Г,ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 4 тиждень понеділок

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з морквою та сиром твердим (Л, МП)	100	100	100	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Омлет з орегано запечений (Я, Л, МП)	55	55	55	Л, МП, Я	Лактоза, молочні продукти, яйця
Овочева паелья з куркумою з маслом вершковим (Л, МП, ЗП)	120/3	150/4	150/4,5	ЗП, Л, МП	Злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Сік фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з пекінської капусти з морквою	100	110	110		
Гуляш з філе курячого	50/50	70/70	85/85	Г,ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Каша гречана розсипчата з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Йогурт (Л, МП)	125	125	125	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат зі свіжих томатів з цибулею	110	120	120		
Запіканка сирна з бананом з ягідним кюлі	150/20	150/20	150/20	Г, ЗП, Л, МП,Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти,яйця
Пюре картопляне з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Г Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Чай масала	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	50	50	50		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 4 тиждень вівторок

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з білоголової капусти свіжої з морквою	100	120	120		
Курячий шніцель	70	100	120	Г, ЗП, Л, МП,Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти, яйця
Макаронні вироби відварні з овочами з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Кефір	120	120	120	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з свіжих кабачків з кунжутом	100	120	120	К	Кунжут
Омлет з овочами	60	60	60	Л, МП, Я	Лактоза, молочні продукти, яйця
Пюре картопляне з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Какао на молоці	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з буряком та кукурудзою	100	120	120	ЗП	Злакові продукти
Биточки рибні з соусом сметанним	95/25	140/25	190/25	Р, Г, ЗП, Л, МП	Риба, глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти
Каша ячна грузла з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, Лактоза, молочні продукти
Напій з плодів шипшини	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 4 тиждень середа

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат зі свіжих огірків	100	110	110		
Кебаб з сиром	70	100	120	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Пюре з гороху з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Малиновий узвар з шипшиною	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	90	90	90		
Бутерброд з сиром твердим	30/7	50/5		Г, ЗП, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти,лактоза, молочні продукти
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)			50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат А-ЛЯ ГРЕЦЬКИЙ	130	130	130		
Риба (філе) запечена	55	80	105	Р,Г, ЗП	Риба, глютен або його сліди, злакові продукти
Макаронник з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП, Г, ЗП,Я	Лактоза, молочні продукти, Глютен або його сліди, злакові продукти
Чай	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Фукти та ягоди сушені різноманітні	25	25	25		
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат з червоної капусти з соусом " Вінегрет)	100	120	120		
Яйця варені (Я)	1шт	1шт	1шт		
Макєндчиз з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП, Г, ЗП	Лактоза, молочні продукти, Глютен або його сліди, злакові продукти
Сік фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 4 тиждень четверг

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Салат із червоноголової капусти та горошку зеленого (ЗП)	100	100	100	ЗП	Злакові продукти
Риба, тушкована в томаті з овочами (Р)	50/50	75/75	100/100	Р	Риба
Картопля відварена або пюре картопляне з маслом вершковим (Л, МП)	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Какао на молоці (Л, МП)	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	Г, ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г	Г, ЗП, Я, Л, МП	Глютен або його сліди, злакові продукти, яйця, Лактоза, молочні продукти
Овочева запіканка по-українські зі сметаною	105/20	125/20	125/20		
Пюре з бобових (горох) з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Напій з плодів шипшини	200	200	200		
Мус яблучний з фруктовим соусом	135/50	135/50	135/50		
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Овочі різні свіжі (порційні) огірки	30	30	30		
Куліш з курячим м'ясом з маслом вершковим	220/3	285/4	300/4,5	ЗП, Л, МП	Злакові продукти, лактоза, молочні продукти
Йогурт (Л, МП)	125	125	125	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Яблука запечені з соусом "Каркаде"	80/20	80/20	80/20		
Фрукти та ягоди сушені різноманітні	25	25	25		

Примірне мультипрофільне меню
Ліцей № 219 · 4 тиждень п'ятниця

Версія для читання з наданого XLS. Оригінал містить незаповнені поля погодження та затвердження.

Страва / прийом їжі	6–11 років, г	11–14 років, г	14–18 років, г	Алергени: індекс	Алергени: пояснення
Сніданок №1	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Овочеве асорті з олією рослинною (овочі свіжі)	100	120	120		
Каша гречана розсипчата з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Оладки з сиру кисломолочного з соусом сметанним	150/30	150/30	150/30	Г, ЗП, Л, МП, Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти, яйця
Чай	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Фрукти та ягоди сушені різноманітні	25	25	25		
Сніданок №2	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Редька з олією рослинною	100	125	125	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Оладки з курячого м'яса тушковані з соусом сметанним з томатом	100/80	140/80	170/80	Г, ЗП, Л, МП, Я	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти, яйця
Каша пшенична грузла з маслом вершковим	120/3	150/4	150/4,5	Г, ЗП, Л, МП,	Глютен або його сліди, злакові продукти, лактоза, молочні продукти,
Сік фруктовий	200	200	200		
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий	30	50	50	Г,ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Сніданок №3	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г		
Котлети моркв'яні запечені	75	100	100	Г,ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти
Чілі кон карте з курячим філе з маслом вершковим	50/120/3	70/150/4	85/150/4, 5	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Какао на молоці	200	200	200	Л, МП	Лактоза, молочні продукти
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100		
Хліб цільнозерновий	30	50	50	Г,ЗП	Глютен або його сліди, злакові продукти