

«ПОГОДЖЕНО»

Начальник управління
державного нагляду за дотриманням
санітарного законодавства
ГУ ДПСС в Дніпропетровській області

О.П. Пудський

2018 р.



Затверджено:

Начальник
відділу освіти
виконкому Саксаганської
районної у місті ради

А. Іванов

18 лютого 2018 р.

Примірне двотижнєве (десятиденне) меню

для загальноосвітніх
навчальних закладів
відділу освіти виконкому
Саксаганської районної у
місті ради

2018 – 2019 н. р.

I тиждень**ПОНЕДІЛОК**

<u>Сніданок 1-4 клас</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>	<u>Обід 5-11 клас пільгова категорія, (ГПД*)</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Овочі порційні	80	Овочі порційні	80
Каша гречана	145/5	Суп картопляний з бобовими	250
Капуста тушкована	50	Ковбасні вироби (відварені)	50/5
Яйце відварене	1 шт.	Каша ячна	145/5
Хліб, масло вершкове	35/10	Хліб	55
Чай з молоком	200	Компот із суміші сухофруктів	200
Булка (х/з)	25	Булка (х/з)	25
		Фрукти	75

ВІВТОРОК

<u>Сніданок 1-4 клас</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>	<u>Обід 5-11 клас пільгова категорія, (ГПД*)</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Ікра (овочева)	100	Лапшевник з сиром (зі сметаною)	225/23
Риба смажена	75/5	Молоко кип'ячене або кисломолочні напої	200
Картопля тушкована	150	Булка (х/з)	80
Хліб	60	Яблука печені	75
Компот із суміші сухофруктів	200		

СЕРЕДА

<u>Сніданок 1-4 клас</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>	<u>Обід 5-11 клас пільгова категорія, (ГПД*)</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Запіканка з сиру (зі сметаною)	100/15	Салат з солоних огірків	100
Лимонний напій	200	Суп селянський з крупою	250
Булка (х/з)	60	Риба тушкована в томаті з овочами	75/75
Яблука печені	75	Картопля відварна	145/5
		Хліб	80
		Компот із суміші сухофруктів	200

ЧЕТВЕР

<u>Сніданок 1-4 клас</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>	<u>Обід 5-11 клас пільгова категорія, (ГПД*)</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Овочі порційні	80	Овочі порційні	80
Птиця відварна	52/5	Борщ	250
Рагу овочево	150/5	Гуляш (яловичий)	50/50
Хліб	60	Каша пшоняна	145/5
Компот із суміші сухофруктів	200	Хліб, масло вершкове	80/10
Ватрушка з повидлом	36	Лимонний напій	200
		Ватрушка з повидлом	36
		Фрукти	70

ПЯТНИЦЯ			
<u>Сніданок 1-4 клас</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>	<u>Обід 5-11 клас пільгова категорія, (ГПД*)</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Салат з білокачанної капусти	100	Ікра (овочева)	100
Печінка по-строгановські (яловича)	50/50	Суп картопляний з крупою	250
Картопля відварна	145/5	Яйце відварне	1 шт.
Хліб	60	Котлета рибна	75/5
Сік	200	Картопля відварна	145/5
		Хліб	80
		Чай з лимоном	200
		Фрукти	80
II тиждень			
ПОНЕДЛОК			
<u>Сніданок 1-4 клас</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>	<u>Обід 5-11 клас пільгова категорія, (ГПД*)</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Овочі порційні	80	Салат з відвареного буряку	100
Макаронні вироби відварені	145/5	Розсольник	250
Капуста тушкована	50	Ковбасні вироби (відварені)	50/5
Хліб, масло вершкове	60/10	Каша гречана	145/5
Чай з лимоном	200/15/7	Хліб, масло вершкове	80/10
		Чай з лимоном	200/15/7
		Фрукти	75
ВІВТОРОК			
<u>Сніданок 1-4 клас</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>	<u>Обід 5-11 клас пільгова категорія, (ГПД*)</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Овочі порційні	80	Запіканка з сиру (зі сметаною)	130/20
Риба тушкована з овочами	85/85	Компот із суміші сухофруктів	200
Картопля відварна	145/5	Булка (х/з)	80
Хліб	60	Фрукти	80
Сік	200		
СЕРЕДА			
<u>Сніданок 1-4 клас</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>	<u>Обід 5-11 клас пільгова категорія, (ГПД*)</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Сирники з морквою	95	Ікра (овочева)	100
Булка (х/з)	60	Суп з крупою	250
Кисломолочні напої або молоко	130	Биточок рибний	75/5
		Картопля тушкована	145/5
		Хліб	70
		Лимонний напій	200
		Ватрушка з повидлом	75

<u>II тиждень</u>			
<u>ЧЕТВЕР</u>			
<u>Сніданок 1-4 клас</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>	<u>Обід 5-11 клас пільгова категорія, (ГПД*)</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Салат з відвареного буряка	100	Овочі порційні	80
Птиця тушкована в соусі з овочами	50/100	Яйце відварне	1/2 шт.
Рис відварний	145/5	Борщ з капустою і картоплею	250
Хліб, масло вершкове	60/10	Плов (яловичий)	50/100
Булка (х/з)	40	Хліб	80
Компот із суміші сухофруктів	200	Сік	200
<u>ПЯТНИЦЯ</u>			
<u>Сніданок 1-4 клас</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>	<u>Обід 5-11 клас пільгова категорія, (ГПД*)</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Овочі порційні	80	Салат з білокачанної капусти	100
М'ясо тушковане (яловиче)	60/60	Суп картопляний з галушками	250
Картопля відварна	145/5	Птиця відварна (з соусом)	53/32
Яйце відварне	1 шт.	Картопля відварна	145/5
Хліб, масло вершкове	60/10	Хліб	80
Компот із суміші сухофруктів	200	Компот із суміші сухофруктів	200
		Фрукти	75

Примітка.

* При складанні меню обідів для дітей ГПД (групи подовженого дня), які харчуватимуться за кошти батьків, орієнтуватися на обіди пільгової категорії дітей.

В разі відсутності приладу для протирання картоплі, страву «Картопляне пюре» слід замінити на страву «Картопля відварна».

Страви з сиру готуються лише за наявності технологічного повіреного обладнання.

З метою збільшення асортименту страв з круп допускається заміна однієї крупи на іншу (різноманіття круп: ячної, пшонаної, пшеничної, гречаної, рисової, перлової, вівсяної, манної, пластівці «Геркулес» та ін.).

Асортимент салатів готується при відповідних умовах приготування та реалізації, можливо замінювати на овочі порційні.

Чинна картотека страв надає можливість змінювати одну страву на іншу відповідно до наявного асортименту та виду страв (холодні страви, бутерброди, I страви (молочні), II страви (м'ясні, рибні страви, гарніри, страви з сиру кисломолочного), III страви, борошняні вироби).

Дієтичне харчування передбачає заміну технології приготування страв (готуються тушковані, варені, протерті (в разі потреби на підставі поданих документів) страви відповідно до діючої картотеки страв).

В разі відсутності того чи іншого продукту харчування для збалансованості енергоцінності та дотримання виконання норм харчування рекомендовано користуватись додатком № 8 до Постанови КМУ від 22.11.2004 № 1591 «Про затвердження норм харчування у навчальних та оздоровчих закладах» (зі змінами від 06.08.2014 № 353).

Фахівець II категорії



Машошина Н. Г.

Сніданок для 5-11 класів (не пільгова категорія дітей)

<u>I тиждень</u>	
<u>ПОНЕДІЛОК</u>	
<u>Сніданок</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
<u>Бутерброд закритий:</u>	
Котлета яловича	50
Булка бутербродна	50
Масло вершкове (порц.)	5
Зелень (петрушка, кріп)	2
Овочі порційні	100
Рулет картопляний з овочами зі сметаною	150/15
Чай з цукром	200
<u>ВІВТОРОК</u>	
<u>Сніданок</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Запіканка овочева	150/30
Оладки з печінки	74
Овочі порційні	100
Хліб житній	60
Лимонний напій	200
<u>СЕРЕДА</u>	
<u>Сніданок</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
<u>Бутерброд закритий:</u>	
Котлета рублена з птиці	50
Булка бутербродна	50
Масло вершкове (порц.)	10
Сир твердий	10
Зелень (петрушка, кріп)	2
Овочі порційні	100
Сік	200
<u>ЧЕТВЕР</u>	
<u>Сніданок</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Лапшевник з сиром	150/15
Яблука печені	58
Бутерброд з ковбасою	20/30
Масло вершкове (порц.)	10
Чай з лимоном	200
<u>П'ЯТНИЦЯ</u>	
<u>Сніданок</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
<u>Бутерброд закритий:</u>	
Ковбаса н/к	50
Масло вершкове (порц.)	5
Булка бутербродна	50
Зелень (петрушка, кріп)	2
Овочі порційні	100
Крупсник	150/15
Компот (сухофрукти)	200
Фрукти (мандарини)	100

<u>II тиждень</u>	
<u>ПОНЕДІЛОК</u>	
<u>Сніданок</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
<u>Бутерброд закритий:</u>	
Шніцель з риби натуральний	75
Булка бутербродна	50
Масло вершкове (порц.)	5
Зелень (петрушка, кріп)	2
Огірок солоний	60
Компот (зі свіжих яблук)	200
<u>ВІВТОРОК</u>	
<u>Сніданок</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Голубці українські	100/50
Овочі порційні	100
Хліб	30
Компот (сухофрукти)	200
<u>СЕРЕДА</u>	
<u>Сніданок</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
<u>Бутерброд закритий:</u>	
Ковбаски рибні	60
Булка бутербродна	50
Масло вершкове (порц.)	5
Зелень (петрушка, кріп)	2
Овочі порційні	100
Запіканка рисова з гарбузом	155
Напій із плодів шипшини	200
<u>II тиждень</u>	
<u>ЧЕТВЕР</u>	
<u>Сніданок</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Січеники м'ясо-рибні	55
Овочі порційні	100
Хліб	60
Картопля смажена	150
Компот (сухофрукти)	200
<u>П'ЯТНИЦЯ</u>	
<u>Сніданок</u>	<u>Вихід страви (гр.)</u>
Овочева запіканка з м'ясом і рисом	150/5
Яйце відварне	40
Сирники з сиру і картоплі	100/30
Компот з плодів або ягід сушених	200

Примітка.

Меню забезпечує виконання норм харчування відповідно до Постанови Кабінету Міністрів України від 22.11.2004 № 1591 «Про затвердження норм харчування у навчальних та оздоровчих закладах» зі змінами від 06.08.2014 № 353 згідно з додатком № 7 «Норми харчування у загальноосвітніх навчальних закладах для одноразового харчування учнів» та додатком № 8 «Норми заміни продуктів за енергоцінністю».

Фахівець ЦБ ВО



Машошина Н. Г.