

ПОГОДЖЕНО :

Начальник Управління державного нагляду за дотриманням санітарного законодавства Головного управління Держпродспоживслужби в м. Києві

Д.О. Байраченко

«

ЗАТВЕРДЖУЮ :

Директор КП «Промінь в Святошинському районі м. Києва»

І.А.Ковганич

«

Примірне 4-х тижневе сезонне меню мультипрофільного харчування на зимовий сезон для учнів 5-11 класів загальноосвітніх закладів Святошинського району м. Києва на 2022 рік (із малозабезпечених сімей, дітей-сиріт, дітей позбавлених батьківського піклування)

(розроблено у відповідності до вимог Постанови Кабінету Міністрів України від 24 березня 2021 року № 305 «Про затвердження норм та Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку)

Меню харчування учнів 5-11 класів

1 тиждень

Номер рецептури	Назва блюда	Від 11 до 14 років, г	Від 14 до 18 років, г
Понеділок			
47	Салат з моркви та/або	75	75
8 Збірник Є. Клопотенка	Салат з капусти з зеленим горошком та/або	75	75
15	Салат з сол. огірків з цибулею	75	75
79	Суп картопляний з пшеничною крупкою	200	200
4.10	Філе курки запечене з орегано	70	80
53 Збірник Є.Клопотенка	Кебаб з сиром	70	80
295/290	Макарони варені та Каша булгур	120	120
9	Сир твердий	10	10
349	Чай	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
Вівторок			
43	Салат з вареного буряка та/або	50	50
36	Салат з свіжої капусти та/або	50	50
23 Збірник Є. Клопотенка	Салат з моркви та капусти	50	50
76	Суп селянський	200	200
5.06/4.04	Печеня по-домашньому та Плов з курячим м'ясом	120/50	120/50
169	Яйце	1/2 шт.	1/2 шт.
326	Компот з свіжих фруктів	200	200
323/325	Фрукти свіжі	50	50
к/к	Хліб цільнозерновий	50	50
Середа			
08.19	Овоче рагу	40	40
83	Суп картопляний з фрикадельками м'ясними	200/10	200/10
188	Запиканка сирна з сметаною та/або	80/10	80/10
186	Оладки з сиру з джемом та/або	100/20	100/20
145,146,149	Каша молочна	250	250
354	Какао з молоком	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
к/к	Хліб цільнозерновий	50	50
Четвер			
23 Збірник Є. Клопотенка	Салат з моркви та капусти та/або	75	75
8 Збірник Є. Клопотенка	Салат з капусти з зеленим горошком та/або	75	75
52	Овочі натуральні солені (помідори, огірки)	75	75
60	Борщ з свіжої капусти та картоплі	200	200
84 Збірник Є. Клопотенка	Хек смажений та/або	70	80
82 Збірник Є. Клопотенка	Котлети рибні та/або	70	80
173	Омлет натуральний	60	60
298/44 Збірник Є.Клопотенка	Картопляне пюре та Картопля запечена	120	120
349	Чай	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
9	Сир твердий	15	15
П'ятниця			
39	Салат з свіжої капусти та яблуками з сметаною та/або	50	50
50	Салат вінегрет та/або	50	50
47	Салат з моркви	50	50
81	Суп картопляний з горохом	200	200
237	Філе з курки тушковане в соусі (гуляш)	70/50	80/50
246	Біфштекс рублений	70	80
290	Каша пшенична та Каша рисова з кміном	120	120
к/к	Сік фруктовий	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
к/к	Хліб цільнозерновий	50	50

*За відсутністю продуктів можлива заміна на інший продукт

Меню харчування учнів 5-11 класів

2 тиждень

Номер рецептури	Назва блюда	Від 11 до 14 років, г	Від 14 до 18 років, г
Понеділок			
36	Салат з свіжої капусти та/або	75	75
52	Овочі натуральні солені (помідори, огірки) та/або	75	75
23 Збірник Є. Клопотенка	Салат з моркви та капусти	75	75
80	Суп картопляний з гречаною крупою	200	200
278	Філе з курки припущене	70	80
58 Збірник Є. Клопотенка	Палички курячі	70	80
295/290	Макарони варені та Каша «Булгур»	120	120
9	Сир твердий	15	15
326	Компот з свіжих фруктів	200	200
323/325	Фрукти свіжі	50	50
Вівторок			
49	Салат з моркви та родзинками та/або	50	50
34	Салат овочевий та/або	50	50
36	Салат з свіжої капусти	50	50
77	Суп з овочів	200	200
4.14/79 Збірник Є.Клопотенка	Бігус з гречкою та Рис «Паеля»	120/50	120/50
169	Яйце	1/2 шт.	1/2 шт.
349	Чай	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
к/к	Хліб цільнозерновий	50	50
Середа			
8.17	Овочеve cote	40	40
83	Суп картопляний з фрикадельками м'ясними	200/10	200/10
180	Вареники ліниві з сметаною та/або	80/10	80/10
188	Запінанка з сиру з джемом та/або	80/20	80/20
145,146,149	Каша молочна	250	250
354	Какао з молоком	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
к/к	Хліб цільнозерновий	50	50
Четвер			
50	Салат вінегрет та/або	50	50
8 Збірник Є. Клопотенка	Салат з капусти з зеленим горошком та/або	50	50
52	Овочі натуральні солені (помідори, огірки)	50	50
79	Суп картопляний з рисом	200	200
83 Збірник Є. Клопотенка	Риба запечена та/або	70	80
6.05	Фрикадельки рибні та/або	70	80
173	Омлет натуральний	60	60
298/296	Картопля пюре та Картопля варена	120	120
9	Сир твердий	15	15
к/к	Сік фруктовий	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
П'ятниця			
36	Салат з свіжої капусти та/або	75	75
42	Салат з вареного буряка та сиру та/або	75	75
47	Салат з моркви	75	75
81	Суп картопляний з квасолею	200	200
73 збірник Є. Клопотенка	Бефстроганов з мясом птиці	70/50	80/50
64 збірник Є. Клопотенка	Курячий шніцель	70	80
290	Каша пшенична та Каша кус-кус розсипчаста	120	120
349	Чай	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
к/к	Хліб цільнозерновий	50	50

*За відсутністю продуктів можлива заміна на інший продукт

Меню харчування учнів 5-11 класів

3 тиждень

Номер рецептури	Назва блюда	Від 11 до 14 років, г	Від 14 до 18 років, г
47	Салат з моркви та/або	50	50
36	Салат з свіжої капусти та/або	50	50
15	Салат з солоних огірків з цибулею та/або	50	50
87	Суп картопляний з гречаною крупою	200	200
237	Гуляш з м'ясом птиці	70/50	80/50
246	Біфштекс рублений	70	80
290/295	Каша пшенична та Макаронні вироби	120	120
9	Сир твердий	15	15
329	Компот з сухофруктів	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
Вівторок			
34	Салат овочевий та/або	50	50
43	Салат з вареного буряка та/або	50	50
23 Збірник Є.Клопотенка	Салат з капусти та моркви	50	50
94	Суп картопляний з ячмінною крупою	200	200
5.10	Французька печеня з мяса птиці	120/50	120/50
5.01	Плов з булгуру та м'яса птиці	120/50	120/50
169	Яйце	1/2 шт.	1/2 шт.
349	Чай	200	200
323/325	Фрукти свіжі	50	50
к/к	Хліб цільнозерновий	30	30
Середа			
8.19	Овочеve рагу	40	40
83	Суп картопляний з фрикадельками м'ясними	200/10	200/10
187	Пудінг з кисломолочного сиру зі сметаною та/або	80/10	80/10
182	Сирники з джемом та/або	80/20	80/20
145,146,149	Каша молочна	250	250
354	Какао з молоком	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
к/к	Хліб цільнозерновий	50	50
Четвер			
49	Салат з морквою та родзинками та/або	50	50
10 Збірник Є.Клопотенка	Салат з червоної капусти та/або	50	50
52	Овочі натуральні солені (помідори, огірки)	50	50
82	Суп картопляний з макаронними виробами	200	200
194	Риба тушкована з овочами та/або	70/50	80/50
6.07	Рибні котлети та/або	70	80
173	Омлет	60	60
298/50 Збірник С.Клопотенка	Картопляне пюре та Картопля гратен	120	120
9	Сир твердий	10	10
362	Сік фруктовий	200	200
323/325	Фрукти	100	100
П'ятниця			
48	Салат з морквою та яблуком та/або	75	75
50	Салат вінегрет та/або	75	75
36	Салат з свіжої капусти	75	75
94	Суп картопляний з вівсяною крупою	200	200
4.10	Філе курки запечене з орегано	70	80
64 Збірник Є.Клопотенка	Курячий шніцель	70	80
290	Каша рисова та Каша гречана розсипчата	120	120
9	Сир твердий	10	10
326	Компот з свіжих фруктів	200	200
323/325	Фрукти	50	50
к/к	Хліб цільнозерновий	50	50

*За відсутністю продуктів можлива заміна на інший продукт

Меню харчування учнів 5-11 класів
4 тиждень

Номер рецептури	Назва блюда	Від 11 до 14 років, г	Від 14 до 18 років, г
Понеділок			
47	Салат з моркви та/або	75	75
8 Збірник Є.Клопотенка	Салат з капусти з зеленим горошком та/або	75	75
37	Салат з квашеної капусти	75	75
77	Суп з овочів	200	200
278	Філе з курки припущене	70	80
53 Збірник Є.Клопотенка	Кебаб з сиром	70	80
60 Збірник Є.Клопотенка/ 290	Мак енд чіз та Каша пшенична	120	120
326	Компот з свіж. або заморож. ягід	200	200
323/325	Фрукти свіжі	50	50
Вівторок			
43	Салат з вареного буряка та/або	50	50
23 Збірник Є.Клопотенка	Салат з капусти та моркви та/або	50	50
52	Овочі натуральні солені (помідори, огірки)	50	50
81	Суп картопляний з горохом	200	200
5.06/4.14	Печеня по-домашньому та Бігос з гречкою	120/50	120/50
169	Яйце	1/2 шт.	1/2 шт.
349	Чай	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
к/к	Хліб житній	50	50
Середа			
8.17	Овочева рагу	40	40
83	Суп картопляний з фрикадельками м'ясними	200/10	200/10
07.10	Запіканка сирна з яблуком та морквою з смет.т/о та/або	100/10	100/10
07.13	Львівський сирник з джемом та/або	80/20	80/20
145,146,149	Каша молочна	250	250
354	Какао з молоком	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
к/к	Хліб цільнозерновий	50	50
Четвер			
50	Салат вінегрет та/або	75	75
47	Салат з моркви та/або	75	75
36	Салат з свіжої капусти	75	75
60	Борщ з свіжої капусти	200	200
72 Збірник Є.Клопотенка	Риба припущена та/або	70	80
67 Збірник Є.Клопотенка	Фрикадельки рибні	70	80
173	Омлет	60	60
296/44 Збірник Є.Клопотенка	Картопля варена та Картопля запечена	120	120
9	Сир твердий	15	15
362	Сік фруктовий	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
П'ятниця			
49	Салат з моркви та родзинками	40	40
8 Збірник Є.Клопотенка	Салат з свіжої капусти та зеленим горошком	40	40
52	Овочі натуральні солені (помідори, огірки) та/або	40	40
79	Суп картопляний з пшеничною крупою	200	200
4.17	Чахохбілі з куркою	70/50	80/50
246	Біфштекс рублений	70	80
290 /к/к	Рис з оре гано та Лобіо з квасолею	120	120
9	Сир твердий	10	10
349	Чай	200	200
323/325	Фрукти свіжі	100	100
к/к	Хліб цільнозерновий	50	50

*За відсутністю продуктів можлива заміна на інший продукт