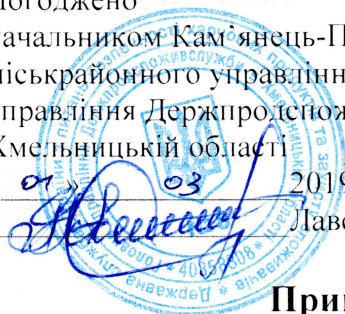


Погоджено
начальником Кам'янець-Подільського
міськрайонного управління Головного
управління Держпротспоживслужби в
Хмельницькій області

« 01 » 03 2019 року
Лавський А.Й.



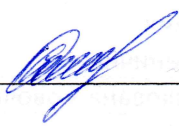
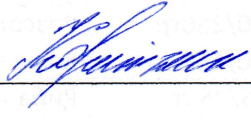
Затверджено
начальником відділу освіти, культури,
спорту і туризму Китайгородської
сільської ради
2019 року
Волоховська Л.П.

**Примірне перспективне двотижневе меню
на весняно-літній період для учнів Дерев'янської загальноосвітньої школи
I-III ступенів**

Перший день		Шостий день	
Щі з капусти та картоплі	200/250гр.	Розсольник	200/250 гр.
Каша гречана розсипчаста	100/150 гр	Каша пшенична	100/120 гр.
Куряче філе, тушковане в соусі	65/75 гр.	Риба тушкована з овочами	100 гр.
Квашений огірок (помідора свіжа)	60 гр.	Квашений огірок (помідора свіжа)	60 гр.
Оладки з сиру	100 гр.	Чай	200/15 гр.
Компот	200/24 гр.	Вафлі	30 гр.
Печиво	30 гр.	Хліб	60/80 гр.
Хліб	30/40 гр.		
Калорійність обіду	(кал-сть 725,0)	Калорійність обіду	(кал-сть 787,0)
Другий день		Сьомий день	
Суп з м'ясними фрика-ми	200/250 гр.	Борщ український	200/250 гр.
Горохове пюре	120/150 гр.	Картопляне пюре	125/150 гр.
Котлета рибна	53/63 гр.	Гуляш	65/75 гр.
Салат з капусти квашеної (капуста тушкована)	60/75 гр.	Капуста тушкована	100 гр.
Бутерброд з маслом та сиром	30/15/16 гр.	Компот	200/24 гр.
Чай	200/15 гр.	Печиво	30 гр.
Хліб	30/40 гр.	Хліб	30/40 гр.
Калорійність обіду	(кал-сть 730,0)	Калорійність обіду	(кал-сть 787,0)
Третій день		Восьмий день	
Суп «Селянський»	200/250 гр.	Суп макаронний	200/250 гр.
Картопляне пюре	125/150 гр.	Овочева рагу	103 гр.
Ковбаса молочна відварена	50 гр.	Сарделька відварена	50 гр.
Огірок свіжий/квашений	60/75 гр.	Сирна запіканка	100 гр.
Какао	200/20 гр.	Какао	200/20 гр.
Бутерброд з маслом і джемом	30/5/20 гр.	Фрукти	50 гр.
Фрукти	50 гр.	Хліб	60/80 гр.
Хліб	30/40 гр.		
Калорійність обіду	(кал-сть 711,0)	Калорійність обіду	(кал-сть 770,0)
Четвертий день		Дев'ятий день	
Борщ з капустою та картоплею	200/250 гр.	Щі зелене	200/250 гр.
Каша ячмінна	100/120 гр.	Каша рисова	100/130 гр.
Котлета з м'яса	60/75 гр.	Риба припущена	60/75 гр.
Свіжий огірок / квашений	60 гр.	Омлет	60 гр.
Сік	200 гр.	Квашений огірок, помідора / свіжі	60 гр.
Вафлі	30 гр.	Печиво	30 гр.
Хліб	30/40 гр.	Сік	200 гр.
		Хліб	30/40 гр.
Калорійність обіду	(кал-сть 796,0)	Калорійність обіду	(кал-сть 722,0)

П'ятий день		Десятий день	
Суп гречаний	200/250 гр.	Суп гороховий	200/250 гр.
Плов з овочами та м'ясом птиці	100/150 гр.	Макарони відварні	150 гр.
Квашений огірок, помідора / свіжі	60 гр.	Квашений огірок (помідора свіжа)	60 гр.
Компот	200/24 гр.	Котлета з м'яса	60/75 гр.
Бутерброд з маслом та ковбасою	30/5/35 гр.	Чай	200/15 гр.
Фрукти	50 гр.	Вафлі	30 гр.
Хліб	30/40 гр.	Хліб	30/40 гр.
Калорійність обіду	(кал-сть 680,0)	Калорійність обіду	(кал-сть 781,0)

Перевірено :

  Т.О.