

ПОГОДЖЕНО

Начальник Рогатинського районного управління головного управління Держпродспоживслужби в Івано-Франківській області



Н.І.Фокшанська

«26» 08 2021р.

ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор Черченської спеціальної школи Івано-Франківської обласної ради



Н.Т.Шемберко

«26» 08 2021р.

ПОГОДЖЕНО

ФОП Шидзінський В.Й.



В.Й.Шидзінський

«26» 08 2021р.

**Двотижневе меню  
для харчування вихованців  
Черченської  
спеціальної школи  
Івано-Франківської обласної ради**

**Осінній період**

**День перший**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
<b>Сніданок</b>	1	<i>каша молочна рисова</i>	250	300	300
		<i>кава з молоком</i>	200	200	200
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
	2	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>фрукти</i>	100	100	100
<b>Обід</b>		<i>борщ український</i>	250	300	300
		<i>тефтелі курячі в соусі</i>	80	120	140
		<i>рис з овочами</i>	120	150	150
		<i>салат з моркви і капусти</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	180	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
<b>Підвечірок</b>		<i>сир кисломолочний</i>	100	100	100
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
		<i>какао</i>	200	200	200
<b>Вечеря</b>		<i>картопляне торе з маслом солодко вершковим</i>	125	155	155
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>огірок помідор свіжий квашений</i>	100	100	100
		<i>чай фруктовий</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День другий**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
Сніданок	1	<i>каша молочна з макаронами</i>	250	300	300
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	2	2,5	3,5
		<i>какао</i>	200	200	200
	2	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>молоко</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>розсольник</i>	250	300	300
		<i>голубці класичні з поливою</i>	180	220	220
		<i>салат з буряка і сухариків</i>	100	100	100
		<i>узвар</i>	180	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>какао</i>	200	200	200
Вечеря		<i>ячна каша з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>риба смажена</i>	70	100	100
		<i>огірок помідор свіжий квашений</i>	100	100	100
		<i>чай липовий</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День третій**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
<b>Сніданок</b>	<b>1</b>	<i>каша молочна гречана</i>	250	300	300
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	2	2,5	3,5
		<i>какао</i>	200	200	200
	<b>2</b>	<i>кефір</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
<b>Обід</b>		<i>суп овочевий</i>	250	300	300
		<i>відбивна куряча</i>	70	100	120
		<i>картопляне торе з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>салат з буряка і цибулі</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	180	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
<b>Підвечірок</b>		<i>запіканка пшоняна з гарбузом</i>	100	120	120
		<i>кава</i>	200	200	200
<b>Вечеря</b>		<i>хлібець</i>	40	50	60
		<i>каша рисова</i>	120	150	150
		<i>салат з капусти і горошку</i>	100	100	100
		<i>чай з лимоном</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День четвертий**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
Сніданок	1	<i>каша молочна манна</i>	250	300	300
		<i>хліб життій</i>	30	50	50
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>кава</i>	200	200	200
	2	<i>цукерки</i>	30	35	40
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Обід		<i>суп гречаний</i>	250	300	300
		<i>печінка смажена індича</i>	80	110	130
		<i>пшенична каша з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>салат з св.капусти та моркви</i>	100	100	100
		<i>узвар</i>	180	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>хліб життій</i>	30	50	50
		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>масло солодковершкове</i>	2	2.5	3.5
		<i>какао</i>	200	200	200
Вечеря		<i>макарони відварні з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>огірок помідор свіжий квашений</i>	100	100	100
		<i>риба смажена</i>	60	90	120
		<i>чай (вітамінізований аскорбіновою кислотою)</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День п'ятий**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
Сніданок	1	<i>каша молочна пшенична</i>	250	300	300
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковерикове</i>	2	2,5	3,5
		<i>кава</i>	200	200	200
		<i>яйце</i>	1	1	1
	2	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>йогурт</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
	Обід	<i>суп з макаронами</i>	250	300	300
		<i>гуляш з курки</i>	80	120	140
<i>картопляне торе з маслом солодковериковим</i>		125	155	155	
<i>салат з капусти і соняшниковим насінням</i>		100	100	100	
<i>компот</i>		180	200	200	
<i>хліб пшеничний</i>		30	50	50	
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Підвечірок	<i>какао</i>	200	200	200	
	<i>фрукти</i>	100	100	100	
Вечеря	<i>каша рисова</i>	120	150	150	
	<i>сир твердий</i>	15	15	15	
	<i>куряча котлета</i>	70	100	120	
	<i>салат з гарбузом і яблуком</i>	100	100	100	
	<i>чай фруктовий</i>	200	200	200	
	<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50	

✓

**День шостий**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
Сніданок	1	<i>каша мол. з макаронами</i>	250	300	300
		<i>хліб життій</i>	30	50	50
		<i>масло солодковерикове</i>	2	2,5	3,5
		<i>какао</i>	200	200	200
	2	<i>цукерки</i>	30	35	40
		<i>узвар</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>капунсяк з кв. капусти</i>	250	300	300
		<i>гуляш з свинини</i>	80	110	130
		<i>макарони відварні</i>	120	150	150
		<i>салат з буряка і частуку</i>	100	100	100
		<i>узвар</i>	180	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>запіканка з ізюмом та горіхами</i>	130	130	130
		<i>кава</i>	200	200	200
Вечеря		<i>булгур з маслом солодковериковим</i>	125	155	155
		<i>сметана</i>	25	25	25
		<i>салат капусти і помідорів</i>	100	100	100
		<i>чай з лимоном</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День сьомий**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
Сніданок	1	<i>каша мол. з пластівцями вісв.</i>	250	300	300
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	2	2,5	3,5
		<i>кава</i>	200	200	200
	2	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>йогурт</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>суп гороховий</i>	250	300	300
		<i>серце тушене</i>	70	100	120
		<i>каша гречана</i>	120	150	150
		<i>тушена капуста</i>	100	100	100
		<i>компот</i>	180	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	100	120	130
		Підвечірок		<i>яйце варене</i>	1
<i>кава</i>	200			200	200
Вечеря		<i>картопляне пюре з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>котлета куряча</i>	70	100	120
		<i>огірок помідор квашений</i>	100	100	100
		<i>чай каркаде</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50



День восьмий					
Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
Сніданок	1	<i>каша мол. рисова</i>	250	300	300
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковерикове</i>	2	2,5	3,5
		<i>какао</i>	200	200	200
	2	<i>вафлі</i>	30	35	40
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Обід		<i>суп овочевий</i>	250	300	300
		<i>тефтелі курячі</i>	90	120	140
		<i>картопляне пюре з маслом солодковериковим</i>	125	155	155
		<i>салат з буряка і частіку</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	180	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>творог з горіми то курагою</i>	100	100	100
		<i>кава</i>	200	200	200
Вечеря		<i>макарони відварні з маслом солодковериковим</i>	125	155	155
		<i>риба з овочами</i>	90	120	140
		<i>салат з капусти і моркви</i>	100	100	100
		<i>чай з лимоном</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

День дев'ятий

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
Сніданок	1	<i>каша мол. з макаронами</i>	250	300	300
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	2	2,5	3,5
		<i>кава</i>	200	200	200
	2	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>кефір</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>борщ український</i>	250	300	300
		<i>гречаники</i>	160	200	210
		<i>салат з моркви і яблука</i>	100	100	100
		<i>узвар</i>	180	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>какао</i>	200	200	200
Вечеря		<i>ячна каша з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>рулет курячий</i>	70	100	120
		<i>салат з огірок з помідорів</i>	100	100	100
		<i>чай липовий</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День десятий**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
Сніданок	1	<i>каша мол. гречана</i>	250	300	300
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	2	2,5	3,5
		<i>какао</i>	200	200	200
	2	<i>вафлі</i>	30	35	40
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Обід		<i>капустяк</i>	250	300	300
		<i>віобивна куряча</i>	80	110	130
		<i>пшенична каша з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>салат з свіжої капусти і горошком</i>	100	100	100
		<i>лімонад</i>	180	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>оладки з медом</i>	150	175	175
		<i>кава</i>	200	200	200
Вечеря		<i>каша рисова з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>болотське з свининою</i>	80	110	130
		<i>салат з буряка і капусти</i>	100	100	100
		<i>чай каркаое</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День одинадцятий**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
<b>Сніданок</b>	<b>1</b>	<i>каша мол. манна</i>	250	300	300
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>яйце</i>	1	1	1
		<i>кава</i>	200	200	200
	<b>2</b>	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>узвар</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
<b>Обід</b>	<i>розсольник</i>	250	300	300	
	<i>котлета говяжа</i>	70	100	120	
	<i>каша гречана з маслом солодковершковим</i>	120	155	155	
	<i>салат огірків і помідорів</i>	100	100	100	
	<i>сук</i>	180	200	200	
	<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50	
	<i>какао</i>	200	200	200	
<b>Підсвірок</b>	<i>запіканка сирна</i>	100	150	150	
	<i>сметана</i>	25	25	25	
	<i>какао</i>	200	200	200	
<b>Вечеря</b>	<i>картопляне пюре з маслом солодковершковим</i>	125	155	155	
	<i>тушена капуста</i>	100	100	100	
	<i>риба печена</i>	60	90	120	
	<i>чай фруктовий</i>	200	200	200	
	<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50	

**День дванадцятий**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
Сніданок	1	<i>каша мол. пшенична</i>	250	300	300
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>масло солодковерикове</i>	2	2.5	3.5
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>какао</i>	200	200	200
	2	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>йогурт</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>борщ український</i>	250	300	300
		<i>оладки з печінки</i>	80	110	130
		<i>булгур з маслом солодковериковим</i>	125	155	155
		<i>салат з моркви і квашеної капусти</i>	100	100	100
		<i>узвар</i>	180	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>пастисники з бананом і кві</i>	120	175	175
		<i>кава</i>	200	200	200
Вечеря		<i>каша гречана з маслом солодковериковим</i>	125	155	155
		<i>помідор огірок свіжий квашений</i>	100	100	100
		<i>котлета куряча</i>	70	100	120
		<i>чай з лимоном</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День тринадцятий**

Назва прийому їжі	Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)*			
		6-10 років	10-13 років	13 років і старші	
<b>Сніданок</b>	<b>1</b>	<i>каши мол. манни</i>	250	300	300
		<i>масло солодковершкове</i>	2	2,5	3,5
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>кава</i>	200	200	200
	<b>2</b>	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>узвар</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
<b>Обід</b>	<i>суп з макаронами</i>	250	300	300	
	<i>рагу з говядини</i>	90	120	140	
	<i>рисова каша з маслом солодковершковим</i>	125	155	155	
	<i>салат з капусти свіжої і соняшниковим насінням</i>	100	100	100	
	<i>узвар</i>	180	200	200	
	<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50	
<b>Підвечірок</b>	<i>оладки</i>	130	130	130	
	<i>какао</i>	200	200	200	
<b>Вечеря</b>	<i>картопляне пюре з маслом солодковершковим</i>	125	155	155	
	<i>тушені овочі</i>	100	100	100	
	<i>куряча котлета</i>	70	100	120	
	<i>сар твердий</i>	15	15	15	
	<i>чай з лимоном</i>	200	200	200	
	<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50	

**День чотирнадцятий**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-10 років	10-13 років	13 років і старші
Сніданок	1	<i>каши мол. з вівсяними пласт.</i>	250	300	300
		<i>масло солодковершкове</i>	2	2,5	3,5
		<i>хліб життій</i>	30	50	50
		<i>какао</i>	200	200	200
	2	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>чвар</i>	200	200	200
<i>яблука</i>		100	100	100	
Обід		<i>суп з зеленим горошком</i>	250	300	300
		<i>куряче філе тушене в соусі</i>	90	100	120
		<i>картопляне пюре з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>салат з гарбузом і яблуком</i>	100	100	100
		<i>компот</i>	180	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Пі вечірок		<i>творог з горіхами</i>	100	150	150
		<i>сметана</i>	25	25	25
		<i>кава</i>	200	200	200
Вечеря		<i>макарони відварні з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>помідор огірок сіжий квашений</i>	100	100	100
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>чай каркаое</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50