

**Погоджено:**

Начальник Рогатинського  
Відділу  
Головного управління Івано-Франківської  
Держпродспоживслужби обласної ради  
в Івано-Франківській області

Дмитро Ішаков

«29» 11 2024р.

**Затверджено:**

Директор Черченської  
спеціальної школи

Надія Шемберко

«29» листопада 2024р.

**ПОГОДЖЕНО:**

ФОП Шидзінська С.Б.

«29» 11 2024р.

**Чотиритижневе сезонне меню  
для харчування учнів  
Черченської  
спеціальної школи  
Івано-Франківської обласної ради  
на  
зимовий період**

2024-2025 рік

**День перший (1 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
	<b>1</b>	<i>каша молочна рисова</i>	150	180	180
		<i>какао з молоком</i>	200	200	200
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
	<b>2</b>	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>йогурт</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
<b>Обід</b>		<i>борщ український</i>	250	300	300
		<i>плов з мясом</i>	180	200	200
		<i>салат з моркви і часником</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3,5	4,5	5,5
<b>Підвечірок</b>		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
<b>Вечеря</b>		<i>картопляне торе з маслом</i>	125	155	155
		<i>солодко вершковим</i>	70	100	120
		<i>м'ясо свинне запечене</i>	100	100	100
		<i>салат з буряка та сухариками</i>	200	200	200
		<i>чай фруктовий</i>	30	50	50
		<i>хліб пшеничний</i>			

**День другий (1 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	10-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>макаронами відварні</i>	120	150	150
		<i>котлета куряча</i>	70	100	120
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковерикове</i>	3	4	4,5
		<i>кисіль ягідний</i>	200	200	200
	2	<i>Печиво цитрусове безглітенове</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>	150	180	200
		<i>салат з буряка і горіхів</i>	100	100	100
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковерикове</i>	3,5	4,5	5,5
Підвечірок		<i>Фрукти</i>	100	100	100
		<i>какао</i>	200	200	200
Вечеря		<i>товчанка</i>	125	155	155
		<i>риба смажена</i>	70	100	130
		<i>овочі тушені</i>	100	100	100
		<i>узвар</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День третій (1 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша гречана</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодко вершкове</i>	3	4	4,5
		<i>какао</i>	200	200	200
	2	<i>булка</i>	30	35	40
		<i>кефір</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>суп овочевий</i>	250	300	300
		<i>відбивна куряча</i>	70	100	120
		<i>картопляне пюре з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>салат з тв.сиру і моркви</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>запіканка пшоняна з гарбузом</i>	100	100	100
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
		<i>чай</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Вечеря		<i>Нагетси курячі</i>	70	100	120
		<i>каша рисова з маслом</i>	125	155	155
		<i>салат з капусти і горошку</i>	100	100	100
		<i>компот із сухофруктів</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

День четвертий (1 тиждень)					
Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша молочна манна</i>	150	180	180
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>чай</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>суп гречаний</i>	250	300	300
		<i>макарони відварні</i>	120	150	150
		<i>гомілка куряча запечена</i>	80	110	130
		<i>салат з пекінської капусти, моркви і зел.горошком</i>	100	100	100
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>кисіль ягідний</i>	200	200	200
Вечеря		<i>пшенична каша з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>салат з квашеної капусти та яблук</i>	100	100	100
		<i>риба смажена</i>	60	90	120
		<i>лимонад смородиновий</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День п'ятий (1 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша пшенична</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>какао з молоком</i>	200	200	200
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
	2	<i>булка</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>плов з мясом</i>	180	200	200	
	<i>салат з капусти і соняшниковим насінням</i>	100	100	100	
	<i>компот</i>	200	200	200	
	<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50	
	<i>фрукти</i>	100	100	100	
Підвечірок	<i>запіканка з родзинками</i>	100	100	100	
	<i>узвар маиновий та шипшиновий</i>	200	200	200	
	<i>фрукти</i>	100	100	100	
Вечеря	<i>картопляне пюре з маслом солодковершковим</i>	125	155	155	
	<i>курячий шніцель</i>	70	100	120	
	<i>вінігрет</i>	100	100	100	
	<i>чай фруктовий</i>	200	200	200	
	<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50	
	<i>фрукти</i>	100	100	100	

**День шостий (1 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>макарони відварні</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>какао</i>	200	200	200
	2	<i>Печиво вівсяне безглютенове</i>	30	35	40
		<i>йогурт</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>капусняк з кв. капусти</i>	250	300	300
		<i>болоньське із свинини</i>	80	110	130
		<i>картопля запечена бруксами</i>	120	150	150
		<i>салат з буряка і часнику</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3,5	4,5	5,5
Підвечірок		<i>запіканка сирна з горіхами</i>	100	120	120
		<i>компот з фруктів</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Вечеря		<i>булгур з масломсолодковершковим</i>	125	155	155
		<i>риба печена</i>	60	90	120
		<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 (1 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша пшоняна</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<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>кебаб з сиром</i>	70	100	120
		<i>каша гречана</i>	120	150	150
		<i>тушена капуста</i>	100	100	100
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3,5	4,5	5,5
Підвечірок		<i>яйце варене</i>	1	1	1
		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>напій з шипшини</i>	200	200	200
Вечеря		<i>картопляне пюре з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>нагетси курячі</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 перший (2 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (штг.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша молочна рисова</i>	150	180	180
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>какао</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>суп гороховий</i>	250	300	300
		<i>жарке по-домашньому</i>	180	200	220
		<i>салат з буряка і часнику</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3,5	4,5	5,5
Підвечірок		<i>творог з горіхами</i>	125	125	125
		<i>узвар з цвітом бузини</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Вечеря		<i>макарони відварні з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>риба печена</i>	60	90	120
		<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 другий (2 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>пшенична каша</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковерикове</i>	3	4	4,5
		<i>трав'яний напій з ромашкою</i>	200	200	200
		<i>куряча котлета</i>	70	100	120
	2	<i>шоколад</i>	20	25	25
		<i>йогурт</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Обід		<i>борщ український</i>	250	300	300
		<i>гречаники з м'ясом</i>	160	200	200
		<i>салат з моркви і капусти</i>	100	100	100
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковерикове</i>	3,5	4,5	5,5
Підвечірок		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
		<i>какао</i>	200	200	200
Вечеря		<i>макарони відварні з маслом</i>	120	150	150
		<i>м'ясо запечене куряче</i>	70	100	120
		<i>огірок/помідорів квашений</i>	100	100	100
		<i>кисіль ягідний</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковерикове</i>	3	4	4,5

**День третій (2 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша гречана</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
	2	<i>Запіканка з бананом і яблуком</i>	30	35	40
		<i>какао</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>капусняк</i>	250	300	300
		<i>відбивна куряча</i>	80	110	130
		<i>макарони відварні з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>салат з свіжої капусти і горошком</i>	100	100	100
		<i>лимонад</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
	Підвечірок		<i>сир твердий</i>	15	15
		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>кисіль ягідний</i>	200	200	200
Вечеря		<i>жарке з свининою</i>	180	200	220
		<i>салат з буряка і капусти</i>	100	100	100
		<i>чай каркаде</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5

**День четвертий (2 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (штг.)		
			6-11 років	10-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша мол. манна</i>	150	180	180
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
		<i>лимонад</i>	200	200	200
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
	2	<i>булка</i>	30	35	40
		<i>молоко</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
	Обід	<i>розсольник</i>	250	300	300
		<i>котлета говяжа</i>	70	100	120
<i>каша гречана з маслом солодковершковим</i>		125	155	155	
<i>салат огірків і помідорів</i>		100	100	100	
<i>сік</i>		200	200	200	
<i>хліб пшеничний</i>		30	50	50	
<i>запіканка сирна з горіхами</i>		125	125	125	
Підвечірок	<i>сметана</i>	25	25	25	
	<i>напій з мигдалю і мандаринів</i>	200	200	200	
	<i>картопляне пюре з маслом солодковершковим</i>	125	155	155	
Вечеря	<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 п'ятий (2 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>Макарони відвірні</i>	120	150	150
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>какао з молоком</i>	200	200	200
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
	2	<i>булка</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>гомілка печена</i>		80	110	130	
<i>булгур з маслом</i>		125	155	155	
<i>салат з моркви і кв./св. капусти</i>		100	100	100	
<i>компот</i>		200	200	200	
<i>хліб пшеничний</i>		30	50	50	
Підвечірок	<i>налисники з бананом та родзинками</i>	120	120	120	
	<i>напій з шипшини</i>	200	200	200	
	<i>напій з шипшини</i>	100	100	100	
	<i>фрукти</i>	100	100	100	
Вечеря	<i>каша гречана з маслом солодковершковим</i>	125	155	155	
	<i>помідор/огірок</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 шостий (2 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша мол. манна</i>	150	180	180
		<i>масло солодковерикове</i>	3	4	4,5
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>какао</i>	200	200	200
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
	2	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>молоко</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>суп з макаронами</i>	250	300	300
		<i>плов з говядини</i>	180	200	200
		<i>салат з капусти свіжої і соняшниковим насінням</i>	100	100	100
		<i>кисіль ягідний</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>оладки з варенням</i>	120	120	120
		<i>узвар малиновий з штишиною</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Вечеря		<i>жарке по-домашньому</i>	180	200	220
		<i>тушені овочі</i>	100	100	100
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>чай з лимоном</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковерикове</i>	3	4	4,5

**День сьомий (2 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша мол. пшоняна</i>	150	180	180
		<i>масло солодковерикове</i>	3	4	4,5
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>какао з молоком</i>	200	200	200
	2	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>компот</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>суп з зеленим горошком</i>	250	300	300
		<i>куряче філе тушене в соусі</i>	80	110	130
		<i>картопляне пюре з маслом солодковериковим</i>	125	155	155
		<i>вінігрет</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>творог з сметаною</i>	100	100	100
		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>напій з лимонів та мандаринів</i>	200	200	200
Вечеря		<i>макарони відварні з маслом солодковериковим</i>	125	155	155
		<i>помідор/огірок солений</i>	100	100	100
		<i>риба в паніровці</i>	70	100	130
		<i>чай каркаде</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День перший (3 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>макарони відварні</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>чай липовий</i>	200	200	200
	2	<i>Запінанка сирна</i>	30	35	40
		<i>молоко</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Обід		<i>суп гречаний</i>	250	300	300
		<i>плов з курячим м'ясом</i>	160	200	200
		<i>салат з нек. капусти і помідорів</i>	100	100	100
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3,5	4,5	5,5
Підвечірок		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
		<i>какао</i>	200	200	200
Вечеря		<i>картопляний гратен</i>	125	155	155
		<i>котлета куряча</i>	70	100	120
		<i>огірок/помідорів</i>	100	100	100
		<i>лимонад смородиновий</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50



**День другий (3 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша манна молочна</i>	150	180	180
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>узвар малиновий з шипшиною</i>	200	200	200
	2	<i>Печиво вівсяне безглютенове</i>	30	35	40
		<i>молоко</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>борщ український</i>	250	300	300
		<i>гречаники з курячим м'ясом</i>	160	200	200
		<i>огірок квашений</i>	50	50	50
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3,5	4,5	5,5
Підвечірок		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
		<i>какао</i>	200	200	200
Вечеря		<i>картопляне пюре з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>філе куряче запечене</i>	70	100	120
		<i>салат з моркви і сиру</i>	100	100	100
		<i>кисіль</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День третій (3 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша пшоняна</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>яйце варене</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 гороховий</i>	250	300	300
		<i>гомілка куряча печена</i>	80	110	130
		<i>макарони відварні з маслом</i>	125	155	155
		<i>салат з буряка і часнику</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>запіканка з ізюмом та горіхами</i>	125	125	125
		<i>чай з м'яти</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Вечеря		<i>булгур з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>риба печена</i>	60	90	120
		<i>салат капусти і помідорів</i>	100	100	100
		<i>лимонад фруктовий</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День четвертий (3 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша рисова</i>	120	150	150
		<i>котлета куряча</i>	70	100	120
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>чай</i>	200	200	200
	2	<i>шоколад</i>	30	35	40
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Обід		<i>суп овочевий</i>	250	300	300
		<i>тефтелі курячі</i>	80	110	130
		<i>картопляне пюре з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>салат з буряка і горошку</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>творог з горіми то курагою</i>	125	125	125
		<i>какао</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Вечеря		<i>каша пшенична</i>	120	150	150
		<i>біфстроґоноф з вареної яловичини</i>	80	110	130
			100	100	100
		<i>салат з творог і моркви, часник</i>	200	200	200
		<i>узвар</i>	30	50	50
		<i>хліб пшеничний</i>	3	4	4,5
		<i>масло солодковершкове</i>			

**День п'ятий (3 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>Запіканка пшоняна з гарбузом</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<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>суп гороховий</i>	250	300	300
		<i>свинина в соусі</i>	80	110	130
		<i>каша гречана з маслом</i>	125	155	155
		<i>тушена капуста</i>	100	100	100
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>яйце варене</i>	1	1	1
		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>лимонад</i>	200	200	200
Вечеря		<i>картопляне торе з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>рибні котлети</i>	60	90	120
		<i>огірок/помідор квашений</i>	100	100	100
		<i>узвар</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День шостий (3 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша гречана</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
	2	<i>Печиво вівсяне безглютенове</i>	30	35	40
		<i>молоко</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>капусняк</i>	250	300	300
		<i>відбивна куряча</i>	80	110	130
		<i>пшенична каша з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>салат з пекінської кап. і горошком</i>	100	100	100
		<i>лимонад</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>оладки з джемом</i>	100	100	100
		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>компот з сухофруктів</i>	200	200	200
Вечеря		<i>картопля з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>болоньезе із свининою</i>	80	110	130
		<i>салат з буряка і капусти</i>	100	100	100
		<i>чай каркаде</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День сьомий (3 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>макарони відварні</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>узвир</i>	200	200	200
	2	<i>Млинці безглютенові</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>	160	200	200
		<i>салат з буряка і сухариків</i>	100	100	100
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3,5	4,5	5,5
Підвечірок		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>лимонад</i>	200	200	200
Вечеря		<i>ячна каша з маслом солодко вершковим</i>	125	155	155
		<i>риба смажена</i>	70	100	130
		<i>овочі тушені</i>	100	100	100
		<i>чай липовий</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

День перший (4 тиждень)					
Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша пшенична</i>	120	150	150
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4.5
		<i>лимонад</i>	200	200	200
		<i>яйце варене</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>картопля з маслом</i>	125	155	155
		<i>курка печена</i>	70	110	130
		<i>салат з капусти і соняшниковим насінням</i>	100	100	100
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>запіканка з сиром</i>	100	100	100
		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>какао</i>	200	200	200
Вечеря		<i>каша рисова з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>куряча котлета</i>	70	100	120
		<i>салат овочевий</i>	100	100	100
		<i>узвар</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День другий (4 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша молочна манна</i>	150	180	180
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>масло солодковерикове</i>	3	4	4,5
		<i>чай з м'яти</i>	200	200	200
	2	<i>булка</i>	30	35	40
		<i>молоко</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
	Обід	<i>суп гречаний</i>	250	300	300
		<i>гуляш курячий</i>	80	110	130
<i>макарони відварні з маслом солодковериковим</i>		125	155	155	
<i>салат з тв. сиром і моркви</i>		100	100	100	
<i>компот</i>		200	200	200	
<i>хліб пшеничний</i>		30	50	50	
<i>узвар</i>		200	200	200	
Вісцерок	<i>яйце варене</i>	1	1	1	
	<i>фрукти</i>	100	100	100	
	<i>узвар</i>	200	200	200	
Вісцерок	<i>булгур з маслом солодковериковим</i>	125	155	155	
	<i>салат з яблуком та квашеної капусти</i>	100	100	100	
	<i>риба смажена</i>	60	90	120	
	<i>лимонад</i>	200	200	200	
	<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50	



**День третій (4 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша рисова з маслом</i>	120	150	150
		<i>котлета куряча</i>	70	100	120
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковерикове</i>	3	4	4,5
		<i>какао з молоком</i>	200	200	200
	2	<i>кефір</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Обід		<i>суп гороховий</i>	250	300	300
		<i>відбивна куряча</i>	80	110	130
		<i>картопляне торе з маслом солодковериковим</i>	125	155	155
		<i>салат з буряка і цибулі</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
Підвечірок		<i>запіканка пшоняна з гарбузом</i>	100	100	100
		<i>напій з шипшини</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Вечеря		<i>Бігос з гречкою</i>	125	155	155
		<i>чай з лимоном</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День четвертий (4 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша вівсяна молочна</i>	150	180	180
		<i>какао</i>	200	200	200
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
	2	<i>печиво</i>	30	35	40
		<i>молоко</i>	200	200	200
<i>фрукти</i>		100	100	100	
Обід		<i>борщ український</i>	250	300	300
		<i>плов з куркою</i>	180	200	200
		<i>салат овочевий</i>	100	100	100
		<i>сік</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3,5	4,5	5,5
Підвечірок		<i>сир кисломолочний з сметаною</i>	100	100	100
		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>кисіль</i>	200	200	200
Вечеря		<i>картопляне пюре з маслом солодко вершковим</i>	125	155	155
		<i>м'ясо свинне запечене</i>	70	100	120
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>огірок/помідор квашений</i>	100	100	100
		<i>чай фруктовий</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День п'ятий (4 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша пшенична</i>	120	150	150
		<i>сир твердий</i>	15	15	15
		<i>масло солодковершкове</i>	3	4	4,5
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>кисіль</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 овочевий</i>	250	300	300
		<i>макарони з маслом солодковершкове</i>	125	155	155
		<i>котлета говяжа</i>	80	110	130
		<i>котлета говяжа</i>	100	100	100
		<i>салат з моркви і капусти</i>	200	200	200
		<i>компот</i>	30	50	50
		<i>хліб пшеничний</i>			
Підвечірок		<i>налисники з бананом</i>	110	110	110
		<i>какао</i>	200	200	200
		<i>фрукти</i>	100	100	100
Вечеря		<i>каша гречана з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>помідор/огірок</i>	100	100	100
		<i>рибні котлети</i>	70	100	130
		<i>чай з лимоном</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День шостий (4 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша рисова з молоком</i>	150	180	180
		<i>хліб житній</i>	30	50	50
		<i>масло солодко вершкове</i>	3	4	4.5
		<i>узвар</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>суп гороховий</i>	250	300	300
		<i>гречаники з м'ясом</i>	160	200	200
		<i>салат з моркви і капусти</i>	100	100	100
		<i>компот</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50
		<i>масло солодковершкове</i>	3,5	4,5	5,5
Підвечірок		<i>фрукти</i>	100	100	100
		<i>яйце варене</i>	1	1	1
		<i>лимонад</i>	200	200	200
Вечеря		<i>ячна каша з маслом солодковершковим</i>	125	155	155
		<i>куряча котлета</i>	70	100	120
		<i>огірок/помідорів квашений</i>	100	100	100
		<i>чай липовий</i>	200	200	200
		<i>хліб пшеничний</i>	30	50	50

**День сьомий (4 тиждень)**

Назва прийому їжі		Назва страв	Норма виходу (грм.) або (шт.)		
			6-11 років	11-14 років	14 років і старші
Сніданок	1	<i>каша молочна манна</i>	<i>150</i>	<i>180</i>	<i>180</i>
		<i>масло солодковерикове</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>4,5</i>
		<i>хліб житній</i>	<i>30</i>	<i>50</i>	<i>50</i>
		<i>лимонад</i>	<i>200</i>	<i>200</i>	<i>200</i>
		<i>яйце варене</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>1</i>
	2	<i>печиво</i>	<i>30</i>	<i>35</i>	<i>40</i>
		<i>молоко</i>	<i>200</i>	<i>200</i>	<i>200</i>
		<i>фрукти</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>
	Обід	<i>росольник</i>	<i>250</i>	<i>300</i>	<i>300</i>
		<i>жарке з говядине</i>	<i>180</i>	<i>200</i>	<i>220</i>
<i>салат з капусти свіжої і соняшниковим насінням</i>		<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	
<i>напій шипучинний</i>		<i>200</i>	<i>200</i>	<i>200</i>	
<i>хліб пшеничний</i>		<i>30</i>	<i>50</i>	<i>50</i>	
<i>масло солодковерикове</i>		<i>3,5</i>	<i>4,5</i>	<i>5,5</i>	
<i>фрукти</i>		<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	
Підвечірок	<i>оладки з сметаною</i>	<i>110</i>	<i>110</i>	<i>110</i>	
	<i>какао</i>	<i>200</i>	<i>200</i>	<i>200</i>	
	<i>фрукти</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	
Вечеря	<i>рисова каша з маслом солодковериковим</i>	<i>125</i>	<i>155</i>	<i>155</i>	
	<i>тушені овочі</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	
	<i>риба печена</i>	<i>60</i>	<i>90</i>	<i>120</i>	
	<i>сир твердий</i>	<i>15</i>	<i>15</i>	<i>15</i>	
	<i>чай з лимоном</i>	<i>200</i>	<i>200</i>	<i>200</i>	
	<i>хліб пшеничний</i>	<i>30</i>	<i>50</i>	<i>50</i>	
	<i>фрукти</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	<i>100</i>	

Пронумеровано та прошнуровано

29 (двадцять дев'ять) аркушів.

Опечатано печаткою

Директор

Н.Т. Шемберко



« 29 » ~~листопада~~ 2024 року.

