**ПОГОДЖЕНО ЗАТВЕРДЖУЮ**

В. о. начальника Новгород-Сіверського Директор школи

районного управління \_\_\_\_\_\_ О.А.Коваленко

Головного управління \_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019

Держпродспоживслужби

в Чернігівській області

\_\_\_\_\_С. О. Редкач

\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019

**Меню шкільної їдальні**

**Лосківської ЗОШ І-ІІ ступенів на ІІ семестр осінньо-зимового періоду**

Підстава: Збірник рецептур страв для харчування школярів. К.: Техніка, 1987

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептури | | Найменування | | Вихід | Білки,г | | Жири, г | | | Вуглеводи, г | Енерго -  Цінність,  ккал |
| **Понеділок** | | | | | | | | | | | |
| 82 | | Суп картопляний з макаронними виробами | | 250 | 2,9 | | 2,5 | | | 21,6 | 121 |
| 290 | | Каша гречана з маслом вершковим | | 150 | 8,8 | | 6,6 | | | 45,1 | 278 |
|  | | Хліб пшеничний | | 30 | 2,1 | | 0,2 | | | 14,96 | 72 |
| 349 | | Чай з цукром | | 200 | 0,1 | | - | | | 15,0 | 60 |
|  | | Фрукти (яблуко) | | 100 | 0,4 | | 0,4 | | | 10,4 | 45 |
| Всього | | | | | | | | | | | 576 |
| **Вівторок** | | | | | | | | | | | |
| 298 | | Картопляне пюре з маслом вершковим | | 150 | 3,2 | | 5,6 | | | 23,3 | 157 |
| 195 | | Риба смажена | | 50 | 9,7 | | 4,7 | | | 2,3 | 114 |
| 36 | | Салат із білокачанної капусти | | 75 | 1,2 | | 3,8 | | | 6,8 | 67 |
|  | | Хліб пшеничний | | 30 | 2,1 | | 0,2 | | | 14,96 | 72 |
| 330 | | Узвар | | 200 | 0,6 | | - | | | 3,1 | 129 |
| Всього | | | | | | | | | | | 539 |
| **Середа** | | | | | | | | | | | |
| 79 | Суп перловий | | 250 | | | 2,1 | | 2,4 | 18,3 | | 104 |
| 283 | Плов із птиці | | 150 | | | 13,4 | | 10,6 | 11,3 | | 276 |
| 50 | Вінегрет овочевий | | 100/10 | | | 1,5 | | 10,1 | 7,5 | | 128 |
|  | Хліб пшеничний | | 30 | | | 2,1 | | 0,2 | 14,96 | | 72 |
| 349 | Чай з цукром | | 200 | | | 0,1 | | - | 15,0 | | 60 |
|  | Сир твердий | | 20 | | | 9,0 | | 6,0 | - | | 74 |
| Всього | | | | | | | | | | | 714 |
| **Четвер** | | | | | | | | | | | |
| 64 | Борщ український | | 250 | | | 2,7 | | 7,7 | 17,7 | | 152 |
| 295 | Макарони відварні з маслом вершковим | | 150 | | | 5,6 | | 5,0 | 46,2 | | 210 |
| 219 | Сосиска відварна | | 50 | | | 6,0 | | 9,5 | - | | 110 |
|  | Помідор свіжий/ кислий | | 50 | | | 0,4 | | - | 1,650 | | 7 |
|  | Хліб пшеничний | | 30 | | | 2,1 | | 0,2 | 14,96 | | 72 |
| 339 | Кисіль з варення | | 200 | | | 0,1 | | - | 30,1 | | 121 |
| Всього | | | | | | | | | | | 672 |
| **П'ятниця** | | | | | | | | | | | |
| 79 | Суп картопляний з рисом | | 250 | | | 2,1 | | 2,4 | 18,3 | | 104 |
| 370,371 | Оладки з повидлом | | 165 | | | 12 | | 15,7 | 74,9 | | 490 |
|  | Хліб пшеничний | | 30 | | | 2,1 | | 0,2 | 14,96 | | 72 |
| 349 | Чай з цукром | | 200 | | | 0,1 | | - | 15,0 | | 60 |
|  | Яблука | | 100 | | | 0,4 | | 0,4 | 10,4 | | 45 |
| Всього | | | | | | | | | | | 771 |
| **Понеділок** | | | | | | | | | | | |
| 83 | Суп картопляний з м'ясними фрикадельками | | 250/35 | | | 9,9 | | 6,8 | 19,6 | | 180 |
| 149 | Каша молочна манна | | 210 | | | 4,2 | | 4,6 | 33,3 | | 192 |
|  | Хліб пшеничний | | 30 | | | 2,1 | | 0,2 | 14,96 | | 72 |
| 326 | Компот із свіжих ягід/варення | | 200 | | | 0,1 | | - | 30,1 | | 121 |
|  | Печиво | | 30 | | |  | |  |  | | 565 |
| Всього | | | | | | | | | | |  |
| **Вівторок** | | | | | | | | | | | |
| 80 | Суп картопляний з гречаною крупою | | 250 | | | 2,5 | | 2,6 | 16,8 | | 102 |
| 1733 | Омлет натуральний | | 58 | | | 5,5 | | 11,7 | 1,1 | | 132 |
|  | Хліб пшеничний | | 30 | | | 2,1 | | 0,2 | 14,96 | | 72 |
| 349 | Чай з цукром | | 200 | | | 0,1 | | - | 15,0 | | 60 |
|  | Сир твердий | | 20 | | | 9,0 | | 6,0 | - | | 75 |
|  | Фрукти | | 100 | | | 0,4 | | 0,4 | 10,4 | | 45 |
| Всього | | | | | | | | | | | 486 |
| **Середа** | | | | | | | | | | | |
| 74 | Розсольник | | 250 | | | 2,6 | | 5,5 | 18,2 | | 133 |
| 298 | Картопляне пюре з маслом вершковим | | 150 | | | 3,2 | | 5,6 | 23,3 | | 157 |
| 195 | Риба смажена | | 50 | | | 9,7 | | 4,7 | 2,3 | | 114 |
|  | Хліб пшеничний | | 30 | | | 2,1 | | 0,2 | 14,96 | | 72 |
| 330 | Узвар | | 200 | | | 0,6 | | - | 3,1 | | 129 |
|  | Вафля | | 30 | | | 1,68 | | 7,89 | 18,9 | | 152 |
| Всього | | | | | | | | | | | 757 |
| **Четвер** | | | | | | | | | | | |
| 64 | Борщ український | | 250 | | | 2,7 | | 7,7 | 17,7 | | 152 |
| 295 | Макарони відварені з маслом вершковим | | 150 | | | 5,6 | | 5,0 | 46,2 | | 210 |
| 248 | Котлета | | 50 | | | 8,15 | | 7,3 | 8,65 | | 133 |
|  | Помідор свіжий/ кислий | | 50 | | | 0,550 | | - | 2,3 | | 11,5 |
|  | Хліб пшеничний | | 30 | | | 2,1 | | 0,2 | 14,96 | | 72 |
| 339 | Кисіль з варення/ з яблук | | 200/ 200 | | | 0,1/ 0,1 | | - | 30,1/ 29,3 | | 121/ 118 |
| Всього | | | | | | | | | | | 699,5/696,5 |
| **П'ятниця** | | | | | | | | | | | |
| 82 | Суп картопляний з макаронними виробами | | 250 | | | 2,9 | | 2,5 | 21,6 | | 121 |
|  | Хліб пшеничний | | 30 | | | 2,1 | | 0,2 | 14,96 | | 72 |
| 367 | Млинці | | 165 | | | 12,4 | | 9,5 | 52,5 | | 349 |
| 352 | Кавовий напій | | 200 | | | 3,3 | | 3,5 | 24,8 | | 142 |
|  | Фрукти | | 100 | | | 0,4 | | 0,4 | 10,4 | | 45 |
| Всього | | | | | | | | | | | 729 |