**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 |