

**Чотиритижневе сезонне меню для шкіл
(діє з 01.01.2022р)**

		Меню № 1	Меню № 2	Меню № 3
1 тиждень				
№ з/п	Найменування страв	Вихід, гр	Вихід, гр	Вихід, гр
ПОНЕДІЛОК				
СНІДАНОК				
1	Молоко і молочні продукти (Сир твердий)	15	15	15
2	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з капусти з ароматною олією)	100	100	100
3	Страви з яєць (Омлет натуральний)	53	53	53
4	Страви з злакових або бобових (Макарони відварні)	120	150	150
5	Напої (Чай з мелісою)	200	200	200
6	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100
ВІВТОРОК:				
СНІДАНОК				
1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі заморожені або квашені (Салат з червоної капусти з соусом Вінегрет)	80	80	80
2	Страви з птиці (Плов з філе птиці)	190	250	270
3	Молоко і молочні продукти (Какао з молоком) без додавання цукру	200	200	200
4	Корж закусочний з борошна пшеничного	30	50	50
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100
СЕРЕДА				
СНІДАНОК				
1	Молоко і молочні продукти (Запіканка сирна з кип'яченою сметаною)	100/10	100/10	100/10
2	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з моркви та яблук)	70	70	70
3	Корж закусочний з борошна цільнозернового	30	50	50
4	Напої (Узвар)	200	200	200
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	60	60	60
ЧЕТВЕР				
СНІДАНОК				
1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені	80	80	80

	(Салат з буряка та сухариків)			
2	Страви з риби (Риба тушкована з овочами у томатному соусі)	60	90	120
3	Страви з картоплі (Пюре картопляне)	120	150	150
4	Напої (Сік фруктовий)	200	200	200
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100

П'ЯТНИЦЯ

СНІДАНОК

1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з квашеної капусти)	100	100	100
2	Страви з птиці (Нагетси курячі)	70	100	120
3	Страви з злакових та бобових (Каша в'язка рисова)	120	150	150
4	Молоко і молочні продукти (Йогурт)	125	125	125
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100
6	Корж закусочний з борошна пшеничного	30	50	50

2 тиждень:

№ з/п	Найменування страв	Вихід, гр	Вихід, гр	Вихід, гр
-------	--------------------	-----------	-----------	-----------

ПОНЕДІЛОК

СНІДАНОК

1	Молоко і молочні продукти (Сир твердий)	15	15	15
2	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з капустою та морквою)	80	80	80
3	Страви з яець (Фрітата)	60	60	60
4	Страви з злакових або бобових (Каша в'язка пшенична)	120	150	150
5	Корж закусочний з борошна пшеничного	30	50	50
6	Напої (Чай з мелісою)	200	200	200
7	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100

ВІВТОРОК

СНІДАНОК

1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з квашеної капусти)	80	80	80
2	Страви з птиці (Фрікадельки з птиці)	70	100	120
3	Страви з злакових та бобових (Рис з овочами)	120	150	150
4	Молоко і молочні продукти (Кефір)	125	125	125

5	Корж закусочний з борошна цільнозернового	30	50	50
6	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100
СЕРЕДА				
СНІДАНОК				
1	Молоко і молочні продукти (Львівський сирник з морквою та сметаною)	100/10	100/10	100/10
2	Каша молочна рисова	150	150	150
3	Напої (Чай з липою)	200	200	200
4	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100
ЧЕТВЕР				
СНІДАНОК				
1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Бурак тушкований з яблуками)	100	100	100
2	Страви з риби (Котлета рибна)	60	90	120
3	Страви з картоплі (Пюре картопляне)	120	150	150
4	Напої (Сік фруктовий)	200	200	200
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	70	70	70
6	Корж закусочний з борошна пшеничного	30	50	50
П'ЯТНИЦЯ				
СНІДАНОК				
1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з моркви та яблук)	100	100	100
2	Страви з птиці (Котлета з птиці)	70	100	120
3	Страви з злакових та бобових (Макарони відварні)	120	150	150
4	Молоко і молочні продукти (Какао з молоком) без додавання цукру	200	200	200
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100
3 тиждень				
№ з/п	Найменування страв	Вихід, гр	Вихід, гр	Вихід, гр
ПОНЕДІЛОК				
СНІДАНОК				
1	Молоко і молочні продукти (Сир твердий)	15	15	15
2	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з капусти, моркви та зеленого горошку)	100	100	100
3	Страви з яєць (Драчена)	50	50	50

4	Страви з злакових та бобових (Макарони відварні)	120	150	150
5	Напої (Чай з мелісою)	200	200	200
6	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	70	70	70
ВІВТОРОК				
СНІДАНОК				
1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з квашеної капусти)	80	80	80
2	Страви з птиці (Куліш з курячим м'ясом)	190	250	270
3	Молоко і молочні продукти (Какао з молоком) без додавання цукру	200	200	200
4	Корж закусочний з борошна пшеничного	30	50	50
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100
СЕРЕДА				
СНІДАНОК				
1	Молоко і молочні продукти (Львівський сирник зі сметаною кип'яченою)	100/10	100/10	100/10
2	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з моркви та яблук)	70	70	70
3	Корж закусочний з борошна цільнозернового	30	50	50
4	Напої (Компот з плодів сушених)	200	200	200
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	70	70	70
ЧЕТВЕР				
СНІДАНОК				
1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з буряка та сухариків)	100	100	100
2	Страви з риби (Ковбаски рибні)	60	90	120
3	Страви з картоплі (Пюре картопляне)	120	150	150
4	Напої (Сік фруктовий)	200	200	200
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100
П'ЯТНИЦЯ				
СНІДАНОК				
1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з капусти та ароматною олією)	100	100	100
2	Страви з птиці (Котлети з птиці)	70	100	120
3	Страви з злакових та бобових (Каша в'язка рисова)	120	150	150
4	Молоко і молочні продукти (Йогурт)	125	125	125
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100

6	Корж закусочний з борошна пшеничного	30	50	50
4 тиждень:				
№ з/п	Найменування страв	Вихід, гр	Вихід, гр	Вихід, гр
ПОНЕДІЛОК				
СНІДАНОК				
1	Молоко і молочні продукти (Сир твердий)	15	15	15
2	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені, або квашені (Салат з моркви та капусти)	100	100	100
3	Страви з яєць (Омлет з орегано)	50	50	50
4	Страви з злакових та бобових (Пюре з бобових)	120	150	150
5	Корж закусочний з борошна пшеничного	30	50	50
6	Напої (Чай з мелісою)	200	200	200
7	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	70	70	70
ВІВТОРОК				
СНІДАНОК				
1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Огірки квашені)	80	80	80
2	Страви з птиці (Фрікадельки з птиці)	70	100	120
3	Страви з злакових та бобових (Макарони відварні)	120	150	150
4	Молоко і молочні продукти (Йогурт)	125	125	125
5	Корж закусочний з борошна пшеничного	30	50	50
6	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100
СЕРЕДА				
СНІДАНОК				
1	Молоко і молочні продукти (Львівський сирник з морквою з кип'яченою сметаною)	100/10	100/10	100/10
2	Каша молочна рисова	150	150	150
3	Напої (Чай з липою)	200	200	200
4	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	100	100	100
ЧЕТВЕР				
СНІДАНОК				
1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Буряк тушкований з яблуками)	100	100	100
2	Страви з риби (Риба смажена в яйці)	60	90	120
3	Страви з картоплі (Картопля відварена)	120	150	150

4	Напої (Сік фруктовий)	200	200	200
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	70	70	70
6	Корж закусочний з борошна цільнозернового	30	50	50

П'ЯТНИЦЯ

СНІДАНОК

1	Овочі різноманітні, сезонні, свіжі, заморожені або квашені (Салат з моркви та яблук)	80	80	80
2	Страви з птиці (Нагетси курячі)	70	100	120
3	Страви з злакових та бобових (Різотто з зеленим горошком)	120	150	150
4	Молоко і молочні продукти (Какао з молоком) без додавання цукру	200	200	200
5	Фрукти різноманітні, сезонні свіжі	70	70	70