

“ЗАТВЕРДЖЕНО”

В.о начальника

Ізмаїльського районного управління

ГУ Держпродспоживслужби

Наталія МУНТЯН

2025 року



“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Начальник управління освіти

Саф'янівської ради Ізмаїльського району

Одеської області

Тетяна ЯКИМЕНКО

2025 року



ПЕРСПЕКТИВНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ

На 2024/2025 навчальний рік (на весняні місяці)

I тиждень										
Сніданок	Понеділок		Вівторок		Середа		Четвер		П'ятниця	
	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)
	Каша гречана з томатною пастою	120	Картопляне пюре з орегано	120	Макарони відв. Курка по-італійськи	120 80	Горохове пюре з чорносливом	120	Плов з кур.м'ясом	170/10
	Яйце відварне	48	Соус кетчуп	25	Солонощі або капуста тушкована (травень)	100	ікра з моркви	100	Капуста тушк.	
	Салат з капусти, моркви (туш)	100	Карі з рибою та овочами	85	Сир твердий		Запіканка сирна з ягідним кулі / соус сметанний	180/25	Хліб цільнозерновий	100
	Хліб цільнозерновий	30	Салат з буряка з аром олією	100	Узвар, або компот з кураги	15 200	Сік	200	Йогурт/кефір	30
	Сир м'який	75	Хліб цільнозерновий	30	.Фрукти	100	Фрукти	100	Фрукти	125
	Чай	200	Какао з молоком	200						100
	Лимон порц.	6	Фрукти	100						
	Фрукти	100								
II тиждень										
Сніданок	Понеділок		Вівторок		Середа		Четвер		П'ятниця	
	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)
	Кус-кус розсипчастий, соус сирний	120 25	Каша пшенична	120	Печеня по-дом. з куркою	250	Сочевиця зі спеціями	120	Каша ячна	120
	Скрамбл або яйце відв	50	Соус кетчуп	25	Салат з кваш.капусти або капуста туш.(травень)	100	Морква тушкована	100	соус кетчуп	25
	Салат капусти і моркви (туш)	100	нагетси рибні/ риба запечена	60	Салат з буряком та чорносливом	100	Запіканка сирна з бананом та сметанним соусом	180/15	нагетси кур./курка запечена	88
	Какао з молоком	180	Салат з буряком та чорносливом	100	Масло вершкове порц	3	Сік	200	Салат з буряком, курагою та горіхами	100
	Фрукти	100	Хліб цільнозерновий	30	Хліб цільнозерновий	30	Фрукти	100	Хліб цільнозерновий	30
			сир м'який	75	сир твердий	13			Йогурт або кефір	125
			Чай	200	Кисіль ягідний	200			Фрукти	100
			Лимон порц.	6	Фрукти	100				
			Фрукти	100						

III тиждень

	Понеділок		Вівторок		Середа		Четвер		П'ятниця	
	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)
Сніданок	Макарони з сиром тв.	120	Каша кукурудзяна	120	Картопляне пюре	120	Пюре горохове	120	Каша гречана,	120
	Яйце відв./омлет	50	Соус кетчуп	25	соус цибулевий	25	Салат з капусти і моркви (туш)	100	Чахохбілі з куркою.	120
	Капуста запечена з родзинками	100	Риба запечена або рибні котлети	60	Мітбол з птиці	75	Запіканка сирна з сметанним соусом	180/25	салат з капусти та моркви (туш)	100
	Чай	200	Солонощі або морква з куркумою (травень)	100	Салат з буряка з аром.олією	100	Сік	200	Хліб	30
	Лимон порц.	6	Хліб цільнозерновий	30	Хліб цільнозерновий	30	Фрукти	100	цільнозерновий	125
	Фрукти	100	Сир м'який	75	Какао з молоком	200			Кефір або йогурт	100
	Пастила	32	Компот із ягід і родзинок	200	Фрукти	100			Фрукти	
			Фрукти	100						

IV тиждень

	Понеділок		Вівторок		Середа		Четвер		П'ятниця	
	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)	Назва страви	Вихід (г)
Сніданок	Ов. паелья з куркумою з рисом	120	Булгур	120	Картопляне пюре з орегано	120	Сочевиця	120	Каша гречана	120
	Салат з капусти, зел. горошком і насінням	100	Риба запечена або риба тушков.з овоч.	60	Курка туш. в томат.соусі	105	Салат з капусти, моркви(туш)	100	соус червон.осн	25
	Хліб цільнозерновий	30	Салат з квашеної капусти або капуста туш. (травень)	100	Овочі припущені з бешамеллю	100	Запіканка сирна з сметан.соусом /		мітбол з птиці	75
	масло вершкове	3	сир твердий	15	Хліб цільнозерновий	30	Пудінг сирний	180/25	Салат з буряком, курагою та горіхами	100
	сир м'який	75	Кисіль ягідний	200	Какао з молоком	200	Сік	200	Хліб	30
	Яйце відв.	48	Фрукти	100	Фрукти	100	Фрукти	100	цільнозерновий	120
	Чай	200							Йогурт або кефір	100
	Фрукти	100							Фрукти	