

«ПОГОДЖЕНО»

В.о.начальника
Бородянського відділу ГУ
Держпроденормслужби
в Київській області
І.В.Габорець
2021р.

« »



«ЗАТВЕРДЖЕНО»
Директор
КП БРР «Об'єднання
шкільного харчування»
А.В. Дрепіна
2021р.

Примірне чотирьохтижневе меню для харчування дітей
в загальноосвітніх навчальних закладах Бородянської ОТГ
на осінньо-зимовий період на 2021 рік

Назва страв	Вихід, гр.	
	1-4 класи	5-11 класи
І неділя. Понеділок		
Салат: помідор, огірок, зелена цибуля, олія	40/20/5/0.05/3	40/20/5/0.05/3
Булгур розсипчатий	80	110
Відбивна куряча	50	70
Узвар	180	200
Булочка з кунжутом або цільнозерновий хліб	30	30
Фрукти		
2 день, вівторок		
Суп гороховий з грінками, зеленню та курячим філе	200/10/3/15	250/15/3/15
Оладки з к/м сиру та смородиновим джемом	150/10	170/10
Компот з свіжих фруктів	180	200
Булочка з насінням або цільнозерновий хліб	30	30
Фрукти		
3 день, середа		
Салат: морква, лимонний сік, олія, італійські трави, петрушка	50/5/3/0.05/2	50/5/3/0.05/2
Каша гречана	100	120
Котлета «Домашня»	61	61
Булочка з кунжутом або цільнозерновий хліб	30	30
Кавовий напій	180	200
Фрукти		
4 день, четвер		
Салат: свіжа капуста, огірок свіжий, лимонний сік, зелена цибуля, олія, сіль.	60/20/5/3/3/1	60/20/5/3/3/1
Картопля відварена з сметаною та кропом	100/3/5	130/3/5
Філе рибне смажене	50	60
Булочка з кунжутом або цільнозерновий хліб	30	30
Чай з обліпихою	200	200
Фрукти		
5 день, п'ятниця		
Буряк відварений (лимонний сік, італійські трави, насіння сояшника, олія)	60/5/0.05/5/3	80/5/0.05/5/3
Макарони твердих сортів відварені	80	120
Тфтелі в соусі №262	60/50	60/50
Булочка з насінням або цільнозерновий хліб	30	30
Морс з журавлини	180	200

Технік-технолог

А.В.Макаренко

Назва страв	Вихід, гр.	
	1-4 класи	5-11 класи
II неділя. Понеділок		
Кус-кус відварений	80	110
Котлета куряча	50	60
Салат: помідор свіжий, огірок, цибуля, олія, італійські трави	30/30/5/3/0,05	30/30/5/3/0,05
Булочка з насінням або цільнозерновий хліб	30	30
Компот з смородини	180	200
Фрукти		
2 день, вівторок		
Салат: перець солодкий, помідор, огірок, олія	20/30/20/3	20/40/20/3
Рис «Басматі» з куркумою	100	130
Відбивна куряча	50	60
Булочка з кунжутом або цільнозерновий хліб	30	30
Чай з обліпихою	180	200
Фрукти		
3 день, середа		
Суп рисовий з зеленню і рибними фрикадельками	200/3/15	250/3/20
Вареники ліниві з джемом	100/10	120/10
Булочка з кунжутом або цільнозерновий хліб	30	30
Узвар	180	200
4 день, четвер		
Помідор, цибуля, олія, петрушка	60/5/3/5	60/5/3/5
Картопляне пюре	100	150
Котлета рибна	50	60
Булочка з кунжутом або цільнозерновий хліб	30	30
Компот з ягід	180	200
Фрукти		
5 день, п'ятниця		
Салат: помідор, огірок, цибуля, олія, насіння гарбуза	40/20/5/3/10	40/20/5/3/10
Каша гречана з маслом(поливка)	80/5	120/5
Биточок з курячого бедра	50	60
Булочка з кунжутом або цільнозерновий хліб	30	30
Компот з слив	180	180
Фрукти		

Технік-технолог



А.В.Макаренко

Назва страв	Вихід, гр.	
	1-4 класи	5-11 класи
ІІІ неділя. Понеділок		
Салат: помідор, петрушка, моцарелла, італійські трави, олія	40/3/15/0,05/3	60/3/20/0,05/3
Каша ячнева	80	110
Фрикадельки в соусі(№314; №315)	55/50	55/50
Чай з лимоном	180/4	200/4
Булочка з соняшниковим насінням або цільнозерновий хліб	30	30
Фрукти		
	2 день, вівторок	
Овочі «По- Карпатські»	150	200
Зрази з курячого бедра, твердим сиром та зеленню	60	60
Кисіль з вишнями (ягодами)	180	200
Булочка з кунжутом або цільнозерновий хліб	30	30
	3 день, середа	
Борщ «Український» з сметаною, зеленню, курячим філе	200/5/3/15	250/5/3/20
Запіканка рисова з к/м сиром, сметаною, родзинками	100	120/5
Булочка з гарбузовим насінням або цільнозерновий хліб	30	30
Кавовий напій	150	180
Фрукти		
	4 день, четвер	
Картопля тушкована(пюре)	100	120
Кабачки смажені	30	40
Огірок м/с	20	20
Риба смажена	50	60
Булочка з кмином або цільнозерновий хліб	30	30
Чай з лимоном	180/4	200/4
Фрукти		
	5 день, п'ятниця	
Салат: Помідор, свіжа капуста, петрушка, олія, цукор, сіль, прованські трави	30/30/5/5/3/1/1/0,05	40/40/5/5/3/1/1/0,05
Кус-кус	80	110
Биточки «Особливі»	50	60
Булочка з насінням або цільнозерновий хліб	30	30
Узвар	180	200
Фрукти		

Технік-технолог



А.В.Макаренко

Назва страв	Вихід, гр.	
	1-4 класи	5-11 класи
IV неділя. Понеділок		
Салат: помідор, перець, базилік, олія, насіння гарбуза	40/20/3/3/5	50/30/3/3/5
Макарони твердих сортів	80	120
Відбивна	50	60
Какао	150	180
Фрукти		
2 день, вівторок		
Суп гречаний з зеленню	200/3	250/3
Зрази з к/м сиру та сметаною	100/10	100/15
Морс з журавлини	180	200
Булочка з кунжутом або цільнозерновий хліб	30	30
Фрукти		
3 день, середа		
Салат: Буряк відварений, петрушка, лимонний сік, петрушка, прованські трави	50/5/3/3/0.05	70/5/3/3/0.05
Картопляне пюре	100	130
Палочки рибні з к/м сиром	50	50
Чай з облепихою	180	200
Булочка з хмелі-сунелі або цільнозерновий хліб	30	30
Фрукти		
4 день, четвер		
Салат: Капуста, огірок, зелена цибуля, перець солодкий, олія	40/30/5/10/3	60/30/5/10/3
Рис «Басматі» з куркумою та хмелі-сунелі	80	100
Котлета	50	50
Булочка або цільнозерновий хліб	30	30
Компот з фруктів	180	200
Фрукти		

5 день, п'ятниця		
Борщ «Український» і рибні фрикадельки	200/5/3/20	200/5/3/20
Драники з сметаною	100/10	130/10
Булочка з кунжутом або цільнозерновий хліб	30	30
Узвар	180	200
Фрукти		

Технік-технолог

А.В.Макаренко

А.В.Макаренко