

Затверджую:
Завідувач ДНЗ №8
Кравчук З.С.

Погоджую:
Начальник
Тернопільського міського управління
Головного управління Держпродспоживслужби
В Тернопільській області
Гавришків І.Є. _____
« ____ » _____ 2021р.

***Примірне
чотирьохтижневе
перспективне
меню
ЛПДНЗ №8***

1 тиждень

Понеділок

<i>Сніданок</i>	Макарони з маслом і тертим яйцем	150г
	Кава ячмінна	200г
	Булка з маслом і сиром	50г
<i>Обід</i>	Суп овочевий з зеленим горошком	200г
	Котлета (п.т.о)	70г
	Картопляне пюре	120г
	Салат овочевий (з олією)	50г
	Напій фруктовий	200г
<i>Полуденок</i>	Молочна гречана каша	200г
	Чай	200г
	Булка з джемом	50г

Вівторок

<i>Сніданок</i>	Молочна манна каша	200г
	Кава ячмінна	200г
	Булка з маслом	50г
<i>Обід</i>	Борщ з сметаною	200г
	Вареники з м'ясом вареним (т.о)	150г
	Салат овочевий з олією	50г
	Напій фруктовий	200г
<i>Полуденок</i>	Картопля з маслом	120г
	Салат з капусти з олією	50г
	Чай	200г
	Канапка з вареним яйцем	50г

Середа

<i>Сніданок</i>	Сирники або ліниві вареники. Соус молочний (п.т.о.)	120/60г
	Кава ячмінна	200г
	Булка з маслом	50г
<i>Обід</i>	Суп з фрикадельками	200г
	Риба смажена (п.т.о)	80г
	Макарони з маслом	100г
	Салат овочевий з олією	50г
	Напій фруктовий	200г
<i>Полуденок</i>	Яйце варене на круто	40г
	Овочеve рагу	140г
	Чай	200г
	Вафлі	30г

Четвер

<i>Сніданок</i>	Деруни з сметаною(т/о)	150г
	Кава ячмінна	200г
	Булка з маслом	50г
<i>Обід</i>	Суп гороховий	200г
	Голубці з м'ясом(п.т.о)	150г
	Соус	10г
	Салат овочевий з олією	50г
	Напій фруктовий	200г
<i>Полуденок</i>	Омлет	100г
	Салат овочевий збірний	100г
	Чай	200г
	Печиво без крему	50г

П'ятниця

<i>Сніданок</i>	Пшенична каша з цукром	140г
	Кава	200г
	Булка з маслом	50г
<i>Обід</i>	Суп вермішелевий	200г
	Тефтелі в соусі(п.т.о)	70г
	Горохове пюре	100г
	Салат овочевий з олією	50г
	Напій фруктовий	200г
<i>Полуденок</i>	Картопляні пальчики з маслом і сметан. Соусом (п.т.о)	150г
	Чай	200г
	Булка з джемом	50г

2 тиждень

Понеділок

<i>Сніданок</i>	Пшенична або гречана каша з маслом	150г
	Салат з капусти (з олією)	50г
	Кава ячмінна	200г
	Булка з маслом	50г
<i>Обід</i>	Суп збірний	200г
	М'ясні ковбаски(п.т.о)	70г
	Картопляне пюре з маслом	120г
	Салат овочевий (з олією)	50г
	Напій фруктовий	200г
<i>Полуденок</i>	Молочна каша з вермішеллю	200г
	Чай	200г
	Печиво без крему	40г

Вівторок

<i>Сніданок</i>	Молочна круп'яна каша	200г
	Кава ячмінна	200г
	Булка з маслом	50г
<i>Обід</i>	Борщ український з сметаною	200г
	Макарони з маслом	120г
	Гуляш м'ясний (п.т.о)	80
	Салат овочевий з олією	50г
	Напій фруктовий	200г
<i>Полуденок</i>	Лінівці вареники з сметанним соусом	140г/10г
	Чай	200г
	Канাপка з вареним яйцем	50г

Середа

<i>Сніданок</i>	Сирна запіканка з сметанним соусом (п.т.о)	140г/10г
	Кава ячмінна	200г
	Булка з маслом	50г
<i>Обід</i>	Суп з кльоцками	200г
	Гречаники з м'ясом(п.т.о)	80г
	Салат овочевий з олією	50г
	Напій фруктовий	200г
<i>Полуденок</i>	Омлет	40г
	Тушена капуста(т/о)	140г
	Чай	200г
	Вафлі	30г

Четвер

<i>Сніданок</i>	Рисова запіканка (т.о)	150г
	Кава ячмінна	200г
	Булка з маслом	50г
<i>Обід</i>	Капусняк з сметаною	200г
	Домашнє жарке	150г
	Салат овочевий з олією	50г
	Напій фруктовий	200г
<i>Полуденок</i>	Макарони з маслом і тертим сиром	100г/20г
	Чай	200г
	Печиво без крему	50г

П'ятниця

<i>Сніданок</i>	Кукурудзяна каша з маслом і цукром	140г
	Кава ячмінна	200г
	Булка з маслом	50г
<i>Обід</i>	Суп рибний	200г
	Гуляш	70г
	Картопляне пюре з маслом	100г
	Салат овочевий	50г
	Напій фруктовий	200г
<i>Полуденок</i>	Яйце варене на круто	40г
	Тушений буряк(т/о)	120г
	Чай	200г
	Булка з джемом	50г

3 тиждень

Понеділок

<i>Сніданок</i>	Каша пшенична в'язка	100г
	Салат з моркви з олією	60г
	Чай	200г
<i>Обід</i>	Печиво без крему	20г
	Капусняк український	200г
	Тюфтельки рисово-м'ясні (п.т.о.)	180г
	Соус сметанный із цибулею	20г
	Компот з яблук	200г
	Хліб житньо-пшеничний	60г
<i>Полуденок</i>	Сум молочний з макаронними виробами	200г
	Кавовий напій	180г
	Батон з повидлом	30/5г

Вівторок

<i>Сніданок</i>	Молочна геркулесова каша	200г
	Чай	180г
	Хліб з маслом і голландським сиром	45/5/10г
<i>Обід</i>	Суп гороховий з грінками	200г
	Голубці з сметанным соусом (п.т.о)	150г
	Компот зі свіжих яблук	180г
	Хліб житній	50г
<i>Полуденок</i>	Сирна запіканка з крупою манною (п.т.о.)	120г/20г
	Печиво без крему	30г
	Чай з лимоном	200г

Середа

<i>Сніданок</i>	Суп молочний вівсяний	200г
	Чай	180г
	Печиво	80г
<i>Обід</i>	Борщ український	200г
	Гречаники зі сметанным соусом (п.т.о)	160/20г
	Напій фруктовий	150г
	Хліб	60
	Омлет (п.т.о)	150г
<i>Полуденок</i>	Салат з огірків квашених (з олією)	50г
	Батон з маслом	40/5г
	Кава ячмінна	200г

Четвер

Сніданок	Каша молочна манна	200г
	Батон з маслом	40/5г
	Кавовий ячмінний напій	200г
Обід	Суп круп'яний на м'ясному бульйоні	200г
	Вареники з м'ясом вареним та маслом	140г
	Огірок солений	40г
	Напій фруктовий	200г
	Хліб житній	40
	Полуденок	Деруни зі сметанним соусом (т.о)
Кавовий напій		180г
Булочка з повидлом		100г

П'ятниця

Сніданок	Ліниві вареники зі сметаною (п.т.о.)	140/20г
	Батон з повидлом	45/10г
	Кавовий напій з молоком	200г
Обід	Суп овочевий з сметанним соусом (п.т.о.)	200г
	Горохове пюре з маслом	120г
	М'ясний печений рулет (п.т.о.) або м'ясна котлета (п.т.о.)	80г
	Квашений помідор	50г
	Компот з фруктів	200г
	Хліб житній	40
Полуденок	Млинці з повидлом	120/20г
	Какао на згущеному молоці	180г
	Печиво без крему	30г

4 тиждень

Понеділок

<i>Сніданок</i>	Макарони відварні з маслом та голландським сиром	140г
	Кавовий напій на молоці	200г
	Печиво без крему	20г
<i>Обід</i>	Борщ український	200г
	М'ясні ковбаски (п.т.о.)	120г
	Каша пшоняна в'язка	100г
	Компот з яблук	200г
	Хліб житньо-пшеничний	60г
<i>Полуденок</i>	Каша молочна пшенична	200г
	Чай	180г
	Батон з повидлом	30/5г

Вівторок

<i>Сніданок</i>	Сирково-вермішелева запіканка з солодкою підливою (п.т.о.)	170г
	Какао з молоком	180г
	Печиво без крему	40г
<i>Обід</i>	Розсольник	200г
	Риба печена з овочами (п.т.о.)	80г
	Рисова каша з маслом	180г
	Компот з яблук	150г
	Хліб житній	40
<i>Полуденок</i>	Овочеve рагу	150г
	Ватрушка	80г
	Чай з лимоном	180г

Середа

<i>Сніданок</i>	Каша молочна рисова	200г
	Чай з лимоном	200г
	Батон з маслом і голландським сиром	30/5/10г
<i>Обід</i>	Суп перловий	200г
	Биточок м'ясний (п.т.о.)	80г
	Каша гречана розсипчата	120
	Напій фруктовий	200г
	Хліб пшеничний	60
<i>Полуденок</i>	Запіканка рисово-сирна зі сметаною (п.т.о.)	180г
	Кавовий напій з молоком	180г
	Печиво	20г

Четвер

<i>Сніданок</i>	Омлет	60г
	Салат вітамінний (з олією)	60г
	Чай	200г
	Батон з маслом та твердим сиром	30/5/10г
<i>Обід</i>	Борщ український	200г
	Гуляш	80г
	Гречана каша	100г
	Квашений помідор	25г
	Компот фруктовий	200
<i>Полуденок</i>	Молочна манна каша	200г
	Чай	180г
	Булочка з яблуками	60г

П'ятниця

<i>Сніданок</i>	Молочна кукурудзяна каша	200г
	Кава ячмінна	200г
	Батон з маслом	30/5г
<i>Обід</i>	Суп круп'яний з м'ясними фрикадельками	200/30г
	Риба смажена (п.т.о.)	70г
	Картопля відварна з маслом	140г
	Салат зі свіжої капусти і моркви (з олією)	60г
	Хліб житній	60
<i>Полуденок</i>	Вінегрет	125г
	Чай	180г
	Печиво без крему	80г