

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник відділу освіти

Підволочиської селищної ради

Галина САКЕВИЧ

ПОГОДЖЕНО

Т.в.о. начальника Тернопільського

районного управління

Головного управління

Держпродспоживслужби у

Тернопільській області

Микола ЛУЦИК

2025р.

Примірне

чотиритижневе меню

(сніданок по додатку 9)

на зимовий період 2024-2025 н.р.

для учнів 1-4 класів навчальних закладів

відділу освіти Підволочиської селищної ради

Погоджено в частині бюджетної відповідності суми
у зазначенні цього погодженого меню
вимог постанови КМУ № 505 від 24.03.2019р.

М Е Н Ю

I тиждень

Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11р. (1-4 класи)				
	Вихід, г.	Білки г. 18-21	Жири г. 17-21	Вуглеводи г. 73-88	525-630 Енергоцінніс ть ккал
Понеділок					
Кускус розсипчастий з маслом	120/3	7,55	2,03	42,60	235
Салат з капусти та моркви ол.	100	1,59	3,11	6,56	56
Запечене філе курки з орегано п.т.о	50/70	16,53	2,83	0,29	93
Сир твердий	15	3,9	4,02	00	51,75
Сік	200	0,06	0,0	14,6	58
Яблуко	100	0,40	0,40	10,40	45
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
		33,93	15,99	75,35	609,75
Вівторок					
Каша гречана з чебрецем та маслом	120/3	6,20	3,78	30,90	184
Салат з капусти, з аром. олією	100	1,76	3,09	5,59	54
Риба запечена з морквою та цибулею під бешамеллю п.т.о	60	10,45	2,92	1,86	75
Мандарин	100	0,80	0,30	8,70	40
Сирники з куркумою п.т.о.	135	23,51	10,68	19,21	267
Узвар з суміші сухофруктів	200	0,64	0	15,34	62
		43,36	20,77	81,6	662
Середа					
Картопляне пюре з орегано та маслом	120/3	2,60	3,05	18,68	112
Соус сметанний т.о.	50	0,8	2,6	3,0	38
Курячі нагетси п.т.о	88	20,44	4,70	15,87	190
Салат морквяний з родзинками	100/11	1,35	0,09	15,04	59
Курячі нагетси п.т.о	88	20,44	4,70	15,87	190
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
Апельсин/яблуко	50/50	0,45/0,20	0,10/0,20	4,75/5,20	20/20
Компот з ягід або фруктів, малина (свіж. або морож.) родзинки	200/10,2	0,58	0,16	11,06	48
Горіх волоський	4	0,79	0,92	3,17	35,9

		51,35/ 51,1	19,92/ 20,02	88,3/88,75	598,9
Четвер					
Булгур з маслом	120/3	5,20	30,8	36,48	202
Омлет пухкий з орегано т.о.	50	5,86	5,19	3,28	84
Вінегрет ол.	100	1,98	3,53	11,75	84
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
Йогурт(в індив. упаковці)	125	3,47	3,12	12,40	93
Банан	100	1,50	0,10	21,80	89
Чай чорний з куркумою	200	0,12	0,03	0,12	1
		22,03	46,37	86,73	624
П'ятниця					
Аля-Ольо (макарони) з маслом	120/3	11,94	1,22	77,87	375
Салат з буряка з ароматною олією	100	1,48	3,10	9,85	69
Яблуко/Апельсин	100/100	0,40/0, 90	0,40/0, 20	10,40/9,50	45/40
Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112
		20/ 20,5	10,06/ 9,86	108,24/ 107,14	596

II тиждень

Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11р. (1-4 класи)				
	Вихід, г.	Білки г. 18-21	Жири г. 17-21	Вуглеводи г. 73-88	525-630 Енергоцінніс ть ккал
Понеділок					
Аля-Ольо (макарони) з маслом	120/3	11,94	1,22	77,87	375
Салат з капусти та моркви (олія)	100	1,51	2,89	5,08	49
Банан	100	1,50	0,10	21,80	89
Сир твердий	15	3,9	4,02	00	51,75
Сік	200	0,06	0,0	14,6	58
		18,91	8,23	119,35	629,75
Вівторок					
Пшенична каша класична з маслом	120/3	4,39	0,52	31,84	151
Скрамбл т.о	50	5,85	5,19	3,25	84
Салат з фіолетової капусти з соусом вінегрет (олія)	100	1,63	3,45	5,99	58
Сирники з куркумою п.т.о.	135	23,51	10,68	19,21	267
Чай Каркаде	200	0,01	0,01	0,04	0,19
Банан	100	1,50	0,10	21,80	89
		36,89	19,95	82,13	649,16
Середа					
Картопляне пюре з орегано та маслом	120/3	2,60	3,05	18,68	112
Салат з буряка з ароматною олією	100	1,48	3,10	9,85	69
Соус сметанный т.о.	50	0,8	2,6	3,0	38
Мітбол з птиці з мускатним горіхом (індик) п.т.о	75	17,23	1,20	4,75	99
Банан	100	1,50	0,10	21,80	89
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
Узвар з суміші сухофруктів	200	0,64	0	15,34	62
		28,15	13,65	74,32	540
Четвер					
Каша гречана з чебрецем та маслом	120/3	6,20	3,78	5,90	184
Салат з капусти та моркви ол.	100	1,59	3,11	6,56	56

Тушковане м'ясо птиці (індик) з овочами п.т.о.	85	16,82	3,70	5,19	121
Яблуко/Мандарин	100/100	0,40/0,80	0,40/0,30	10,40/8,70	45/40
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112
		35,09/ 35,49	19,93/ 19,83	39,07/ 37,37	589/584
П'ятниця					
Булгур з маслом	120/3	5,20	30,8	36,48	202
Салат морквяний з родзинками	100/11	1,35	0,09	15,04	59
Рибні палички п.т.о	70	12,11	2,59	13,45	128
Сир твердий	15	3,9	4,02	00	51,75
Мандарин	100	0,80	0,30	8,70	40
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
Компот з ягід або фруктів, малина (свіж. або морож.) родзинки	200/10	0,58	0,16	11,06	648
Горіх волоський	4	0,79	0,92	3,17	35,9
		28,63	42,48	88,8	615,65

III тиждень

Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11р. (1-4 класи)				
	Вихід, г.	Білки г. 18-21	Жири г. 17-21	Вуглеводи г. 73-88	525-630 Енергоцінніс ть ккал
Понеділок					
Кускус розсипчастий з маслом	120/3	7,55	2,03	42,60	235
Салат з капусти та моркви ол.	100	1,59	3,11	6,56	56
Запечене філе курки з орегано п.т.о	50/70	16,53	2,83	0,29	93
Сир твердий	15	3,9	4,02	00	51,75
Сік	200	0,06	0,0	14,6	58
Яблуко	100	0,40	0,40	10,40	45
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
		33,93	15,99	75,35	609,75
Вівторок					
Рис розсипчастий з орегано та маслом	120/3	2,98	2,64	30,23	160
Салат з капусти, з аром. олією	100	1,76	3,09	5,59	54
Риба запечена з морквою та цибулею під бешамеллю п.т.о	60	10,45	2,92	1,86	75
Мандарин/Апельсин	100/100	0,80/0,90	0,30/0,20	8,70/9,50	40/40
Сирники з куркумою п.т.о.	135	23,51	10,68	19,21	267
Чай Каркаде	200	0,01	0,01	0,04	0,19
		39,51/ 39,61	19,64/ 19,54	65,63/ 66,43	596,19
Середа					
Каша гречана з чебрецем та маслом	120/3	6,20	3,78	5,90	184
Салат морквяний з родзинками	100/11	1,35	0,09	15,04	59
Скрамбл т.о	50	5,85	5,19	3,25	84
Йогурт(в індив. упаковці)	125	3,47	3,12	12,40	93
Банан	50	0,75	0,05	10,9	44,5
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
Компот з ягід або фруктів, малина (свіж. або морож.) родзинки	200/10	0,58	0,16	11,06	648
Горіх волоський	4	0,79	0,92	3,17	35,9

		22,89	16,91	62,62	621,40
Четвер					
Картопляне пюре з орегано та маслом	120/3	2,60	3,05	18,68	112
Салат з буряка з ароматною олією	100	1,48	3,10	9,85	69
Соус сметанный т.о.	50	0,8	2,6	3,0	38
Мітбол з птиці з мускатним горіхом (індик) п.т.о	75	17,23	1,20	4,75	99
Банан	100	1,50	0,10	21,80	89
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
Узвар з суміші сухофруктів	200	0,64	0	15,34	62
		28,15	13,65	74,32	540
П'ятниця					
Аля-Ольо (макарони) з маслом	120/3	11,94	1,22	77,87	375
Салат з фіолетової капусти з соусом вінегрет (олія)	100	1,63	3,45	5,99	58
Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112
Мандарин	100	0,80	0,30	8,70	40
		20,55	10,31	102,68	585

IV тиждень

Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11р. (1-4 класи)				
	Вихід, г.	Білки г. 18-21	Жири г. 17-21	Вуглеводи г. 73-88	525-630 Енергоцінніс ть ккал
Понеділок					
Каша гречана з чебрецем та маслом	120/3	6,20	3,78	5,90	184
Салат морквяний з родзинками	100/11	1,35	0,09	15,04	59
Скрамбл т.о	50	5,85	5,19	3,25	84
Йогурт(в індив. упаковці)	125	3,47	3,12	12,40	93
Банан	100	0,75	0,05	10,9	44,5
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
Компот з ягід або фруктів, малина (свіж. або морож.) родзинки	200/10	0,58	0,16	11,06	648
Горіх волоський	4	0,79	0,92	3,17	35,9
		22,89	16,91	62,62	621,40
Вівторок					
Картопляне пюре з орегано та маслом	120/3	2,60	3,05	18,68	112
Соус сметанний т.о.	50	0,8	2,6	3,0	38
Тушковане м'ясо птиці (індик) з овочами п.т.о.	85	16,82	3,70	5,19	121
Салат з буряка з ароматною олією	100	1,48	3,10	9,85	69
Банан	100	0,75	0,05	10,9	44,5
Узвар з суміші сухофруктів	200	0,64	0	15,34	62
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
		26,99	16,1	63,86	562
Середа					
Пшенична каша класична з маслом	120/3	4,39	0,52	31,84	151
Салат з капусти, з аром. олією	100	1,76	3,09	5,59	54
Риба запечена з морквою та цибулею під бешамеллю п.т.о	60	10,45	2,92	1,86	75
Мандарин/Апельсин	100/100	0,80/0, 90	0,30/0, 20	8,70/9,50	40/40
Сирники з куркумою п.т.о.	135	23,51	10,68	19,21	267
Чай Каркаде	200	0,01	0,01	0,04	0,19

		40,92/ 41,02	17,52/ 17,42	67,24/ 68,04	587,19
Четвер					
Кускус розсипчастий з маслом	120/3,5	7,55	2,03	42,60	235
Салат з капусти, з аром. олією	100	1,76	3,09	5,59	54
Мітбол з птиці з мускатним горіхом (індик) п.т.о	75	17,23	1,20	4,75	99
Сир твердий	15	3,9	4,02	00	51,75
Сік	200	0,06	0,0	14,6	58
Хліб цільнозерновий	30	3,9	3,6	0,9	71
Мандарин	100	0,80	0,30	8,70	40
		35,2	14,24	77,14	611,75
П'ятниця					
Аля-Ольо (макарони) з маслом	120/3	11,94	1,22	77,87	375
Салат з фіолетової капусти з соусом вінегрет (олія)	100	1,63	3,45	5,99	58
Какао з молоком	200	6,18	5,34	10,12	112
Мандарин	100	0,80	0,30	8,70	40
		20,55	10,31	102,68	585

Додаток №9 до

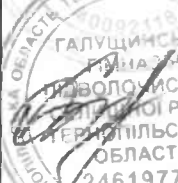
Примірного

чотиритижневого меню

на зимовий період 2024-2025 р. (сніданок)

для учнів 1-4 класів навчальних закладів

відділу освіти Підволочиської селищної ради

№ п/ п	Назва закладу	ПІБ керівника закладу	Підпис, печатка
1	Кам'янківський ліцей	Кучеравенко Оксана Петрівна	
2	Качанівський ліцей	Козловська Галина Андріївна	
3	Оріховецький ліцей	Кравчук Галина Степанівна	
4	Підволочиський ліцей ім.Івана Франка	Коцій Оксана Володимирівна	
5	Підволочиський ліцей	Добрунова Марія Анатоліївна	
6	Іванівська гімназія	Гуменюк Руслана Михайлівна	
7	Галушинецька гімназія	Серветник Олександр Миколайович	

8	Жеребківська гімназія	Деревніцька Олена Михайлівна
9	Супранівська гімназія	Липка Ігор Михайлович
10	Турівська гімназія	Мартинюк Олександра Богданівна
11	Хмелисківська гімназія	Кирилів Світлана Зіновіївна
12	Богданівська початкова школа	Гримак Наталія Станіславівна
13	Росохуватецька початкова школа	Тесля Богдана Ярославівна

