

Начальник Управління державного
нагляду за дотриманням санітарного
законодавства Головного управління
Держпродспоживслужби в м. Києві

Д.О. Байраченко

2023

Директор комунального підприємства
«Промінь в Святошинському районі
м.Києва»

Ковганич І.А.

«24» жовтня 2023

ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ СЕЗОННЕ МЕНЮ

мультипрофільного харчування

для учнів пільгових категорій та за кошти батьків загальноосвітніх навчальних закладів Святошинського району м.Києва на осінній, зимовий, весняний сезон

Меню розроблено відповідно до вимог постанови Кабінету Міністрів України від 24 березня 2021 року № 305 «Про затвердження норм та Порядку організації харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку», Технологічні карти страв та виробів для харчування дітей віком від 6 до 18 років розроблені Клопотенком Е.В. та є рекомендованими до використання МОЗ України, та Збірника рецептур страв для харчування школярів 1987р.

В меню допускається заміна страв та корегування їх виходу. Заміни, при відсутності тих - чи - інших продуктів, здійснюється по таблиці № 36 « Норми взаємозамінності продуктів при приготуванні страв ». Збірник рецептур страв для харчування школярів 1987 року випуску, постанова Кабінету Міністрів України від 24.03.2021р. №305, новий збірник рецептур страв, рекомендований МОЗ України.

Горіх вірно:

м. Київ



1 тиждень

		Діти від 6 до 11 р.	Діти від 11 до 14р.	Діти від 14 до 18р
Назва страви		Вихід г.	Вихід г.	Вихід г.
Понеділок				
к/к ТК 1.20	Салат з капусти , моркви та зеленого горошку	100	100	100
к/к ТК1.18	Салат з моркви з сиром та сметаною або овочі сезонні	100	100	100
к/к ТК 3.05	Фріттата	50	50	50
к/к з/р №173	Омлет натуральний	53	53	53
к/к ТК 8.01	Гречана каша з чебрецем	120	150	150
к/к з/р №164	Макарони відварені	120	150	150
к/к	Сік	200	200	200
к/к	Фрукти свіжі	100	100	100
Вівторок				
к/к ТК 1.39	Салат із буряка з сиром або салат із сезонних овочів	70	70	70
к/к ТК 1.28	Салат із капусти з ароматною олією	70	70	70
к/к з/р №79	Рис Паєлья	180	220	230
к/к ТК 5.01	Плов з булгуру та курки	180	220	230
к/к ТК 11.03	Узвар	200	200	200
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	100	100	100
Середа				
к/к ТК 1.14	Салат з моркви, яблук з сметаною або овочі сезонні	100	100	100
к/к ТК 1.15	Салат з моркви з родзинками та сметаною	100	100	100
к/к ТК 7.14	Запиканка рисова з сметаною	100/15	100/15	100/15
к/к ТК 7.20	Вареники ліниві з сметаною	80/15	80/15	80/15
к/к з/р №77	Плов фруктовий	100	100	100
к/к з/р №98	Суп молочний з крупою	250	250	250
к/к з/р №354	Какао з молоком	200	200	200
к/к з/р №350	Чай з лимоном	200/7	200/7	200/7
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	50	50	50
Четвер				
к/к ТК 1.35	Салат із буряка зі сметаною або сезонні овочі	100	100	100
к/к ТК 1.23	Салат із капусти , горошком та насінням	100	100	100
к/к ТК 6.01	Рибні нагетси	60	90	120
к/к з/р №198	Риба запечена з сметанною соусі	60	90	120
к/к з/р №44	Картопля запечена з куркумою	120	150	150
к/к ТК 8.13	Картопляне пюре	120	150	150
к/к ТК 11.02	Компот з ягід або фруктів (свіжих або заморожених)	200	200	200
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	60	60	60
П'ятниця				
к/к з/р 47	Салат із моркви та сметани	100	100	100
к/к ТК 1.44	Салат вінегрет або салат із сезонних овочів	100	100	100
к/к ТК 4.06	Котлета по міланськи з сиром	70	100	120
к/к ТК 4.09	Нагетси курячі	70	100	120
к/к ТК 8.25	Булгур	120	150	150
к/к ТК 8.26	Каша пшенична	120	150	150
к/к ТК 8.07	Лобіо з квасолею	120	150	150
к/к з/р №350	Чай з лимоном	200/7	200/7	200/7
к/к	Фрукти сезонні	100	100	100

*За відсутністю продуктів можлива заміна на інший продукт

2 тиждень

Назва страви		Вихід г.	Вихід г.	Вихід
Понеділок				
к/кТК 1.18	Салат з моркви з сиром та сметаною	100	100	100
к/к	Салат із капусти та кукурудзи або овочі сезонні	100	100	100
к/к ТК 3.0	Скрембл	50	50	50
к/к з/р №17	Омлет натуральний	53	53	53
к/к з/р №16	Макарони відварені	120	150	150
к/к к/кТК 8.04	Рис розсипчастий з орегано	120	150	150
к/к	Сік	200	200	200
к/к	Фрукти сезонні	100	100	100
Вівторок				
к/кТК 1.20	Салат із капусти, моркви та зеленого горошку	70	70	70
к/кТК 1.39	Салат із буряка з сиром або салат із сезонних овочів	70	70	70
к/кТК 4.1	Бігос з гречкою та курячим м'ясом	180	220	230
к/кТК 4.0	Плов з курячим м'ясом	180	220	230
к/кТК 11.03	Узвар	200	200	200
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	100	100	100
Середа				
к/кТК 1.14	Салат з моркви, яблук з сметаною або салат із сезонних овочів	100	100	100
ТК 1.15	Салат з моркви з родзинками та сметаною	100	100	100
к/к з/р 186	Оладки з сиру к/м з сметаною	100/15	100/15	100/15
к/к ТК 7.11	Запіканка сирна з сметаною	80/15	80/15	80/15
к/к з/р №77	Плов фруктовий	100	100	100
к/к з/р №98	Суп молочний з крупю	250	250	250
к/к з/р №354	Какао з молоком	200	200	200
к/к з/р №50	Чай з лимоном	200/7	200/7	200/7
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	50	50	50
Четвер				
к/к ТК 1.28	Салат із капусти з ароматною олією або сезонні овочі	100	100	100
к/кТК 1.35	Салат із буряка зі сметаною	100	100	100
к/кТК 6.06	Стіки рибні	60	90	120
к/кТК 6.03	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	60	90	120
к/кТК 8.12	Варена картопля з вершковим маслом	120	150	150
к/кТК 8.13	Картопляне пюре	120	150	150
к/к з/р №350	Чай з лимоном	200/7	200/7	200/7
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	100	100	100
П'ятниця				
к/к ТК 1.27	Салат з червоної капусти або сезонні овочі	100	100	100
к/к з/р 147	Салат із моркви та сметани	100	100	100
к/к з/р №287	Фрикадельки курячі	70	100	120
к/к ТК 1.08	Курячий шніцель	70	100	120
к/к ТК 8.26	Каша пшенична	120	150	150
к/кТК 8.15	Кускус розсипчастий	120	150	150
к/кТК 8.29	Горохове пюре	120	150	150
к/кТК 1.02	Компот з ягід або фруктів (свіжих або заморожених)	200	200	200
к/к	Фрукти сезонні	60	60	60

*За відсутністю продуктів можлива заміна на інший продукт

3 тиждень

	Назва страви	Вихід ,г	Вихід ,г	Вихід ,
Понеділок				
к/к ТК 1.28	Салат із капусти з ароматною олією або сезонні овочі	100	100	100
к/к ТК 1.18	Салат з моркви з сиром та сметаною	100	100	100
к/к з/р №173	Омлет натуральний	53	53	53
к/к ТК 3.05	Фріттата	50	50	50
к/к з/р №164	Макарони відварені	120	150	150
к/к ТК 3.01	Каша гречана з чебрецем	120	150	150
к/к	Сік	200	200	200
к/к	Фрукти сезонні	100	100	100
Вівторок				
к/к ТК 3.39	Салат із буряка з сиром або салат із сезонних овочів	70	70	70
к/к ТК 3.23	Салат із капусти , горошком та насінням	70	70	70
к/к ТК 3.01	Плов з булгуру та курки	180	220	230
к/к з/р № 79	Рис Паелья	180	220	230
к/к ТК 3.03	Узвар	200	200	200
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	100	100	100
Середа				
к/к ТК 3.14	Салат з моркви, яблук з сметаною або салат із сезонних овочів	100	100	100
ТК 1.1	Салат з моркви з родзинками та сметаною	100	100	100
к/к з/р №82	Сирники з сметаною	80/15	80/15	80/15
к/к ТК 3.14	Запиканка рисова з сметаною	100/15	100/15	100/15
к/к з/р №77	Плов фруктовий	100	100	100
к/к з/р № 98	Суп молочний з крупою	250	250	250
к/к з/р №354	Какао з молоком	200	200	200
к/к з/р №350	Чай з лимоном	200/7	200/7	200/7
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	50	50	50
Четвер				
к/к ТК 3.20	Салат із капусти, моркви та зеленого горошку	100	100	100
к/к ТК 3.35	Салат із буряка зі сметани або салат із сезонних овочів	100	100	100
к/к ТК 3.07	Рибні котлети	60	90	120
к/к з/р №198	Риба запечена з сметанною соусі	60	90	120
к/к ТК 3.13	Картопляне пюре	120	150	150
к/к з/р №50	Картопляний гратен	120	150	150
к/к з/р №350	Чай з лимоном	200/7	200/7	200/7
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	100	100	100
П'ятниця				
к/к ТК 3.44	Салат вінегрет або салат із сезонних овочів	100	100	100
к/к ТК 3.07	Салат із моркви зі сметаною	100	100	100
к/к ТК 3.73	Бефстроганов з курячого м'яса	70	100	120
к/к ТК 3.09	Нагетси курячі	70	100	120
к/к ТК 3.25	Булгур	120	150	150
к/к ТК 3.26	Каша пшенична	120	150	150
к/к ТК 3.07	Лобіо з квасолею	120	150	150
к/к ТК 3.02	Компот з ягід або фруктів (свіжих або заморожених)	200	200	200
к/к	Фрукти сезонні	60	60	60

*За відсутністю продуктів можлива заміна на інший продукт

4 тиждень

	Назва страви	Вихід г.	Вихід г.	Вихід,г
Понеділок				
к/к ТК1.18	Салат з моркви з сиром та сметаною або сезонні овочі	100	100	100
к/к ТК 1.20	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100	100	100
к/к ТК 3.05	Скрембл	50	50	50
к/к з/р № 73	Омлет натуральний	53	53	53
к/к з/р № 64	Макарони відварені	120	150	150
к/к ТК 8.04	Рис розсипчастий з орегано	120	150	150
к/к	Сік	200	200	200
к/к	Фрукти сезонні	100	100	100
Вівторок				
к/к	Салат із капусти та кукурудзи або сезонні овочі	70	70	70
к/к ТК 1.39	Салат із буряка з сиром	70	70	70
к/к ТК 4.13	Бігос з гречкою та курячим м'ясом	180	220	230
к/к ТК 4.03	Плов з курячим м'ясом	180	220	230
к/к ТК 11.03	Узвар	200	200	200
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	100	100	100
Середа				
к/к ТК 1.1	Салат з моркви, яблук з сметаною або салат із сезонних овочів	100	100	100
ТК 1.15	Салат з моркви з родзинками та сметаною	100	100	100
к/к з/р № 86	Оладки з сиру к/м з сметаною	100/15	100/15	100/15
к/к з/р 18	Пудинг з сметаною	80/15	80/15	80/15
к/к з/р № 7	Плов фруктовий	100	100	100
к/к з/р № 98	Суп молочний з крупкою	250	250	250
к/к з/р № 54	Какао з молоком	200	200	200
к/к з/р № 300	Чай з лимоном	200/7	200/7	200/7
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	50	50	50
Четвер				
к/к ТК 1.35	Салат із буряку зі сметаною або сезонні овочі	100	100	100
к/к ТК 1.28	Салат з із капусти з ароматною олією	100	100	100
к/к ТК 6.03	Риба тушкована з овочами під томатним соусом	60	90	120
к/к ТК 6.03	Фрикадельки рибні	60	90	120
к/к з/р № 4	Картопля запечена з куркумою	120	150	150
к/к ТК 8.13	Картопляне пюре	120	150	150
к/к з/р № 300	Чай з лимоном	200/7	200/7	200/7
к/к	Хліб цільнозерновий	30	50	50
к/к	Фрукти сезонні	100	100	100
П'ятниця				
к/к ТК 1.27	Салат з червоної капусти або сезонні овочі	100	100	100
к/к ТК 47	Салат із моркви зі сметаною	100	100	100
к/к ТК 4.10	Запечене філе курки з орегано	50	70	85
к/к ТК 5.03	Січеники курячі	70	100	120
к/к ТК 8.26	Каша пшенична	120	150	150
к/к ТК 8.03	Каша гречана	120	150	150
к/к ТК 8.29	Горохове пюре	120	150	150
к/к ТК 11.03	Компот з ягід або фруктів (свіжих або заморожених)	200	200	200
к/к	Фрукти сезонні	60	60	60

*3. відсутністю продуктів можлива заміна на інший продукт