

Затверджую :

Погоджено :

Погоджено :

Директор ТОВ "Віртуоз ЛТД "

В.о.начальника Держспоживслужби  
України у Володимирецькому районі

Начальник управління освіти  
Вараської міської ради

О.В.Кучеренко

О.М. Петрук

О.М.Корень

**ПРИМІРНЕ**

2-х тижневе меню комплексних обідів шкільних їдалень з урахуванням вікових груп та рекомендацій.  
Міністерства Охорони Здоров'я України / Лист №5 06.07.-1/119 від 12.05.1991р./, спільним Наказом  
Міністерства Охорони Здоров'я України та Міністерства Освіти і Науки України від 01.06.2005 N 242/329  
Постановою кабінету міністрів України, від 22.11.2004р. №1591

**2017-2018 навчальний рік  
(осінній період)**

Затверджую :

Погоджено :

Погоджено :

Директор ТОВ " Віртуоз ЛТД "

В.о.начальника Держспоживслужби  
України у Володимирецькому районі

Начальник управління освіти  
Вараської міської ради

\_\_\_\_\_ О.В.Кучеренко

\_\_\_\_\_ О.М. Петрук

 \_\_\_\_\_ О.М.Корень

### ПРИМІРНЕ

2-х тижневе меню комплексних обідів шкільних їдалень з урахуванням вікових груп та рекомендацій.  
Міністерства Охорони Здоров'я України / Лист №5 06.07.-1/119 від 12.05.1991р./, спільним Наказом  
Міністерства Охорони Здоров'я України та Міністерства Освіти і Науки України від 01.06.2005 N 242/329  
Постановою кабінету міністрів України, від 22.11.2004р. №1591

**2017-2018 навчальний рік  
(осінній період)**

ПОНЕДІЛОК (1 тиждень)

СНІДАНОК

№ з/п	Найменування страв	1-4 клас					Пільгова категорія				
		вага, г	Б	Ж	В	ккал	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Салат з свіжої капусти	50	0,8	2,5	4,5	44	50	0,8	2,5	4,5	44
2	Плов із птиці	170	13,33	14,67	37,58	306	200	15,67	17,26	44,21	360
4	Хліб житній/пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Чай з цукром	200	0,1	0	15	60	200	0,1	0	15	60
6											
<b>Всього:</b>			<b>18,28</b>	<b>17,75</b>	<b>84,05</b>	<b>533,7</b>		<b>20,62</b>	<b>20,34</b>	<b>90,68</b>	<b>587,7</b>

ОБІД (Група продовженого дня)

№ з/п	Найменування страв	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Суп картопляний з пшоном	200	2,4	2	17,3	98
2	Оладки з повидлом	100\15	8,00	10,47	49,60	324,67
3	Сир порційний	20	4,12	6,47	0	78,35
4	Хліб пшеничний/житній	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Компот із сухофруктів/ компот з яблук	200	0,50	0,00	29,70	122
<b>Всього</b>			<b>19,07</b>	<b>19,52</b>	<b>123,6</b>	<b>746,72</b>

## ВІВТОРОК (1 тиждень)

## СНІДАНОК

№ з/п	Найменування страв	1-4 клас					Пільгова категорія				
		вага, г	Б	Ж	В	ккал	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Масло порціями	10	0,1	8,3	0,1	75	10	0,1	8,3	0,1	75
2	Сирна запіканка з повидлом	100/15	17,3	12,5	32,8	317	150/15	25,95	18,75	49,2	475,5
3	Хліб житній/пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7	30	4,05	0,58	26,97	123,7
4	Чай з цукром	200	0,1	0	15	60	200	0,1	0	15	60
<b>Всього:</b>			<b>21,55</b>	<b>21,38</b>	<b>74,87</b>	<b>575,7</b>		<b>30,20</b>	<b>27,63</b>	<b>91,27</b>	<b>734,20</b>

## ОБІД (Група продовженого дня)

№ з/п	Найменування страв	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Борщ із свіжої капусти	200	1,8	14,2	11,2	91
2	Котлета рибна	50/5	6,7	7,8	7,6	123
3	Каша пшенична	100	5,13	5,93	28,33	188,00
4	Хліб пшеничний/житній	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Компот із яблук	200	1	0	21,2	113
<b>Всього</b>			<b>18,68</b>	<b>28,51</b>	<b>95,3</b>	<b>638,7</b>

СЕРЕДА (1 тиждень)

СНІДАНОК

№ з/п	Найменування страв	1-4 клас					Пільгова категорія				
		вага, г	Б	Ж	В	ккал	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Салат із буряка	50	0,9	1	2,6	31	50	0,9	1	2,6	31
2	Котлета рибна	50/5	6,7	7,8	7,6	123	70\5	9,38	10,52	10,04	172,2
3	Картопляне пюре	100	2,20	5,2	9,5	104	150	3,2	6,6	18,3	157
4	Хліб житній/пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Компот із сухофруктів/ компот з яблук	200	0,50	0,00	29,70	122	200	0,50	0,00	29,70	122,00
<b>Всього:</b>			<b>14,35</b>	<b>14,58</b>	<b>76,37</b>	<b>503,7</b>		<b>18,03</b>	<b>18,70</b>	<b>87,61</b>	<b>605,90</b>

ОБІД (Група продовженого дня)

№ з/п	Найменування страв	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Розсольник "Ленінградський"	200	2,1	4,4	14,5	107
2	Каша з пшона	100	4,87	6,6	26,7	186,67
3	Котлета куряча	60/5	9,36	14,28	11,72	232,8
4	Хліб житній/пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Чай з цукром	200	0,1	0	15	60
<b>Всього</b>			<b>20,48</b>	<b>25,86</b>	<b>94,89</b>	<b>710,17</b>

**ЧЕТВЕР (1 тиждень)**

**СНІДАНОК**

№ з/п	Найменування страв	1-4 клас					Пільгова категорія				
		вага, г	Б	Ж	В	ккал	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Салат Вітамінний	50	1	1,5	5	38	50	1	1,5	5	38
2	Каша гречана	100	3,1	3,5	15,8	110	150	4,65	5,25	23,7	165
3	Биточок м'ясний	50\5	5,8	23,1	8,7	267	60\5	6,96	27,72	10,44	320,4
4	Хліб житній /пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Чай з лимоном та цукром/ Чай з цукром	200	0,1	0	15	60	200	0,1	0	15	60
<b>Всього:</b>			<b>14,05</b>	<b>28,68</b>	<b>71,47</b>	<b>598,7</b>		<b>16,76</b>	<b>35,05</b>	<b>81,11</b>	<b>707,1</b>

**ОБІД (Група продовженого дня)**

№ з/п	Найменування страв	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Суп гороховий	200	4,8	3,7	16,6	120
2	Вареники з картоплею та маслом	150/5	6,45	10,35	43,05	195
4	Напій кавовий з молоком	200	3,3	3,3	24,8	142
5	Хліб житній/пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
6	Сир твердий порційний	17	3,5	5,50	0	66,6
<b>Всього:</b>			<b>22,1</b>	<b>23,43</b>	<b>111,4</b>	<b>647,3</b>

Пятниця (1 тиждень)

СНІДАНОК

№ з/п	Найменування страв	1-4 клас					Пільгова категорія				
		вага, г	Б	Ж	В	ккал	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Сир тв порціями	20	4,12	6,47	0	78,35	25	5,15	8,09	0	97,04
2	Оладки з повидлом	100\15	8,00	10,47	49,60	324,67	150\15	12	15,7	74,4	487
3	Яйце варене	40	5,1	4,6	0,3	63	40	5,1	4,6	0,3	63
4	Хліб житній/пшеничний	30\30	4,05	0,58	26,97	123,7	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Напій кавовий з молоком	200	3,30	3,30	24,80	142	200	3,30	3,30	24,80	142,00
<b>Всього:</b>			<b>24,57</b>	<b>25,42</b>	<b>101,67</b>	<b>731,72</b>		<b>29,60</b>	<b>32,27</b>	<b>126,47</b>	<b>912,74</b>

ОБІД ( Група продовженого дня)

№ з/п	Найменування страв	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Суп картопляний з макаронами	200	2,3	2	17,3	97
2	Биточок м'ясний	50\5	5,8	23,1	8,7	267
3	Рис відварний	100	2,53	5,67	26,87	169,33
4	Хліб чорний/білий	25/25	3,38	0,48	22,48	103,08
5	Компот із яблук	200	1	0	21,2	113
<b>Всього:</b>			<b>15,01</b>	<b>31,25</b>	<b>96,55</b>	<b>749,41</b>

ПОНЕДІЛОК (2 тиждень)

СНІДАНОК

№ з/п	Найменування страв	1-4 клас					Пільгова категорія				
		вага, г	Б	Ж	В	ккал	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Салат з свіжої капусти	50	0,8	2,5	4,5	44	50	0,8	2,5	4,5	44
2	Плов із свинини	150	13,7	26,9	27,2	407	190	17,35	34,07	34,453	515,53
4	Хліб житній/пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Чай з цукром	200	0,1	0	15	60	200	0,1	0	15	60
<b>Всього:</b>			<b>18,65</b>	<b>29,98</b>	<b>73,67</b>	<b>634,7</b>		<b>22,3</b>	<b>37,15</b>	<b>80,923</b>	<b>743,23</b>

ОБІД (Група продовженого дня)

№ з/п	Найменування страв	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Розсольник Ленінградський	200	2,1	4,4	14,5	107
2	Котлета куряча	60/5	9,36	14,28	11,72	232,8
3	Каша з пшона	100	4,87	6,6	26,67	186,67
4	Хліб житній/пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Компот з яблук	200	1	0	21,2	113
<b>Всього</b>			<b>21,38</b>	<b>25,86</b>	<b>101,1</b>	<b>763,2</b>



ВІВТОРОК (2 тиждень)

СНІДАНОК

№ з/п	Найменування страв	1-4 клас					Пільгова категорія				
		вага, г	Б	Ж	В	ккал	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Салат з буряка і олією	50	0,9	1,0	4,6	31	50	0,9	1,0	4,6	31
2	Рагу з птиці	175	12,9	10,5	17,6	217	200	14,74	12	20,114	248
4	Чай з цукром	200	0,10	0,00	15,00	60	200	0,10	0,00	15,00	60
5	Хліб житній/пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
	<b>Всього:</b>		<b>17,95</b>	<b>12,08</b>	<b>64,17</b>	<b>431,70</b>		<b>19,79</b>	<b>13,58</b>	<b>66,68</b>	<b>462,70</b>

ОБІД ( Група продовженого дня)

№ з/п	Найменування страв	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Суп картопляний з макаронами	200	2,3	2	17,3	97
2	Биточок м'ясний	50\5	5,8	23,1	8,7	267
3	Рис відварний	100	2,53	5,67	26,87	169,33
4	Хліб чорний/білий	25/25	3,38	0,48	22,48	103,08
5	Компот із яблук	200	1	0	21,2	113
	<b>Всього:</b>		<b>15,01</b>	<b>31,25</b>	<b>96,55</b>	<b>749,41</b>

СЕРЕДА (2 тиждень)

СНІДАНОК

№ з/п	Найменування страв	1-4 клас					Пільгова категорія				
		вага, г	Б	Ж	В	ккал	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Овочі свіжі/овочі консервовані	50	1,4	0,0	0,3	8	50	1,4	0	0,3	8
2	Каша з пшеничної крупи	100	5,13	5,93	28,33	188,00	150	7,7	8,9	42,5	282
3	Биточок м'ясний	50\5	5,8	23,1	8,7	267	60\5	6,96	27,72	10,44	320,4
4	Хліб житній/пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Компот з яблук	200	1	0	21,2	113	200	1	0	21,2	113
<b>Всього:</b>			<b>17,38</b>	<b>29,61</b>	<b>85,50</b>	<b>699,70</b>		<b>21,11</b>	<b>37,20</b>	<b>101,41</b>	<b>847,10</b>

ОБІД (Група продовженого дня)

№ з/п	Найменування страв	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Суп гороховий	200	4,8	3,7	16,6	120
2	Вареники з картоплею та маслом	150/5	6,45	10,35	43,05	195
4	Напій кавовий з молоком	200	3,3	3,3	24,8	142
5	Хліб житній/пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
6	Сир твердий порційний	17	3,5	5,50	0	66,6
<b>Всього:</b>			<b>22,1</b>	<b>23,43</b>	<b>111,42</b>	<b>647,3</b>

ЧЕТВЕР (2 тиждень)

СНІДАНОК

№ з/п	Найменування страв	1-4 клас					Пільгова категорія				
		вага, г	Б	Ж	В	ккал	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Салат вітамінний	50	1	1,5	5	38	50	1	1,5	5	38
2	Ковбаса варена	50/5	8,5	13,9	1	137	70\5	9,72	14,65	1,4	191,8
3	Макарони відварені	100	3,70	3,3	23,70	140	150	5,5	5	35,5	210
4	Хліб житній /пшеничний	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Чай з цукром	200	0,1	0	15	60	200	0,1	0	15	60
<b>Всього:</b>			<b>17,35</b>	<b>19,28</b>	<b>71,67</b>	<b>498,7</b>		<b>20,37</b>	<b>21,73</b>	<b>83,87</b>	<b>623,5</b>

ОБІД (Група продовженого дня)

№ з/п	Найменування страв	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Борщ із свіжої капусти	200	1,8	14,2	11,2	91
2	Котлета рибна	50/5	6,7	7,8	7,6	123
3	Каша пшенична	100	3,53	5,63	22,27	158
4	Хліб пшеничний/житній	30/30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Компот із яблук	200	1	0	21,2	113
<b>Всього</b>			<b>17,08</b>	<b>28,21</b>	<b>89,24</b>	<b>608,7</b>

Пятница (2 тиждень)

**СНІДАНОК**

№ з/п	Найменування страв	1-4 клас					Пільгова категорія				
		вага, г	Б	Ж	В	ккал	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Сир тв порціями	20	4,12	6,47	0	78,35	25	5,15	8,09	0	97,04
2	Оладки з повидлом	100\15	8,00	10,47	49,60	324,67	150\15	12	15,7	74,4	487
3	Яйце варене	40	5,1	4,6	0,3	63	40	5,1	4,6	0,3	63
4	Хліб житній/пшеничний	30\30	4,05	0,58	26,97	123,7	30\30	4,05	0,58	26,97	123,7
5	Напій кавовий з молоком	200	3,30	3,30	24,80	142	200	3,30	3,30	24,80	142
	<b>Всього:</b>		<b>24,57</b>	<b>25,42</b>	<b>101,67</b>	<b>731,72</b>		<b>29,60</b>	<b>32,27</b>	<b>126,47</b>	<b>912,74</b>

**ОБІД ( Група продовженого дня)**

№ з/п	Найменування страв	вага, г	Б	Ж	В	ккал
1	Суп гороховий	200	4,8	3,7	16,6	120
2	Котлета куряча	60\5	9,36	14,28	11,72	232,8
3	Картопляне пюре	100	2,20	5,2	9,5	104
4	Хліб житній/пшеничний	25\25	3,38	0,48	22,48	103,08
5	Чай з цукром	200	0,1	0	15	60
	<b>Всього</b>		<b>19,84</b>	<b>23,66</b>	<b>75,3</b>	<b>619,88</b>