

«Погоджено»

Начальник

Берегівського районного управління

ГУДПСС в Закарпатській області

С.С. Барзул

«Затверджую»

В.о. директора

Виноградівської ЗОШ І-ІІІ ст. №1

Г.Ю. Попович

ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ ОСІННЄ

МЕНЮ-РОЗКЛАДКА

по харчуванню дітей у Виноградівській ЗОШ І-ІІІ ст. №1

на І семестр 2024 навчального року

ПЕРШИЙ ТИЖДЕНЬ

Найменування страв	Вихід в (г)	Вихід (г)
Понеділок	з 6-11 років	з 11-14 років
1.Суп з галушками	250	250
2.Болоньезе	70	70
3.Макарони відварні	120	150
4.Хліб цільнозерновий	30	50
5.Сік фруктовий	200	200
6.Салат з буряка	50	50
7.Фрукти	100	100
Вівторок		
1.Борщ з картоплею	250	250
2.Курячі нагетси	70/30	100/30
3.Каша перлова	120	150
4. Салат із свіжих огірків	50	50
5.Компот фруктовий	200	200
6.Фрукти	100	100
Середа		
1.Бульйон з вермішеллю	250	250
2.Плов з булгура	120/70	150/90
3.Фрукти	100	100
4.Хліб цільнозерновий	30	50
5.Чай з лимоном	200	200
6.Салат овочевий	50	50
Четвер		
1.Суп рисовий з томатом	250	250
2.Чахохбілі з куркою	70	90
3.Гречана каша	120	150
4.Салат з моркви	50	50
5.Сік фруктовий	200	200
6.Фрукти	100	100
П'ятниця		
1.Суп овочевий	250	250
2.Рибні стіки	70	90
3.Горохове пюре	120	150
4.Соус «Кетчуп»	30	30
5.Салат з буряку	50	50
6.Хліб цільнозерновий	30	50
7.Напій лимонний	200	200
8.Фрукти	100	100

ДРУГИЙ ТИЖДЕНЬ

Найменування страв	Вихід в (г)	Вихід в (г)
Понеділок	3 6-11 років	3 11-14 років
1.Суп молочний з рисом	250	250
2.Курка в гірчичному соусі	70/30	90/30
3. Пшенична каша	120	150
4.Салат з моркви	50	50
5.Фрукти	100	100
6.Чай з лимоном	200	200
Вівторок		
1.Суп «Авголимоно»	250	250
2.Горохове пюре	120	150
3.Рибні стіки	70	90
4. Фрукти	100	100
5.Какао з молоком	200	200
6.Хліб цільнозерновий	30	50
7.Салат з капусти	50	50
Середа		
1. Борщ	250	250
2. Гомілка тушкована в соусі «Бешамель»	70/30	90/30
3. Кукурудзяна каша	120	150
4. Салат з буряку	50	50
5. Сік фруктовий	200	200
6.Фрукти	100	100
Четвер		
1.Суп з манними кльоцками	250	250
2.Різотто	120	150
3.Салат з моркви	50	50
4.Компот фруктовий	200	200
5.Хліб цільнозерновий	30	50
6.Фрукти	100	100
П'ятниця		
1.Суп овочевий	250	250
2.Мак едн чіз	120	150
3.Напій лимонний	200	200
4.Салат овочевий	50	50
5.Фрукти	100	100

ТРЕТІЙ ТИЖДЕНЬ

Найменування страв	Вихід в (г)	Вихід (г)
Понеділок	з 6-11 років	з 11-14 років
1. Суп з перловкою	250	250
2. Рибні котлети	70	90
3. Горохове пюре	120	150
3. Хліб цільнозерновий	30	50
4. Компот	200	200
5. Фрукти	100	100
7. Салат з буряку	50	50
Вівторок		
1. Суп овочевий зі сметаною	250	250
2. Курка тушкована в сметанному соусі	70/30	90/30
3. Гречана каша	120	150
4. Чай з лимоном	200	200
5. Салат з огірків	50	50
6. Фрукти	100	100
Середа		
1. Бульйон з вермішеллю	250	250
2. Плов з яловичиною	120/50	150/50
4. Салат з капусти	50	50
5. Хліб цільнозерновий	30	50
6. Сік фруктовий	200	200
7. Фрукти	100	100
Четвер		
1. Суп гороховий	250	250
2. Болоньезе	70	90
3. Макарони відварні	120	150
4. Напій лимонний	200	200
5. Салат з моркви	30	30
6. Фрукти	100	100
П'ятниця		
1. Суп з галушками	250	250
2. Кебаб з сиром	60	90
3. Пшенична каша	120	150
4. Салат з буряку	50	50
5. Хліб цільнозерновий	30	50
6. Чай з лимоном	200	200
7. Фрукти	100	100

ЧЕТВЕРТИЙ ТИЖДЕНЬ

Найменування страв	Вихід в (г)	Вихід (г)
Понеділок	з 6-11років	з 11-14років
1.Борщ із свіжої капусти	250	250
2.Булгур	120	150
3.Котлета по домашньому	70/30	90/30
4.Салат з буряку	50	50
5.Напій фруктовий	200	200
6.Фрукти	100	100
Вівторок		
1.Суп «Авголимоно»	250	250
2.Запечене філе курки з орегано	70	90
3.Ячна каша	120	150
4. Салат з капусти	50	50
5.Хліб цільнозерновий	30	50
6.Чай	200	200
7.Фрукти	100	100
Середа		
1.Суп овочевий з перловкою	250	250
2.Мак енд чіз	120/15	150/15
3.Фрукти	100	100
4.Салат з моркви	50	50
5.Компот фруктовий	200	200
Четвер		
1.Суп молочний з рисом	250	250
2.Чахохбілі з куркою	120/15	150/15
3.Гречана каша	100	100
4.Сік фруктовий	200	200
5.Салат з огірків	50	50
6.Фрукти	100	100
П'ятниця		
1.Суп овочевий	250	250
2.Горохове пюре	120	150
3.Салат з буряку	50	50
4.Рибні нагетси	70	90
5.Хліб цільнозерновий	30	50
6.Фрукти	100	100
7.Чай з лимоном		