

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник відділу освіти,
молоді та спорту

Миколаївської міської ради
Стрийського району
Львівської області


А.В. Старовецький



ПОГОДЖУЮ

Заступник начальника

Стрийського районного управління

Головного управління

Держпроєктивслужби

у Львівській області


Назар Жиденко



МЕНЮ

для харчування учнів

закладів освіти Миколаївської ОТГ

(весняний період)

Збірник і Найменування страв									
Енергетична цінність для дітей 6-11 р.									
1-й тиждень (весна)									
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5
Понеділок									
1, 24 Салат з капусти і моркви	100	64,02	1,51	3,5	5,83	100	64,02	1,51	3,5
261 Тефтелея зі свинини	60/50	283	7,4	18,5	4,2 60/50	50	283	7,4	18,5
08, 03 Рис розсипчастий	120	164,1	3,7	3	30,2	150	205,2	4,7	3,8
349 Чай	200	30	0,1	0	7,6	200	30	0,1	0
12,01 Фрукти (яблуко)	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4
Всього		593,52	13,11	25,4	59,63		634,62	14,11	20,9
Вівторок									
1,17 Салат з моркви, каррі та соусом	100	66,71	1,01	3,63	7,45	100	66,71	1,01	3,63
3,02 Омлет Скрамбл	50	97,9	5,4	6,9	3,7	50	97,9	5,4	6,9
295 Макарони відварні	120	168	4,44	3,96	18,44	150	210	5,55	4,95
362 Сік	200	151	0,6	0	36,4	200	151	0,6	0
12,01 Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3,2	4
фрукти по (банан)	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2
Всього		649,61	14,95	16,69	97,79	650	738,61	17,26	19,68
Середа									
1,35 Салат зі св. буряка та сметаною	100	71,63	1,82	3,37	8,63	100	71,63	1,82	3,37
285 Котлета з курячого м'яса	70/3	173	9,8	10,9	8,9 90/3	120	203	9,8	10,9
9,01 Каш речар	120	132,75	4,1	3,1	24,1	120	132,75	4,1	3,1
12,01 Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3,2	4
фрукти (яблуко)	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4
349 Чай	200	30	0,1	0	7,6 200/75	30	30	0,1	0
Всього		530,78	18,22	19,77	71,03		577,78	19,42	21,77
Четвер									
1, 24 Салат з капусти і моркви	100	64,02	1,51	3,5	5,83	100	64,02	1,51	3,5
84 Хек смажений	60/3	114,35	10,46	6,36	3,8 90/3	100	134	10,46	6,36
8,12 Картоплине пюре	120	162,62	2,84	7,42	6,36	150	203,3	3,5	9,3
11,05 Какао з молоком	180	148,8	6,11	5,5	9,8	180	148,8	6,11	5,5
Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3,2	4
12, 01 Фрукти (яблуко)	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4
Всього		613,19	23,32	25,18	47,59		720,52	25,18	29,06
П'ятниця									
1,15 Салат з моркви та сметани	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19
182 Сирники зі сметаною	105/15	429	25,8	4,69	14,5 125/15	200	470	17	3,2
ст.113 Компот із свіжих фруктів	200	105,3	0,62	0,23	30,1	200	105,3	0,62	0,23
12,01 Фрукти (яблуко)	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4
Всього		589,13	26,46	6,02	51,2		330,83	17,66	4,53
Субота									
1, 24 Салат з моркви та сметани	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19
182 Сирники зі сметаною	105/15	429	25,8	4,69	14,5 125/15	200	470	17	3,2
ст.113 Компот із свіжих фруктів	200	105,3	0,62	0,23	30,1	200	105,3	0,62	0,23
12,01 Фрукти (яблуко)	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4
Всього		589,13	26,46	6,02	51,2		330,83	17,66	4,53
Неділя									
1, 24 Салат з моркви та сметани	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19
182 Сирники зі сметаною	105/15	429	25,8	4,69	14,5 125/15	200	470	17	3,2
ст.113 Компот із свіжих фруктів	200	105,3	0,62	0,23	30,1	200	105,3	0,62	0,23
12,01 Фрукти (яблуко)	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4
Всього		589,13	26,46	6,02	51,2		330,83	17,66	4,53
Всього за тиждень									
разом		589,13	26,46	6,02	51,2		330,83	17,66	4,53

Додатково: 24.05.2024

Збірник ре найменування страв

Енергетична цінність для дітей-11 р.

Енергетична цінність для дітей-14 р.

Енергетична цінність для дітей-18 р.

2-й тиждень (весна)

Понеділок

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

92

93

94

95

96

97

98

99

100

101

102

103

104

105

106

107

108

109

110

111

112

113

114

115

116

117

118

119

120

121

122

123

124

125

126

127

128

129

130

131

132

133

134

135

136

137

138

139

140

141

142

143

144

145

146

147

148

149

150

151

152

153

154

155

156

157

158

159

160

161

162

163

164

165

166

167

168

169

170

171

172

173

174

175

176

177

178

179

180

181

182

183

184

185

186

187

188

189

190

191

192

193

194

195

196

197

198

199

200

201

202

203

204

205

206

207

208

209

210

211

212

213

214

215

216

217

218

219

220

221

222

223

224

225

226

227

228

229

230

231

232

233

234

235

236

237

238

239

240

241

242

243

244

245

246

247

248

249

250

251

252

253

254

255

256

257

258

259

260

261

262

263

264

265

266

267

268

269

270

271

272

273

274

275

276

277

278

279

280

281

282

283

284

285

286

287

288

289

290

291

292

293

294

295

296

297

298

299

300

301

302

303

304

305

306

307

308

309

310

311

312

313

314

315

316

317

318

319

320

321

322

323

324

325

326

327

328

329

330

331

332

333

334

335

336

337

338

339

340

341

342

343

344

345

346

347

348

349

350

Збірник рецептур страв

Енергетична цінність для дітей 6-11 р.

Вихід, г 525-630 18-21 17-21

Енергетична цінність для дітей 11-14 р.

Вихід, г 600-810 21-27 21-27

Енергетична цінність для дітей 14-18 р.

Вихід, г 600-810 21-27 21-27

3-й тиждень (весна)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Вихід, г	525-630	18-21	17-21	73-88	Вуглеводи, г	Вихід, г	600-810	21-27	21-27	81-112	Вихід, г	600-810	21-27	21-27	81-112	Вихід, г	600-810	21-27	21-27	81-112	Вихід, г	600-810	21-27	21-27	81-112	Вихід, г	600-810	21-27	21-27	81-112
Енерго-цін Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Жири, г	Вуглеводи, г

Понеділок

1.17	Салат з моркви, карі та соусом "Ві-	100	66,71	1,01	3,63	7,45	100	66,71	1,01	3,63	7,45	100	66,71	1,01	3,63	7,45	100	66,71	1,01	3,63	7,45	100	66,71	1,01	3,63	7,45	100	66,71	1,01	3,63	7,45
3.03	Пухкий омлет з оретано	50	87	6	6	0,4	50	87	6	6	0,4	50	87	6	6	0,4	50	87	6	6	0,4	50	87	6	6	0,4	50	87	6	6	0,4
295	Макарони відварні	120	168	4,44	3,96	18,44	150	210	5,55	4,95	35,6	150	210	5,55	4,95	35,6	150	210	5,55	4,95	35,6	150	210	5,55	4,95	35,6	150	210	5,55	4,95	35,6
362	Сік	200	151	0,6	0	36,4	200	151	0,6	0	36,4	200	151	0,6	0	36,4	200	151	0,6	0	36,4	200	151	0,6	0	36,4	200	151	0,6	0	36,4
12.01	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7
Всього	Фрукти (яблуко)	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
Всього	Вівторок	2	638,71	15,55	15,79	94,49	2	727,71	17,86	18,78	118,35	2	727,71	17,86	18,78	118,35	2	727,71	17,86	18,78	118,35	2	727,71	17,86	18,78	118,35	2	727,71	17,86	18,78	118,35

04	Салат зі свіжого буряка та сухариків	100	71,63	1,82	3,37	8,63	100	71,63	1,82	3,37	8,63	100	71,63	1,82	3,37	8,63	100	71,63	1,82	3,37	8,63	100	71,63	1,82	3,37	8,63	100	71,63	1,82	3,37	8,63
16	Печена по домаш з куркою	200	435	13,2	28,2	19	225	505	17,56	37,51	25,27	250	529	17,56	37,51	25,27	250	529	17,56	37,51	25,27	250	529	17,56	37,51	25,27	250	529	17,56	37,51	25,27
349	Чай	200	30	0,1	0	7,6	200	30	0,1	0	7,6	200	30	0,1	0	7,6	200	30	0,1	0	7,6	200	30	0,1	0	7,6	200	30	0,1	0	7,6
12.01	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7
Всього	Фрукти (яблуко)	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11
Всього	Середа	2	660,03	18,02	33,77	56,23	2	775,44	0,9	45,28	68,6	2	775,44	17,62,32	45,28	68,6	2	775,44	17,62,32	45,28	68,6	2	775,44	17,62,32	45,28	68,6	2	775,44	17,62,32	45,28	68,6

1.24	Салат з капусти і моркви	100	64,02	1,51	3,45	5,83	100	64,02	1,51	3,45	5,83	100	64,02	1,51	3,45	5,83	100	64,02	1,51	3,45	5,83	100	64,02	1,51	3,45	5,83	100	64,02	1,51	3,45	5,83
84	Хек смажений	60/3	114,35	10,46	6,36	3,8 90/3	150	134	10,46	6,36	3,8 120/3	150	174	10,46	6,36	3,8	150	174	10,46	6,36	3,8	150	174	10,46	6,36	3,8	150	174	10,46	6,36	3,8
8.12	Картопл. не пс-ре	120	152,62	2,24	7,42	21,11	200	203,3	3,5	5,3	26,4	200	203,3	3,5	5,3	26,4	200	203,3	3,5	5,3	26,4	200	203,3	3,5	5,3	26,4	200	203,3	3,5	5,3	26,4
ст.113	Компот із свіжих фруктів	200	105,3	6,11	5,5	9,8	200	105,3	6,11	5,5	9,8	200	105,3	6,11	5,5	9,8	200	105,3	6,11	5,5	9,8	200	105,3	6,11	5,5	9,8	200	105,3	6,11	5,5	9,8
12.01	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7	50	118	3,2	4	16,7
Всього	Фрукти (яблуко)	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11
Всього	Четвер	2	569,69	23,82	24,93	61,54	2	700,87	25,68	28,81	73,53	2	700,87	25,68	28,81	73,53	2	700,87	25,68	28,81	73,53	2	700,87	25,68	28,81	73,53	2	700,87	25,68	28,81	73,53

1.28	Салат зі св. капусти та аром. олії	100	55,4	1,5	3,3	4,4	100	55,4	1,5	3,3	4,4	100	55,4	1,5	3,3	4,4	100	55,4	1,5	3,3	4,4	100	55,4	1,5	3,3	4,4	100	55,4	1,5	3,3	4,4
57(Kn)	Курячі нагетси	70/3	142,5	11,5	5,9	13,5 90/3	150	208	26,6	13,4	31,2 120/3	150	228	26,6	13,4	31,2	150	228	26,6	13,4	31,2	150	228	26,6	13,4	31,2	150	228	26,6	13,4	31,2
8.03	Рис (розсипчастий)	120	164,1	3,7	3	30,2	150	205,2	4,7	3,8	37,7	150	205,2	4,7	3,8	37,7	150	205,2	4,7	3,8	37,7	150	205,2	4,7	3,8	37,7	150	205,2	4,7	3,8	37,7
11. 05	Какао з молоком	180	148,8	0,1	0	7,6	180	148,8	0,1	0	7,6	180	148,8	0,1	0	7,6	180	148,8	0,1	0	7,6	180	148,8	0,1	0	7,6	180	148,8	0,1	0	7,6
12.01	Фрукти (яблуко)	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11
Всього	П'ятниця	2	563,2	17,7	12,4	66,7	2	669,8	33,8	20,7	91,9	2	669,8	33,8	20,7	91,9	2	669,8	33,8	20,7	91,9	2	669,8	33,8	20,7	91,9	2	669,8	33,8	20,7	91,9

1.15	Салат з моркви та сметани	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23	100	69,25	1,55	3,19	9,23
7.11	Запіканка сирна з апідним копі	180/25	371,47	26,29	16,43	29,02 250/25	200	411,78	23,96	15,83	43,13 250/25	200	411,78	23,96	15,83	43,13	200	411,78	23,96	15,83	43,13	200	411,78	23,96	15,83	43,13	200	411,78	23,96	15,83	43,13
12.01	Фрукти (яблуко)	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11	100	52,4	0,9	0,2	11
ст.113	Компот із свіжих фруктів	200	105,3	0,62	0,23	30,1	200	105,3	0,62	0,23	30,1	200	105,3	0,62	0,23	30,1	200	105,3	0,62	0,23	30,1	200	105,3	0,62	0,23	30,1	200	105,3	0,62	0,23	30,1
Всього	Всього	300	531,6	27,45	17,56	64,92	300	571,91	25,12	16,96	79,03	300	571,91	25,12	16,96	79,03	300	571,91	25,12	16,96	79,03	300	571,91	25,12	16,96	79,03	300	571,91	25,12	16,96	79,03
Всього	разом	2	531,6	27,45	17,56	64,92	2	571,91	25,12	16,96	79,03	2	571,91	25,12	16,96	79,03	2	571,91	25,12	16,96	79,03	2	571,91	25,12	16,96	79,03	2	571,91	25,12	16,96	79,03

разом

