

ПОГОДЖЕНО:

Начальник відділу Державного нагляду за дотриманням Держпродспоживслужби в Броварському районі І У Держпродспоживслужба в Київській області

О.В.Вакарчук
2022р.

ЗАТВЕРДЖУЮ:

Директор Київської ЗОШ І-ІІІ ступеня Броварської міської ради
Оксана Олійник

Орієнтовне сезонне 4-тижневне меню для харчування дітей у групах продовженого дня загальноосвітніх навчальних закладів

№ рецептур (36)	№ рецептур (36)	№ рецептур (Rev. 2021 р.)	Назва страви	вікова група 6-11 років, 630-735 ккал		вікова група 11-14 років, 720-840 ккал		вікова група 14-18 років, 810-945 ккал	
				Вихід, г	Калорійність, ккал	Вихід, г	Калорійність, ккал	Вихід, г	Калорійність, ккал
			1 тиждень						
			1 день (понеділок)						
рп 15	рп 15		Салат з солоних огірків з цибулькою	100	61	100	61	100	61
рп 77			Суп з овочів	250	105	250	105	250	105
			Сметана	25	51,5	25	51,5	25	51,5
рп 164			Маларовні вироби відварі	120	164	120	164	150	205
рп 248			Вареники зі свинини (з сирного м'яса)	50	267	50	267	70	373,8
			Хліб житній	30	68	50	113,3	50	113,3
	рпК 11.10		Циць з м'яса (без курку)	200	1,22	200	1,22	200	1,22
			Вареники свіжі	75	71,30	75	71,30	100	95,07
			Всього		789,02		834,36		1005,93
			2 день (вівторок)						
	рпК 12		Салат з капуста б/к з часником з олією	50	51,05	50	51,05	50	51,05
рп 96			Суп з кислого	200	126,4	200	126,4	250	158
рп 144			Капса пісменна розсичаста	120	255,6	120	255,6	120	255,6
	рпК 45		Сніг курці	50	125,63	75	188,44	75	188,44
			Хліб пшеничний	30	71,0	50	118,3	50	118,3
	рпК 11.03		Увар з суміші сухофруктів (без курку)	180	96,96	180	96,96	180	96,96
			Апельсин свіжий	100	50,0	100	50,0	100	50,0
			Всього		776,64		886,79		918,39
			3 день (середа)						
	рпК 1.43		Салат з морською та родинками (олій)	50	49,7	70	44,24	100	63,2
рп 59			Борщ	250	100	250	100	250	100
			Сметана	25	51,5	25	51,5	30	61,8
рп 105			Пюре картопляне	120	128,8	150	161	150	161
	рпК 82		Колети рибні парові	75	73,47	100	97,96	110	107,76
			Хліб житній	30	68	50	113,3	60	136,0
			Сік фруктовий	200	104	200	104	200	104
			Фініси	30	85,2	30	85,2	30	85,2
			Всього		660,67		757,24		818,92
			4 день (четвер)						
рп 50			Вінегрет овочевий	50	64	50	64	70	89,6
рп 81			Суп картопляний з соєвими	200	115,2	200	115,2	250	144
	рпК 8.15		Кулець розсичастий	100	130,09	120	156,1	120	156,1
рп 261/262			Тіфурет м'ясні зі свинини	50/30	243	50/30	243	60/50	304
	рпК 11.05		Хліб пшеничний	30	71,0	50	118,3	50	118,3
			Какао з молоком	150	91,59	150	91,59	150	91,59
			Яблука свіжі	75	39,30	75	39,30	75	39,30
			Всього		754,18		827,33		942,93
			5 день (п'ятниця)						
	рпК 10		Салат з червоної капуста з соусом "вінегрет"	50	35,23	50	35,23	70	49,44
рп 76			Суп салатняний з пішоном	250	91	250	91	250	91

рп	рпК	Сметана	25	51,5	25	51,5	75	51,5	75	51,5
рп 144		Каши гречана розсичаста	100	213,3	120	255,96	130	255,96	130	319,95
	рпК 42	Болоньезе	75	124,29	75	124,29	100	165,72	100	165,72
		Хліб житній	30	68	50	113,3	50	113,3	50	113,3
	рпК 11.02	Комлот із свіжих (заморожених) ягід м'ягою та родзинками	180	39,96	180	39,96	200	44,4	200	44,4
		Мандарини свіжі	100	50,00	100	50,00	100	50,00	100	50,00
		Всього		673,28		761,28		885,35		
		2 тиждень								
		1 день (понадмірок)								
	рпК 27	Салат з морквою та сиром	50	57,45	100	114,9	100	114,9	100	114,9
рп 80		Суп картопляний з гречаною крупою	250	102	250	102	250	102	250	102
рп 284	рпК 08.25	Булочка рисовачий	120	132	120	132	150	165	150	165
		Котлета куряча	70	242,2	70	242,2	70	242,2	70	242,2
		Хліб пшасервований	30	71,0	50	118,3	50	118,3	50	118,3
	рпК 11.11	Чай з лимого	200	0,8	200	0,8	200	0,8	200	0,8
		Банани свіжі	75	71,30	75	71,30	75	71,30	75	71,30
		Всього		676,8		781,56		814,56		
		2 день (вівторок)								
		Салат з соевих огірків з цибулею	50	30	50	30	50	30	50	30
рп 15	рпК 77	Суп з овснів	250	105	250	105	250	105	250	105
		Сметана	25	51,5	25	51,5	25	51,5	25	51,5
	рпК 72	Печени то-домашньому зі свининою	150	383	150	383	200	510,67	200	510,67
		Хліб житній	30	68	50	113,3	50	113,3	50	113,3
		Компот із свіжих (заморожених) ягід, м'ягою та родзинками	150	33,3	180	39,96	180	39,96	180	39,96
	рпК 11.02	Апельсини свіжі	100	50,0	100	50,0	100	50,0	100	50,0
		Всього		720,8		772,8		900,47		
		3 день (середа)								
		Салат з капуста б/к з насінням з огіро	50	51,05	50	51,05	70	71,46	70	71,46
рп 63		Борщ з квасолею	200	116	200	116	250	145	250	145
рп 144		Каша гречана розсичаста	100	213,3	100	213,3	120	255,96	120	255,96
	рпК 59	Чахохоблі з куркою	75	164,1	75	164,1	75	164,1	75	164,1
		Хліб цілнозерновий	30	71,0	50	118,3	50	118,3	50	118,3
	рпК 11.07	Напій з ягідів пившини	150	85,2	180	102,24	200	113,6	200	113,6
		Куряга	75	60,25	25	60,25	25	60,25	25	60,25
		Всього		760,9		825,28		928,71		
		4 день (четвер)								
	рпК 1.37	Салат з буряком та морквою	50	41,4	70	57,96	70	56,96	70	56,96
рп 74		Розсольник з рисовою крупою	200	106,4	200	106,4	200	106,4	200	106,4
	рпК 8.15	Кувасу розсичастий	100	130,09	120	156,1	150	195,13	150	195,13
		Квасаса "Львівські"	60	279	60	279	70	325,5	70	325,5
рп 267		Хліб житній	30	68	50	113,3	50	113,3	50	113,3
	рпК 11.04	Кисіль ягідний	200	44,11	200	44,11	200	44,11	200	44,11
		Мандарини свіжі	100	50,00	100	50,00	100	50,00	100	50,00
		Всього		719		806,91		891,44		
		5 день (п'ятниця)								
рп 37		Салат з квашеної капуста з огіро	50	39	70	54,6	100	78	100	78
рп 61		Суп з бобовими (з горохом)	250	150	250	150	250	150	250	150
рп 144		Каша рисова розсичаста	120	203,2	120	203,2	150	254	150	254
рп 192		Рибні (неплагстовані) гратундеса	75	99	75	99	100	132	100	132
		Хліб цілнозерновий	30	71,0	50	118,3	50	118,3	50	118,3
	рпК 11.03	Увар з суміші сухфруктів (без цукру)	180	96,96	180	96,96	180	96,96	180	96,96
		Яблука свіжі	75	39,30	75	39,30	75	39,30	75	39,30
		Всього		698,46		761,4		868,6		
		3 тиждень								
		1 день (понадмірок)								
	рпК 10	Салат з червоної капуста з соусом "вінегрет"	50	35,23	50	35,23	70	49,44	70	49,44
рп 79		Суп картопляний з рисовою крупою	250	104	250	104	250	104	250	104
рп 164		Макарони варені відварені з маслом	120	164	120	164	120	164	120	164
		Болоньезе	75	124,32	100	165,75	100	165,75	100	165,75
	рпК 42	Сир твердий	15	52	15	52	20	69,34	20	69,34

