

Погоджено:

Заступник начальника  
Головного управління  
Держпродспоживслужби  
у Чернівецькій області  
Михайло Волченко

« 6 » 01

2024 р.



Затверджено:

Заступник начальника з фінансово-  
економічних питань управління освіти  
Чернівецької міської ради

Денис Круглецький

« 19 »

грудня

2024 р.



**Меню одноразового харчування (сніданку) для учнів ЗЗСО на весняний період 2025р.**

**1-й тиждень**

дні	№ Техн. карти	НАЗВА СТРАВ ТА ВИРОБІВ	Вікова група 6-11 років	
			ВИХІД СТРАВ	ЕНЕРГОЦІННІСТЬ, 525-630 ККАЛ
Понеділок		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)		
		Сир твердий	100	68
	121	Філе куряче запечене	15	54
	08.01	Гречана каша	58	151
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	120	113
	12.01	Фрукти по сезону	170	120
		Всього Ккал	100	92
Вівторок		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)		598
		М'ясо куряче у сметанному соусі	100	68
	08.26	Каша розсипчаста з маслом	50/50	175
	145*	Какао з молоком	120	113
	07.06	Фрукти по сезону	180	120
		Всього Ккал	100	50
Середа		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)		526
		Яйце відварне	100	68
	71*	Пудинг з сиру кисломолочного	1/2	40
	11.11	Чай з цукром	150	304
		Хліб цільнозерновий	180	31
	12.01	Фрукти по сезону	30	71
		Всього Ккал	100	92
Четвер		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)		606
		Сир твердий	100	68
	06.01	Рибні нагетси	15	54
	08.13	Картопляне пюре	70	114
		Сік фруктовий	120	163
		Хліб цільнозерновий	200	108
	07.06	Фрукти по сезону	30	71
		Всього Ккал	100	50
П'ятниця		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)		628
		Яйце відварне	100	68
	07.12	Запіканка сирна з бананом	1/2	40
	12.01	Фрукти по сезону	150	275
		Хліб житній	60	30
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	30	68
		Всього Ккал	170	120
			601	

2-й тиждень

дні	№ Техн. карти	НАЗВА СТРАВ ТА ВИРОБІВ	Вікова група 6-11 років	
			ВИХІД СТРАВ	ЕНЕРГОЦІННІСТЬ, 525-630 ККАЛ
Понеділок		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Сир твердий	15	54
	120	Відбивна з курячого філе	60	166
	08.26	Каша розсипчаста з маслом	120	113
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	120
		Всього Ккал		571
Вівторок		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Яйце відварне	1/2	40
	71*	Пудинг з сиру кисломолочного	150	304
		Хліб цільнозерновий	30	71
		Сік фруктовий	200	84
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
		Всього Ккал		617
Середа		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Сир твердий	15	54
	06.03	Риба тушкована з овочами	60	61
	08.13	Картопляне пюре	120	163
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	120
		Хліб житній	30	68
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	Всього Ккал		584	
Четвер		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Бефстроганов з філе птиці	50/60	140
	08.01	Каша гречана	120	133
	145*	Какао з молоком	180	140
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
		Всього Ккал		531
П'ятниця		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Яйце відварне	1/2	40
	73	Сирно - манна запіканка	150	348
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	11.11	Чай з цукром	180	31
		Хліб житній	30	68
		Всього Ккал		605

### 3-й тиждень

дні	№ Техн. карти	НАЗВА СТРАВ ТА ВИРОБІВ	Вікова група 6-11 років	
			ВИХІД СТРАВ	ЕНЕРГОЦІННІСТЬ, 525-630 ККАЛ
Понеділок		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Сир твердий	15	54
		Палички курячі	70	198
	08.26	Каша розсипчаста з маслом	120	133
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
		Сік фруктовий	200	108
		Всього Ккал		611
Вівторок		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Сир твердий	15	54
	85	Риба смажена в яйці	50	98
	08.13	Картопляне пюре	120	163
		Хліб житній	30	68
	12.01 <sup>1</sup>	Фрукти по сезону	100	50
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	120
		Всього Ккал		621
Середа		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Яйце відварне	1/2	40
	73	Сирно - манна запіканка	150	348
		Хліб житній	30	68
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	11.11	Чай з цукром	180	31
		Всього Ккал		605
Четвер		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		М'ясо куряче у сметанному соусі	50/50	175
	08.26	Каша розсипчаста з маслом	120	113
	145*	Какао з молоком	180	140
	07.06	Фрукти по сезону	100	50
		Всього Ккал		546
П'ятниця		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Яйце відварне	1/2	40
		Гратен «Зебра» (запіканка сирна з какао)	155	283
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
		Хліб житній	30	68
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	120
		Всього Ккал		629

#### 4-й тиждень

дні	№ Т.карти	НАЗВА СТРАВ ТА ВИРОБІВ	Вікова група 6-11 років	
			ВИХІД СТРАВ	525-630 ККАЛ
Понеділок		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)		
		Сир твердий	100	68
	04.08	Курячий шніцель натуральний	15	54
	08.26	Каша розсипчаста з маслом	70	139
	11.03	Каша розсипчаста з маслом	120	113
		Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	119
		Хліб житній	30	68
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	Всього Ккал		611	
Вівторок		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Сир твердий	15	54
	06.06	Стіки рибні	70	162
	08.13	Картопляне пюре	120	163
		Сік фруктовий	200	108
	07.06	Фрукти по сезону	100	50
		Всього Ккал		605
Середа		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Яйце відварне	1/2	40
	73	Сирно - манна запіканка	150	348
		Хліб цільнозерновий	30	71
	11.11	Чай з цукром	180	31
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
		Всього Ккал		608
Четвер		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Бефстроганов з філе птиці	50/60	140
	63*	Макарони відварні	120	155
	145*	Какао з молоком	180	140
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
		Всього Ккал		553
П'ятниця		Салат з свіжих овочів (або овочі свіжі натуральні, або квашені)	100	68
		Яйце відварне	1/2	40
	71*	Пудинг з кисломолочного сиру	150	284
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	119
		Хліб житній	30	68
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
		Всього Ккал		629

Примірне чотиритижневе сезонне меню для організації одноразового харчування - сніданків у закладах ЗЗСО у разі п'ятиденного перебування розроблене з урахуванням вимог Постанови КМУ від 24.03.2021р. №305 (із змінами) згідно з додатком №9.

Використані технологічні карточки на страви та вироби для харчування дітей віком від 6 до 18 років у закладах освіти, від 06.09.2021р. автор Євген Клопотенко.

\* Технологічні карточки на страви із збірника рецептур страв та борошняних виробів для харчування школярів. Управління освіти Чернівецької міської ради 2016рік.

- Вихід фруктів у меню зазначено у вазі нетто (очишені)

\*Для ліцею №15 - здійснювати заміну страв у меню у відповідності до традицій кашруту.