

Погоджено:

Начальник Чернівецького  
управління Головного управління  
Держпродспоживслужби  
у Чернівецькій області  
Сергій Лазарев  
«18» 10 2024 р.

Затверджено:

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

Денис Круглецький  
15 жовтня

2024 р.

Меню одноразового харчування (сніданку) для учнів ЗЗСО на зимовий період  
2024-2025рр.

1-й тиждень

дні	№ Техн. карти	НАЗВА СТРАВ ТА ВИРОБІВ	Вікова група 6-11 років	
			ВИХІД СТРАВ	ЕНЕРГОЦІННІСТЬ, 525-630 ККАЛ
Понеділок	01.07	Салат з яєць та зеленого горошку	100	128
		Овочі свіжі натуральні	50	19
	08.28	Банош	120	194
		Сир твердий	12	43
		Хліб цільнозерновий	30	71
		Сік фруктовий	200	84
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	Всього Ккал		589	
Вівторок	01.19	Салат з моркви та капусти зі сметаним соусом	100	64
	04.06	Котлета куряча по міланськи з сиром	90	228
	08.26	Каша розсипчаста з маслом	120	113
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	11.11	Чай з цукром	180	31
		Хліб житній	30	68
		Всього Ккал		554
Середа		Овочі свіжі натуральні або квашені	80	30
		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	68,00
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	Всього Ккал		546	
Четвер	8*	Салат з моркви та яблук	100	92
	73	Сирно - манна запіканка	150	348
	35	Яблука печені	90	66
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	120
		Всього Ккал		626
П'ятниця	1.34	Салат з капусти та огірків зі сметаною	100	54
	121	Філе куряче запечене	58	151
	08.01	Каша гречана	120	133
	145*	Какао з молоком	180	140
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	Всього Ккал		528	

2-й тиждень

дні	№ Техн. карти	НАЗВА СТРАВ ТА ВИРОБІВ	Вікова група 6-11 років	
			ВИХІД СТРАВ	ЕНЕРГОЦІННІСТЬ, 525-630 ККАЛ
Понеділок	01.19	Салат з моркви та капусти зі сметанно-хроновим соусом	100	64
		Яйце відварне	40	79
	08.05	Ризотто з зеленим горошком та твердим сиром	120	191
		Сік фруктовий	200	108
	12.01	Фрукти по сезону	100	92
		Всього Ккал		534
Вівторок		Овочі свіжі натуральні або квашені	100	38
	120	Відбивна із курячого філе	60	166
	08.01	Гречана каша	120	113
	145*	Какао з молоком	180	120
	116	Яблуко фаршироване сиром к/м	124	115
		Хліб цільнозерновий	30	71,0
		Всього Ккал		623
Середа	1.34	Салат з капусти та огірків зі сметаною	100	54
		М'ясо куряче у сметанному соусі	50/50	171
	08.26	Каша розсипчаста з маслом	120	113
		Хліб житній	30	68,00
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	120
	07.06	Фрукти по сезону	100	50
	Всього Ккал		576	
Четвер	01.15	Салат з моркви з родзинками та сметаною	100	110
	07.12	Запіканка сирна з бананом	150	275
	12.01	Фрукти по сезону	60	30
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	120
		Всього Ккал		535
П'ятниця	01.20	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100	68
		Сир твердий	15	54
	06.01	Рибні нагетси	70	114
	08.13	Картопляне пюре	120	163
	11.11	Чай з цукром	180	31
		Хліб цільнозерновий	30	71
	07.06	Фрукти по сезону	100	50
	Всього Ккал		551	

### 3-й тиждень

ДН	№ Т.карти	НАЗВА СТРАВ ТА ВИРОБІВ	Вікова група 6-11 років	
			ВИХІД СТРАВ	525-630 ККАЛ
Понеділок	01.07	Салат з яєць та зеленого горошку	100	128
		Овочі свіжі натуральні	50	19
	63*	Макарони відварні	120	155
		Сир твердий	15	54
		Сік фруктовий	200	108
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
		Всього Ккал		556
Вівторок		Овочі свіжі натуральні або квашені	70	27
	04.16	Печеня по-домашньому з куркою	50/130	256
	145*	Какао з молоком	180	140
	116	Яблуко фаршироване сиром к/м	124	135
		Хліб цільнозерновий	30	71
		Всього Ккал		629
Середа	1.29	Салат з капусти, огірків та кропу	100	57
		Сир твердий	15	54
	06.06	Стіки рибні	70	162
		Каша рисова з маслом	120	130
	11.11	Чай з цукром	180	31
		Хліб житній	30	68
	07.06	Фрукти по сезону	100	50
	Всього Ккал		552	
Четвер	01.20	Салат з капусти, моркви та зеленого горошку	100	68
		Сир твердий	15	54
	04.08	Курячий шніцель натуральний	70	139
	08.26	Каша розсипчаста з маслом	120	113
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	119
		Хліб житній	30	68
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	Всього Ккал		611	
П'ятниця	8*	Салат з моркви та яблук	100	92
	71*	Пудинг з кисломолочного сиру	150	349
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	119
	35	Яблука печені	90	66
		Всього Ккал		626

#### 4-й тиждень

дні	№ Техн. карти	НАЗВА СТРАВ ТА ВИРОБІВ	Вікова група 6-11 років	
			ВИХІД СТРАВ	ЕНЕРГОЦІННІСТЬ, 525-630 ККАЛ
Понеділок	01.19	Салат з моркви та капусти зі сметанно-хроновим соусом	100	64
		Яйце відварне	40	79
	08.05	Ризотто з зеленим горошком та твердим сиром	120	191
		Хліб житній	30	68
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
		Сік фруктовий	200	108
		Всього Ккал		560
Вівторок	01.18	Салат з моркви, сиру та сметаною	100	122
		Палички курячі	70	198
	08.26	Каша розсипчаста з маслом	120	133
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	11.11	Чай з цукром	180	31
		Всього Ккал		534
Середа	1.34	Салат з капусти та огірків зі сметаною	100	54
	04.04	Плов з курячим м'ясом	50/130	280
	145*	Какао з молоком	180	140
		Хліб житній	30	68
	07.06	Фрукти по сезону	100	50
		Всього Ккал		592
Четвер	8*	Салат з моркви та яблук	100	92
		Гратен «Зебра» (запіканка сирна з какао)	155	283
	12.01	Фрукти по сезону	100	50
	11.03	Узвар з суміші сухофруктів з цукром	170	120
		Всього Ккал		545
П'ятниця		Овочі свіжі натуральні або квашені	100	38
		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		591

Примірне чотиритижневе сезонне меню для організації одноразового харчування - сніданків у закладах ЗСО 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.