

ПОГОДЖЕНО

В.о. начальника

Хмельницького районного

управління Головного управління

Держпродспожслужби у

Хмельницькій області

Сергієм РОЗІЗНАНИЙ



ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор

Лісовогринівецького ліцею

Лісовогринівецької сільської ради

Хмельницької обл. - ну

Хмельницької обл.

Анатолю



Примірниче чотирьохтижневе меню

для харчування

учнів

Лісовогринівецького ліцею

Лісовогринівецької сільської ради

Хмельницького району Хмельницької області

на весняний період 2024-2025 н. р.

Перевірено, рекомендовано до погодження.

Головний спеціаліст відділу державного нагляду

за дотриманням санітарного законодавства

Хмельницького районного управління

ГУ Держпродспоживслужби в Хмельницькій області

Сергій КАРМАЗІН

(Handwritten signature)

з/п	Назва страви 1 тиждень	Енергетична цінність для дітей 6-11р		Енергетична цінність для дітей 11-14р		Енергетична цінність для літей 14-18р	
		Вихід. Г.	Ккал.	Вихід. Г.	Ккал.	Вихід. Г.	Ккал.
ПОНЕДІЛОК							
1	Капусняк	250	95	250	95	250	95
2	Макарони з маслом	120	164	150	204.9	150	204.9
3	Котлета зі свинини	50	138.4	50	138.4	50	138.4
4	Хліб з тверд.сиром	30\15	117.65	50\15	132.75	50\15	132.75
5	Чай з лимоном	200	20	200	20	200	20
6	фрукти в асортименті	50	47.5	50	47.5	50	47.5
			582.55		638.55		638.55
	Сніданок						
1	Каша гречана	120	144.7				
2	Відбивна куряча	50	118.3				
3	Огірок квашений	50	5				
4	Хліб	30	79.65				
5	Узвар	200	107.7				
			455.35		0		0
ВІВТОРОК							
1	Суп ячмінний	250	145	250	145	250	145
2	Плов з кур.філе	100	155.45	100	155.45	100	155.45
3	Хліб	30	79.65	50	132.75	50	132.75
4	Кисіль	200	84.2	200	84.2	200	84.2
5	Фрукти	50	47.5	50	47.5	50	47.5
			356.35		564.9		564.9
	Сніданок						
1	Картопляне пюре	100	126.2				
2	Котлета рибна	60	53.2				
3	Огірок квашений	50	5				
4	Хліб	30	79.65				
5	Чай	200	20				
			284.05		0		0
СЕРЕДА							
1	Суп пшеничний	250	145	200	145	200	145
2	Каша гречана	100	110.55	100	110.55	100	110.55
3	Болонезе зі свинини	50	82.86	50	82.86	50	82.86
4	Огірок квашений	50	5	50	5	50	5
5	Хліб	30	79.65	50	132.75	50	132.75
6	Чай трав'яний	200	1.22	200	1.22	200	1.22
7	Фрукти	50	47.5	50	47.5	5	47.5
			471.78		524.88		524.88
	Сніданок						
1	Капуста туш.з курятиною	150	186.9				
2	Яйце варене	20	153.2				
4	Хліб	30	79.65				
5	Чай з лимоном	200	20				
			439.75		0		0
ЧЕТВЕР							
1	Борщ	250	193.5	250	193.5	250	193.5
2	Пюре каропляне	100	126.2	100	126.2	100	126.2
3	Риба запеч.з спеціями	50	47.41	50	47.41	50	47.41
4	Огірок кваш.	50	5	50	5	50	5
5	Лимонад	200	104	200	104	200	104
6	Хліб	30	79.65	50	132.75	50	132.75
			555.76		608.86		608.86
	Сніданок						
1	Макарони з маслом	100	130				
3	Стіки курячі зап.з спеціями	50	88.9				
4	Хліб	30	79.65				
5	Чай трав'яний	200	1.22				
			298.55		0		0
П'ЯТНИЦЯ							
1	Суп рисовий	250	116.3	250	116.3	250	116.3
2	Бургер з салатом і кур.кот.	100	244.8	100	244.8	100	244.8
3	Какао на молоці	200	112.48	200	112.48	200	112.48
4	Фрукти	50	47.5	50	47.5	50	47.5
			521.08		521.08		521.08
	Сніданок						
1	Каша молочна манна	130	140.4				
3	Хліб з твердим сиром	30\15	117.65				
4	Кисіль	200	84.2				
			342.25		0		

№ з/п	Назва страви 2 тиждень	Енергетична цінність для дітей 6-11р.		Енергетична цінність для дітей 11-14р.		Енергетична цінність для дітей 14-18р.	
		Вихід. Г.	Ккал.	Вихід. Г.	Ккал.	Вихід. Г.	Ккал.
ПОНЕДІЛОК							
1	Розсолні	250	161.4	250	161.4	250	161.4
2	Каша пшенична	100	119.4	100	119.4	100	119.4
3	Гуляш з свинини	50	301	50	301	50	301
4	Салат з квашеної капусти	50	39	50	39	50	39
5	Хліб з твердим сиром	30/15	117.65	50/15	132.75	50/15	132.75
6	Чай каркаде	200	10	200	10	200	10
7	Фрукти	50	47.5	50	47.5	50	47.5
			795.95		811.05		811.05
Сніданок							
1	Макарони з маслом	100	130				
2	Стіки курячі запечені	50	88.9				
3	Огірок квашаний	50	5				
4	Хліб	30	79.65				
5	Чай	200	20				
			303.55		0		0
ВІВТОРОК							
1	Суп гороховий	250	182.4	250	182.4	250	182.4
2	Рис з овочами	100	136.3	100	136.3	100	136.3
3	Відбивна куряча	50	136.5	50	136.5	50	136.5
4	Салат з квашеної капусти	50	39	50	39	50	39
5	Хліб	30	79.65	50	132.75	50	132.75
6	Фрукти	50	47.5	50	47.5	50	47.5
7	Узар	200	107.7	200	107.7	200	107.7
			681.55		734.65		734.65
Сніданок							
1	Каша пшенична	100	119.4				
2	Філе рибне запеч.в паніровці	50	47.41				
3	Салат з кваш.капусти	50	39				
4	Хліб	30	79.65				
5	Чай каркаде	200	10				
			285.46		0		0
СЕРЕДА							
1	Суп макаронівий	250	182.4	250	182.4	250	182.4
2	Каша ячміна	100	96	100	96	100	96
3	Нагетси зі свинини	50	123.9	50	123.9	50	123.9
4	Салат з кваш.капусти	50	39	50	39	50	39
5	Хліб	30	79.65	50	132.75	50	132.75
7	Кисіль	200	84.2	200	84.2	200	84.2
			605.15		658.25		658.25
Сніданок							
1	Плов з курятиною	100	155.45				
2	Салат з моркви	50	137.1				
3	Хліб	30	79.65				
4	Лимонад	200	104				
			476.2		0		0
ЧЕТВЕР							
1	Борщ	250	193.5	250	193.5	250	193.5
2	Горохове пюре	100	163.6	100	163.6	100	163.6
3	Котлета рибна	50	53.2	50	53.2	50	53.2
4	Огірок кваш.	50	5	50	5	50	5
5	Хліб	30	79.65	50	132.75	50	132.75
6	Чай	200	20	200	20	200	20
7	Фрукти	50	47.5	50	47.5	50	47.5
			562.45		615.55		615.55
Сніданок							
1	Картопляне пюре	100	126.2				
2	Котлета куряча	50	126.8				
4	Хліб	30	79.65				
5	Компот	200	44				
			376.65		0		0
П'ЯТНИЦЯ							
1	Суп гречаний	250	116.3	250	116.3	250	116.3
2	Запіванка сирна	100	196.03	100	196.03	100	196.03
3	Хліб	30	79.65	50	132.75	50	132.75
4	Компот	200	44	200	44	200	44
7	Фрукти	50	47.5	50	47.5	50	47.5
			483.48		536.58		536.58
Сніданок							
1	Каша молочна геркулесова	130	425				
2	Хліб з твердим сиром	30\15	117.65				
3	Чай трав'яний	200	1.22				
			543.87		0		

№ з/п	Назва страви 3 тиждень	Енергетична цінність для дітей 6-11р.		Енергетична цінність для дітей 11-14р.		Енергетична цінність для дітей 14-18р.	
		Вихід. Г.	Ккал.	Вихід. Г.	Ккал.	Вихід. Г.	Ккал.
ПОНЕДІЛОК							
1	Суп овочевий	250	118.7	250	118.7	250	118.7
2	Каша гречана	100	110.55	100	110.55	100	110.55
3	Болоньєзе зі свинини	100	165.81	100	165.81	100	165.81
4	Огірок квашаний	50	5	50	5	50	5
5	Хліб з тверд. сиром	30/15	117.65	50/15	132.75	50/15	132.75
6	Кисіль	200	84.2	200	84.2	200	84.2
7	Фрукти	50	47.5	50	47.5	50	47.5
			649.41		664.51		664.51
Сніданок							
1	Банош	100	161.2				
2	Запіканка куряча	50	118.18				
3	Салат з моркви	50	56.1				
4	Хліб	30	79.65				
5	Чай трав'яний	200	1.22				
			416.35		0		0
ВІВТОРОК							
1	Суп гричаний	250	116.3	250	116.3	250	116.3
2	Мамалига	100	120.3	100	120.3	100	120.3
3	Нагетси курячі	50	146.2	50	146.2	50	146.2
4	Огірок квашаний	50	5	50	5	50	5
5	Хліб	30	79.65	50	132.75	50	132.75
6	Чай з лимоном	200	20	200	20	200	20
7	Фрукти	50	47.5	50	47.5	50	47.5
			534.95		588.05		588.05
Сніданок							
1	Горохове пюре	120	163.6				
2	Риба з овочами	60	60.9				
4	Хліб	30	79.65				
5	Кисіль	200	84.2				
			388.35		0		0
СЕРЕДА							
1	Суп рисовий	250	116.3	250	116.3	250	116.3
2	Каша пшенична	100	119.4	100	119.4	100	119.4
3	Котлета зі свинини	50	138.4	50	138.4	50	138.4
4	Салат з моркви	50	56.1	50	56.1	50	56.1
5	Хліб	30	79.65	50	123.65	50	132.65
6	Лимонад	200	104	200	104	200	104
7	Фрукти	50	47.5	50	47.5	50	47.5
			661.35		705.35		714.35
Сніданок							
1	Каша ячмінна	100	96				
2	Шніцель курячий	50	280				
3	Хліб	30	79.65				
4	Узвар	200	107.7				
			563.35		0		0
ЧЕТВЕР							
1	Борщ	250	193.5	250	193.5	250	193.5
2	Відварена картопля пюре	100	126.2	100	126.2	100	126.2
3	Риба жарена	50	91.85	50	91.85	50	91.85
4	Огірок квашаний	50	5	50	5	50	5
5	Узвар	200	107.7	200	107.7	200	107.7
6	Хліб	30	79.65	50	132.75	50	132.75
7	Фрукти	50	47.5	50	47.5	50	47.5
			651.4		704.5		704.5
Сніданок							
1	Каша гречана	100	110.55				
2	Відбивна куряча	50	136.5				
4	Хліб	30	79.65				
5	Какао на молоці	200	112.48				
			326.7		0		0
П'ЯТНИЦЯ							
1	Суп ячмінний з фрекадельками	250	183.4	250	183.4	250	183.4
2	Макарони з маслом	100	130	100	130	100	130
3	Огірок квашаний	50	5	50	5	50	5
4	Хліб	30	79.65	50	132.75	50	132.75
5	Чай	200	20	200	20	200	20
6	Фрукти	50	47.5	50	47.5	50	47.5
			465.55		518.65		518.65
Сніданок							
1	Каша молочна рисова	130	152.3				
2	Хліб з тверд. сиром	30/15	117.65				
3	Компот	200	44				
			313.95		0		0

|||||
|||

№ з/п	Назва страви	4 тиждень	Енергетична цінність для дітей 6-11р.		Енергетична цінність для дітей 11-14р.		Енергетична цінність для дітей 14-18р.	
			Вихід. Г.	Ккал.	Вихід. Г.	Ккал.	Вихід. Г.	Ккал.
ПОНЕДІЛОК								
1	Суп рисовий		250	116.3	250	116.3	250	116.3
2	Плов з свининою		150	155.45	150	155.45	150	155.45
3	Салат з капусти кваш.		50	39	50	39	50	39
5	Хліб з тверд. Сиром	30/15	117.65	50/15	132.75	50/15	132.75	
6	Фрукти		50	47.5	50	47.5	50	47.5
7	Лимонад		200	104	200	104	200	104
				579.9		595		595
Сніданок								
1	Каша ячміна		130	103				
2	Котлета куряча		50	126.8				
3	Огірок квашений		50	5				
4	Хліб		30	79.65				
5	Чай каркаде		200	10				
				324.45		0		0
ВІВТОРОК								
1	Розсольник		250	161.4	250	161.4	250	161.4
2	Каша ячміна		100	96	100	96	100	96
3	Запiканка куряча		50	118.18	50	118.18	50	118.18
4	Огірок квашений		50	5	50	5	50	5
5	Хліб		30	79.65	50	132.75	50	132.75
6	Компот		200	44	200	44	200	44
7	Фрукти		50	47.5	50	47.5	50	47.5
				551.73		604.83		604.83
Сніданок								
1	Картопля запечена		130	163.04				
2	Фіш боли		50	80.1				
4	Хліб		30	79.65				
5	Чай травяний		200	1.22				
				324.01		0		0
СЕРЕДА								
1	Суп гречаний		250	116.3	250	116.3	250	116.3
2	Капуста тушана з свин.		150	149.5	150	149.5	50	149.5
3	Хліб		30	79.65	50	132.75	50	132.75
4	Узвар		200	107.7	200	107.7	200	107.7
5	Фрукти		50	47.5	50	47.5	50	47.5
				500.65		553.75		553.75
Сніданок								
1	Макарони з маслом		120	164				
2	Шніцель курячий		50	128.5				
3	Салат з кваш.капусти		50	39				
4	Компот		200	44				
5	Хліб		30	79.65				
				455.15		0		0
ЧЕТВЕР								
1	Борщ		250	171.7	250	171.7	250	171
2	Каша гречана		100	110.55	100	110.55	100	110.55
3	Рибні стіки		50	54.8	50	54.8	50	54.8
4	Хліб		30	79.65	50	132.75	50	132.75
5	Огірок квашений		50	5	50	5	50	5
6	Чай травяний		200	1.22	200	1.22	200	1.22
7	Фрукти		50	47.5	50	47.5	50	47.5
				470.42		523.52		522.82
Сніданок								
1	Горохове пюре		120	163.6				
2	Курячі нагетси		50	146.2				
3	Огірок квашений		50	5				
4	Чай каркаде		200	10				
5	Хліб		30	79.65				
				404.45		0		0
П'ЯТНИЦЯ								
1	Суп ячмінний		250	145	250	145	250	145
2	Бургер з кур.котлетою і салатом		100	244.8	100	244.8	100	244.8
3	Фрукти		50	47.5	50	47.5	50	47.5
4	Кисіль		200	84.2	200	84.2	200	84.2
				521.5		521.5		521.5
Сніданок								
1	Макарони на молоці		130	164.8				
3	Чай		200	20				
4	Хліб з тверд.сиром	30\15	117.65					
				302.45		0		

ПОГОДЖЕНО
Начальник

ПОГОДЖЕНО
Начальник
Хмельницького районного
управління Головного управління
Держпродспоживслужби у
Хмельницькій області

Олег ЧАЛЮК

ЗАТВЕРДЖЕНО
Директор
Лісовогринівецького ліцею
Лісовогринівецької сільської ради
Хмельницького р-ну Хмельницької обл.

Тетяна АНТОНОВА

Примірне чотирьохтижневе меню

для одноразового харчування
учнів
Лісовогринівецького ліцею
Лісовогринівецької сільської ради
Хмельницького району Хмельницької області
на останній період 2024-2025 н.р.