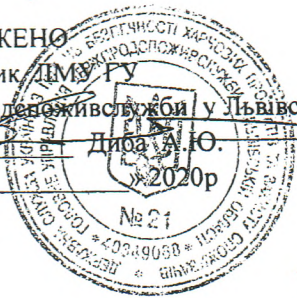


ПОГОДЖЕНО
 Начальник ДНМЗ РУ
 Держпродспоживслужби у Львівській обл.



ЗАТВЕРДЖЕНО
 Директор ПГХ ШІ
 Галицького району м. Львова
 Лобанова К.М.
 2020 р



ПРИМІРНЕ МЕНЮ

для харчування дітей віком 6 - 10 років

в шкільних їдальнях ПГХ ШІ Галицького району м. Львова

Дні тижня	№ рецептури по збірнику	Назва страви	Вихід, гр	білки	жири	вуглеводи	калорійність, Ккал
1	2	3	4	5	6	7	8

І ТИЖДЕНЬ

СНІДАНОК

П	9	Сир твердий	20	9,3	4,9	0	60
О	28	Салат з овочів	100	1,9	5,3	15,9	119
Н	370	Оладі з повидлом або цукровою пудрою	135/20	12	11,5	72,3	461
Е	354	Напій або фрукти або кондит. вироби	200	3,8	3,9	25,8	154
Д		<i>всього</i>		27	25,6	114	794
І		<i>або</i>					
Л	22	Салат з овочів	100	1,5	4,0	4,1	60
О	173	Омлет натурал. або сосиски відварні	58	11	11,7	1,1	132
К	298	Гарнір	100/50	9,7	5,7	40,3	273
	330	Напій з фруктів або чай каркаде	200	0,6		31,5	129
		Хліб	60	4,2	4,2	37	200
		<i>всього</i>		27	25,6	114	794

СНІДАНОК

В	тех.к	Салат з овочів	100	1,5	4,0	4,1	60
І	42є.к.	Болоньєзе або гуляш з мяса курки	50/5	18,9	13,7	13,1	255
В		або відбивна					
Т	298	Гарнір	100	2,2	3,7	15,5	104
О	349	Чай	200/15	0,1		15	60
Р		Хліб	60	4,2	4,2	37	200
О		Мармелад	40	0,1	0,0	29,3	115
К		<i>всього</i>		27	25,6	114	794

СНІДАНОК

С	тех.к	Салат з овочів	100	1,5	4,0	4,1	60
Е	249/41 є.к.	Шніцель з м'яса або пастушиний пиріг	75/5	18,9	13,7	13,1	255
Р	298	Гарнір	100	2,2	3,7	15,5	104
Е	349	Напій	200/15	0,1		15	60
Д		Хліб	60	4,2	4,2	37	200
А		Зефір	40	0,1	0	29,3	115
		<i>всього</i>		27	25,6	114	794

Ч
Е
Т
В
Е
Р

СНІДАНОК

тех.к	Салат з овочів або овочі натуральні	100	1,5	4,0	4,1	60
тех.к	Оладі з печінки або печінка по строганівськи	50/4	17,3	14,1	2,1	168
290	Гарнір	100	3,4	3,3	21,6	131
349	Чай з цукром або чай каркаде	200	0,1	0	15	60
	Хліб	60	4,2	4,2	37,0	200
	Зефір	50	0,5	0,0	34,2	175
	<i>всього</i>		27	25,6	114	794
	або					
тех.к	Салат з овочів або овочі натуральні	100	1,5	4,0	4,1	60
77 с.к./219	Рис паелья або сардельки відварні	50/3	16,1	13,2	31,6	308
292	Каша гречана або різотто	115	5,1	4,2	26,3	166
349	Чай з цукром	200	0,1	0	15,0	60
	Хліб	60	4,2	4,2	37,0	200
	<i>всього</i>		27	25,6	114	794

П
Я
Т
Н
И
Ц
Я

СНІДАНОК

		100	1,9	5,3	5,9	69
22	Салат з овочів або овочі натуральні	75/25	18	12,4	11,9	278
196/212	Риба припущена або смажена або фрикадельки рибні	100	2,2	3,7	15,5	104
298	Гарнір	200	0,1	0	15	60
349	Чай	60	4,2	4,2	37	200
	Хліб	200	0,6	0	28,7	83
362	Сік		27	25,6	114	794
	<i>всього</i>					
	або					
182	Сирники або запіканка сирна	100/15	16,9	11,6	37	324
354	Напій	200	3,8	3,9	25,8	154
	Печиво здобне	75	6,3	10,1	51,2	316
	<i>всього</i>		27	25,6	114	794

ІІ ТИЖДЕНЬ

СНІДАНОК

28	Салат з овочів або овочі натуральні	100	1,9	5,3	15,9	1
47с.к./165	Мак енд чіз або макарони з твердим сиром	175/10	17,1	12,2	35,3	2
	Напиток	200	3,8	3,9	25,8	1
	Хліб	60	4,2	4,2	37	1
	<i>всього</i>		27	25,6	114	
	або					
370	Оладі з повидлом або цукровою пудрою	150/20	12,0	15,7	70,2	
354	Напій з молоком або чай	200	3,8	3,9	25,8	
378/323	Фрукти або кондиторські вироби	25	11,2	6,0	18,0	
	<i>всього</i>		27	25,6	114	

П
О
Н
Е
Д
І
Л
О
К

СНІДАНОК

тех.к	Салат з овочів	100	1,5	4	4,1	
285	Котлета або фрикаделька з м'яса	60/5	9,8	10,9	15,1	
161	Гарнір	140/8	11,3	6,5	38,2	
349	Чай з повидлом або з цукром	200/30	0,2	4,2	37	
	Хліб	60	4,2	4,2	37	
	<i>всього</i>		27	25,6	114	

В
І
В
Т
О
Р
О
К

СНІДАНОК

С Е Р Е Д А	тех.к.	Салат з овочів або овочі натуральні	100	1,5	4	4,1	60
	261/248	Тефтелі або биточки з м'яса	50/5	9,8	10,9	9,1	188
	290	Гарнір	115	11,3	6,5	30,1	186
	349	Чай	200	0,1		15	60
		Хліб	60	4,2	4,2	37	200
		Мармелад	30	0,1		18,7	100
		<i>всього</i>		27	25,6	114	794

СНІДАНОК

Ч Е Т В Е Р	тех.к.	Салат з овочів	100	1,5	4	4,1	60
	229	Сосиски відварні	80	13,9	11,9	1,1	242
	59є.к.	або чахохбілі з куркою	125	7,3	5,5	56,8	232
	290	Гарнір	200	0,1		15	60
	349	Чай	60	4,2	4,2	37	200
		Хліб		27	25,6	114	794
		<i>всього</i>					

або

114	Капуста тушена	75	1,9	4,7	8,2	83
тех.к.	Зрази картопляні з м'ясом	100/5	20,6	16,7	38,3	399
349	Напій	200	0,1		15,0	60
	Хліб	60	4,2	4,2	37	200
323	Фрукти	40	0,2		15,5	52
	<i>всього</i>		27	25,6	114	794

СНІДАНОК

П Я Т Н И Ц Я	тех.к.	Салат з овочів	100	1,5	4	4,1	60
	205	Биточки або котлета рибна	100/30	18,7	13,7	10,8	232
	298	Картопляне пюре	100	2,2	3,7	15,5	104
	44є.к.	або картопля запечена з куркумою	200	0,1		15	60
	349	Чай з цукром або чай каркаде	60	4,2	4,2	37	200
		Хліб	45	0,3		31,6	138
		Зефір		27	26	114	794
	<i>всього</i>						

ПРИМІТКА:

Примірне меню складено відповідно до тендерного меню з врахуванням норм харчування для учнів навчальних закладів з денним перебуванням.

Харчування шкільних їдалень забезпечені необхідним технологічним, холодильним та виробничим обладнанням для забезпечення дотримання технології приготування страв згідно погодженого меню.

Працівники працюють при наявності ОМК з пройденим медоглядом. На харчові продукти наявні супровідні документи, що засвідчують їх якість та безпеку.

Щоденне робоче меню буде складатися згідно з примірником, але в межах наявної грошової норми.

При складанні примірного меню використано:

1. "Збірник рецептур страв для харчування школярів" Київ, Техніка, 1987р
2. Збірник рецептур страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування" Москва, Економіка, 1982р.
3. Постанова Кабінету Міністрів України № 1591 від 22.11.2004р
4. Технологічні карти.
5. Збірник рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в Є.В. Клопотенко Львів, Літопис 2019
6. Тендерна документація (меню для дітей 1-4 класів та пільгових категорій)