

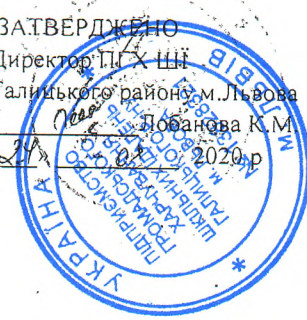
ПОГОДЖЕНО

Начальник Держпродспецслужби у Львівській обл.



ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор ПГХ ШІ Галицького району м. Львова
Побанова К.М.
«21» 09.2020 р.



Handwritten signature

ПРИМІРНЕ МЕНЮ

для харчування дітей віком від 10 років і старше
в шкільних їдальнях ПГХ ШІ Галицького району м. Львова

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

**I ТИЖДЕНЬ
СНІДАНОК**

П О Н Е Д І Л О К	9	Сир твердий	20	9,3	4,9	0	60	
	28	Салат з овочів	100	1,9	5,3	15,9	119	
	79	Борщ або суп овочевий	250	3,1	2,5	23,8	152	
	370	Оладі з повидлом або цукрова пудра	120/10	9,5	9,9	40,5	290	
	354	Напій або фрукти або кондит. вироби	200	3,8	3,9	25,8	154	
		Хліб	60	4,2	4,2	37	200	
		<i>всього</i>			31,8	30,7	143	975
		<i>або</i>						
	22	Салат з овочів	100	1,5	4,0	4,1	60	
	79	Борщ або суп овочевий	250	3,1	2,5	23,8	152	
	173	Омлет натурал. або сосиски відварні	50/3	12,7	14,3	6,3	161	
	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>			31,8	30,7	143	975

СНІДАНОК

В І В Т О Р О К	тех.к	Салат з овочів	100	1,5	4,0	4,1	60
	81	Суп гороховий	250	5,9	4,7	20,7	150
	42є.к.	Болоньезе або зрази з мяса або відбивна	50/3	16,4	14,5	20,1	272
	295	Гарнір	100	3,7	3,3	23,7	140
	349	Чай	200/15	0,1		15	60
		Хліб	60	4,2	4,2	37	200
		Мармелад	15	0,0	0,0	22,4	93
		<i>всього</i>			31,8	30,7	143

СНІДАНОК

С Е Р Е Д А	тех.к	Салат з овочів	100	1,5	4,0	4,1	60
	92	Суп лапша дамашня	250	2,7	4,9	13	129
	249/41 є.к.	Шніцель з м'яса або пастушиний пиріг	75/5	18,9	13,7	13,1	255
	298	Гарнір	120	4,3	3,9	31,5	156
	349	Напій	200/15	0,1		15	60
		Хліб	60	4,2	4,2	37	200
		Зефір	40	0,1	0	29,3	115
	<i>всього</i>			31,8	30,7	143	975

Ч
Е
Т
В
Е
Р

СНІДАНОК

тех.к	Салат з овочів або овочі натуральні	100	1,5	4,0	4,1	60
66	Капусняк з картоплею	250	2	5,3	20,6	152
тех.к	Оладі з печінки або печінка по строганівськи	75/5	20,7	11,2	28,3	343
292	Гарнір	150	3,3	6	38	160
349	Чай з цукром або чай каркаде	200	0,1	0	15	60
	Хліб	60	4,2	4,2	37,0	200
	всього		31,8	30,7	143	975

тех.к	Салат з овочів або овочі натуральні	100	1,5	4,0	4,1	60
66	Капусняк з картоплею	250	2	5,3	20,6	152
77 є.к./219	Рис паелья або сардельки відварні	60/3	18,9	13,0	40,0	337
292	Каша гречана або різотто	100	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
	всього		31,8	30,7	143	975

П
Я
Т
Н
И
Ц
Я

СНІДАНОК

22	Салат з овочів або овочі натуральні	100	1,9	5,3	5,9	69
82	Суп з макаронами або картопляний	250	4,6	4,0	34,6	193
196/212	Риба припущена або смажена або фрикадельки рибні	90/30	18,8	13,5	35	349
298	Гарнір	100	2,2	3,7	15,5	104
349	Чай	200	0,1	0	15	60
	Хліб	60	4,2	4,2	37	200
	всього		31,8	30,7	143	975

47	Морква з цукром	100	1,4	2,1	11	71
82	Суп з макаронами або суп картопляний	250	4,6	4,0	34,6	193
181	Галушки сирні	150/5	17,8	16,5	34,2	357
354	Напій	200	3,8	3,9	25,8	154
	Хліб	60	4,2	4,2	37,0	200
	всього		31,8	30,7	143	975

II ТИЖДЕНЬ
СНІДАНОКП
О
Н
Е
Д
І
Л
О
К

28	Салат з овочів або овочі натуральні	100	1,9	5,3	15,9	119
79	Суп селянський або картопляний з бобовими	250	4,8	5,1	29	181
165/47 є.к.	Мак енд чіз або макарони з твердим сиром	175/10	17,1	12,2	35,3	321
354	Напиток	200	3,8	3,9	25,8	154
	Хліб	60	4,2	4,2	37	200
	всього		31,8	30,7	143	975

28	Салат з овочів або овочі натуральні	100	1,9	5,3	15,9	119
79	Суп селянський або картопляний з бобовими	250	4,8	5,1	29	181
370	Оладі з повидлом або цукровою пудрою	100/15	17,1	12,2	35,3	322
349	Чай каркаде або напій	200	3,8	3,9	25,8	154
	Хліб	60	4,2	4,2	37,0	149
	всього		31,8	30,7	143	925

СНІДАНОК

В І В Т О Р О К	тех.к	Салат з овочів	100	1,5	4	4,1	60
	79	Суп картопляний з крупами	250	3,6	4	26	178
	285	Котлета або фрикаделька з м'яса	70/5	11	12	18,1	191
	161	Гарнір	140/8	11,3	6,5	38,2	266
	349	Чай з повидлом або з цукром	200/30	0,2		19,6	80
		Хліб	60	4,2	4,2	37	200
	<i>всього</i>			31,8	30,7	143	975

СНІДАНОК

С Е Р Е Д А	тех.к.	Салат з овочів або овочі натуральні	100	1,5	4	4,1	60
	81	Суп гороховий	250	5,9	4,7	20,7	150
	261/248	Тефтели або биточки з м'яса	50/5	9,8	10,9	9,1	188
	290	Гарнір	120	10,2	6,9	30,1	186
	349	Чай	200	0,1		15	60
		Хліб	60	4,2	4,2	37	200
	Мармелад	35	0,1		27	131	
	<i>всього</i>			31,8	30,7	143	975

СНІДАНОК

Ч Е Т В Е Р	тех.к.	Салат з сирих або варених овочів	100	2,9	4,9	25,5	114
	90	Суп з макаронів або овочевий	250	8,4	4,4	25,2	181
	229	Сосиски відварні	50	12,4	11,4	0	190
	59є.к.	або чахохбілі з куркою					
	290	Гарнір	115	3,8	5,8	40,3	230
	349	Чай	200	0,1		15	60
	Хліб	60	4,2	4,2	37	200	
	<i>всього</i>			31,8	30,7	143	975

або

	тех.к.	Салат з сирих або варених овочів	100	2,9	4,9	25,5	114
	90	Суп з макаронів або овочевий	250	8,4	4,4	25,2	181
	тех.к.	Зрази картопляні з м'ясом	75/5	16	17,2	24,8	368
	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>			31,8	30,7	143	975

СНІДАНОК

П Я Т Н И Ц Я	тех.к.	Салат з овочів з твердим сиром	100	2	3,7	41	160
	62	Борщ або суп з крупами	250	4,6	5,4	23,7	219
	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					
	349	Чай з цукром або чай каркаде	200	0,1		15	60
	Хліб	60	4,2	4,2	37	200	
	<i>всього</i>			31,8	30,7	143	975

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 Є.В. Клопотенко Львів, Літопис 2019
6. Тендерна документація (меню для дітей 1-4 класів та пільгових категорій)