

## ПРИМІРНЕ МЕНЮ

для харчування учнів у зимово-весняний період

### 1 ТИЖДЕНЬ

Назва страви	Вихід, г.
<b>ПОНЕДІЛОК</b>	
Салат з капусти з зеленим горошком або кукурудзою	40
Сир твердий	10
Скрамбл(Є.Кл.)	50
Каша розсипчаста гречана з чебрецем ( Є.Кл.)	120
Чай з лимоном	200
Хліб цільнозерновий	30
<b>ВІВТОРОК</b>	
Салат з буряка з сухариками (Є.Кп.) *	40
Філе курки запечене або чахохбілі (Є.Кл.) *	50
Картопляне пюре з орегано (Є.Кл.) *	120
Чай з мелісою (Є.Кл.) *	200
Хліб житній	30
<b>СЕРЕДА</b>	
Макарони відварні з сиром	170
Какао з молоком	200
Фрукти (банан)	100
<b>ЧЕТВЕР</b>	
Салат з вареної моркви з насінням соняшника(Є.Клоп.)	40
Курячі нагетси (Є.Кл.)	45
Каша пшенична або горохове пюре	120
Чай каркаде (Є.Кл.)	200
Хліб цільнозерновий	30
Фрукти ( яблуко )	50
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>	
Салат овочевий з ароматною олією(Є.Кл.)	40
Риба тушкована з овочами під томатним соусом(Є.Кл.)	48\12
Рис з кмином ( Є.Кл. )	120
Компот з суміші фруктів	200
Хліб житній	30

(Є.Кл.)\* - страву взято із "Збірника рецептур страв" Євгена Клопотенка

- Продукти, з яких готуються ці страви, не повинні містити синтетичних барвників, ароматизаторів, підсолоджувачів смаку, штучних консервантів; повинні мати сертифікати якості, в яких вказано: «безпечні для дитячого харчування».

ПРИМІРНЕ МЕНЮ  
для харчування учнів у зимово-весняний період

**2 ТИЖДЕНЬ**

Назва страви	Вихід, г.
<b>ПОНЕДІЛОК</b>	
Оладі з фруктовою поливкою або фруктовим кюлі (Є.Кл.) *	100\15
Какао з молоком	200
Фрукти (яблуко або апельсин)	100
<b>ВІВТОРОК</b>	
Салат з капусти з нас.соняшника(Є.Кл.)	40
Болоньезе (Є.Кл.) *	50
Макарони відварні	120
Чай з мелісою (Є.Кл.) *	200
Хліб цільнозерновий	30
<b>СЕРЕДА</b>	
Салат з овочів з аромат. олією (Є.Кл.) *	40
Сир твердий	10
Биточки м'ясні запечені	50
Каша розсипчаста булгур (Є.Кл.) *	120
Чай зелений	200
Хліб цільнозерновий	30
<b>ЧЕТВЕР</b>	
Запіканка сирна або сирники з фруктовим кюлі (Є.Кл.) * або з фрук.поливкою	150\15
Узвар із суміші сухофруктів(Є.Кл.)	200
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>	
Салат з буряка з твердим сиром	40
Биточки рибні	50
Картопля запечена з куркумою (Є.Кл.) *	120
Чай каркаде (Є.Кл.)	200
Хліб житній	30
Фрукти ( яблуко )	50

(Є.Кл.)\* - страву взято із "Збірника рецептур страв" Євгена Клопотенка

- Продукти, з яких готуються ці страви, не повинні містити синтетичних барвників, ароматизаторів, підсолоджувачів смаку, штучних консервантів; повинні мати сертифікати якості, в яких вказано: «безпечні для дитячого харчування».

**ПРИМІРНЕ МЕНЮ**  
для харчування учнів у зимово-весняний період  
**3 ТИЖДЕНЬ**

Назва страви	Вихід, г.
<b>ПОНЕДІЛОК</b>	
Салат вітамінний	40
Макарони відварні з сиром	170
Чай каркаде (Є.Кл.)*	200
Хліб цільнозерновий	30
Фрукти	50
<b>ВІВТОРОК</b>	
Салат з овочів з аром.олією або вінегрет (Є.Кл.)*	40
Сир твердий	10
Котлети січені з курки запечені	50
Каша гречана з чебрецем (Є.Кл.)*	120
Чай зелений	200
Хліб житній	30
<b>СЕРЕДА</b>	
Каша в'язка молочна рисова або вівсяна з фруктовую поливкою	170\10
Какао з молоком	200
Фрукти	70
<b>ЧЕТВЕР</b>	
Салат з вареної моркви з зеленим горошком (Є.Кл.)	40
Відбивна з курки	50
Каша перлова з маслом	120
Чай з мелісою (Є.Кл.)*	200
Хліб цільнозерновий	30
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>	
Салат з буряка з сухариками(Є.Кл.)*	40
Фрикадельки з риби	50
Картопляне пюре з орегано (Є.Кл.)*	120
Компот з суміші фруктів	200
Хліб житній	30

(Є.Кл.)\* - страву взято із "Збірника рецептур страв" Євгена Клопотенка

- Продукти, з яких готуються ці страви, не повинні містити синтетичних барвників, ароматизаторів, підсолоджувачів смаку, штучних консервантів; повинні мати сертифікати якості, в яких вказано: «безпечні для дитячого харчування».

ПРИМІРНЕ МЕНЮ  
для харчування учнів у зимово-весняний період

**4 ТИЖДЕНЬ**

Назва страви	Вихід, г.
<b>ПОНЕДІЛОК</b>	
Ризото із зеленим горошком та твердим сиром (Є.Кл.) *	170
Какао з молоком	200
Хліб цільнозерновий	30
Фрукти (яблуко або апельсин)	100
<b>ВІВТОРОК</b>	
Салат з овочів з аром.олією (Є.Кл.)	40
Тефтелі з м'яса в сметанно-томатному соусі	50\25
Каша пшенична (Є.Кл.) *	120
Чай каркаде (Є.Кл.) *	200
Хліб цільнозерновий	30
<b>СЕРЕДА</b>	
Салат з свіжої капусти з насінням соняшника (Є.Кл.)	40
Сир твердий	10
Шніцель з м'яса	50
Кускус розсипчастий з м'ятою (Є.Кл.) *	120
Чай чорний з лимоном (Є.Кл.)	200
Хліб цільнозерновий	30
<b>ЧЕТВЕР</b>	
Запіканка сирна або сирники з фруктовим кюлі (Є.Кл.) * або з фрук. поливкою	150\15
Узвар із суміші сухофруктів (Є.Кл.)	200
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>	
Салат з овочів або вінегрет (Є.Кл.)	40
Котлети рибні	50
Картопляне пюре з орегано (Є.Кл.)	120
Чай з мелісою (Є.Кл.)	200
Хліб житній	30
Фрукти ( яблуко )	70

(Є.Кл.)\* - страву взято із "Збірника рецептур страв" Євгена Клопотенка

- Продукти, з яких готуються ці страви, не повинні містити синтетичних барвників, ароматизаторів, підсолоджувачів смаку, штучних консервантів; повинні мати сертифікати якості, в яких вказано: «безпечні для дитячого харчування».