

9.01.-20 АВМР/16

ЗАТВЕРДЖЕНО

ПОГОДЖЕНО

Директор КПШХ "Мрія" ОМР

Начальник Охтирського
міськрайонного управління
Головного управління
Держпродспоживслужби в
Сумській області

Начальник відділу освіти
Охтирської міської ради

Тетяна ЯРОШЕНКО

Ярослава ДАВИДОВА

Анатолій ТРОНЬ

2020 р.

2020 р.

"26" 01 2020 р.

Директор Охтирської
загальноосвітньої школи I-III
ступенів № 1 Охтирської міської
ради Сумської області

Інесса ШУЛЬЖЕНКО

"26" 01 2020 р.



Директор Охтирської
загальноосвітньої школи I-III
ступенів № 3 Охтирської міської
ради Сумської області

Тетяна СИТНИК

2020 р.

Директор Охтирської
загальноосвітньої школи I-III
ступенів № 4 ім. О. Вишні
Охтирської міської ради Сумської
області

Тетяна ЄРЕМЕНКО

" " 2020 р.

Директор Охтирської
загальноосвітньої школи I-III
ступенів № 5 ім. Р. К. Рапія
Охтирської міської ради Сумської
області

Галина ШИШКОВА

2020 р.

Директор Охтирської
загальноосвітньої школи I-II
ступенів № 6 Охтирської міської
ради Сумської області

Ольга СОТНИКОВА

2020 р.

Директор Охтирської
загальноосвітньої школи I-III
ступенів № 8 Охтирської міської
ради Сумської області

Ольга ЛУЧКО

"26" 01 2020 р.

Директор Охтирської
загальноосвітньої школи I-II
ступенів № 9 Охтирської міської
ради Сумської області

Світлана РУДАКОВА

"26" 01 2020 р.

Директор Охтирської
загальноосвітньої школи I-III
ступенів № 11 Охтирської міської
ради Сумської області

Олена СЕРГІЄНКО

"26" 01 2020 р.

Директор Охтирської
загальноосвітньої школи I-III
ступенів ім. Б.Д. Антоненка-
Давидовича Охтирської міської
ради Сумської області

Наталія ШЕЙКО

01 2020 р.

ПЕРСПЕКТИВНЕ
2-х тижневе меню для
одноразового
харчування учнів у
загальноосвітніх
зкладах м. Охтирки
в 2020-2021
навчальному році



**Перспективне меню
для одноразового харчування учнів у 2020-2021 роках**

I тиждень										
№ Страва	вікова група від 6 до 10 років (1-4 класи)					вікова група старше 10 років (5-11 класи)				
	Вага	Хімічний склад			Енергетична цінність	Вага	Хімічний склад			Енергетична цінність
		Білки	Жири	Вуглеводи			Білки	Жири	Вуглеводи	
гр	гр	гр	гр	гр	ккал	гр	гр	гр	гр	ккал
ПОНЕДІЛОК		26,03	31,07	91,05	750,94		32,79	41,65	110,48	956,50
Булка здобна	60	4,45	1,18	30,15	145,50	80	5,92	1,58	40,20	194,00
Масло вершкове 73%	5	0,04	3,65	0,07	33,25	7	0,06	5,11	0,09	46,55
Сир твердий	10	2,30	2,90		37,00	15,00	3,45	4,35		55,50
Чай	200	0,00	0,00	14,97	62,98	200	0,00	0,00	14,97	69,11
Овочі	50	0,38		1,23	6,13	100	0,75		2,45	12,26
Хліб житній	30	1,47	0,30	13,83	66,00	30	1,47	0,30	13,83	66,00
Суп рибний	250 / 30	7,71	2,88	14,37	114,88	250 / 30	7,71	2,88	14,37	114,88
Ковбаса відварена	60	6,60	16,80	0,60	177,60	80	8,80	22,40	0,80	236,80
Каша розсипчаста з крупи з маслом	100 / 5	3,09	3,36	15,84	107,60	150 / 5	4,63	5,04	23,76	161,39
ВІТОРОК		30,89	25,33	114,10	799,08		34,01	27,88	140,18	937,67
Хліб житній	30	1,47	0,30	13,83	66,00	30	1,47	0,30	13,83	66,00
Салат з капусти	100	1,58	5,09	10,54	88,60	100	1,58	5,09	10,54	88,60
Суп картопляний з горохом	250	5,99	4,16	20,51	144,73	250	5,99	4,16	20,51	144,73
Риба смажена	85	16,26	7,36	3,89	145,72	85	16,26	7,36	3,89	145,72
Картопля з маслом	100 / 5	2,20	3,27	14,71	99,76	150 / 5	3,30	4,91	22,07	149,64
Масло вершкове 73%	5	0,04	3,65	0,07	33,25	5	0,04	3,65	0,07	33,25
Булка здобна	50	3,14	1,29	25,13	121,53	80	5,02	2,06	40,20	194,45
Компот	200			19,96	75,80	200			19,96	75,80
Фрукти / цитрусові	60	0,21	0,21	5,47	23,68	100	0,35	0,35	9,12	39,47
СЕРЕДА		20,42	45,29	59,20	819,12		24,90	47,33	88,59	968,00
Хліб житній	30	1,47	0,30	13,83	66,00	30	1,47	0,30	13,83	66,00
Булка здобна	0	0,00	0,00	0,00	0,00	50	3,68	0,98	25,12	121,25
Овочі	50,00	0,38		1,23	6,13	100,00	0,75		2,45	12,26
Борщ зі сметаною	200 / 8	3,53	4,23	18,15	122,36	250 / 10	3,96	5,29	21,19	143,86
Плов зі свининою	100 / 50	11,27	37,56	0,00	481,63	100 / 50	11,27	37,56	0,00	481,63
Какао	200	3,77	3,20	26,00	143,00	200	3,77	3,20	26,00	143,00
ЧЕТВЕР		30,74	38,28	157,95	833,90		35,04	43,72	165,85	931,13
Хліб житній	30	1,47	0,30	13,83	66,00	30	1,47	0,30	13,83	66,00
Суп картопляний з фрикадельками	250 / 20	5,37	11,98	87,68	215,60	250 / 20	5,37	11,98	87,68	215,60
Салат з капусти	50	0,79	2,54	4,79	44,25	100	1,58	5,09	9,59	88,50
Відбивна	50	14,17	16,11	3,30	214,24	50	14,17	16,11	3,30	214,24
Макарони відварені з маслом	100 / 5	3,67	3,00	23,71	138,54	100 / 5	3,67	3,00	23,71	138,54
Компот	200			19,96	75,80	200			19,96	75,80
Запіканка сирна зі сметаною	100 / 15	5,27	4,35	4,67	79,48	100 / 15	8,78	7,25	7,79	132,46
П'ЯТНИЦЯ		15,47	32,44	93,82	728,48		19,57	47,59	84,73	931,80
Хліб житній	60	2,94	0,60	27,66	132,00	60,00	2,94	0,60	27,66	132,00
Борщ зі сметаною	250 / 10	3,96	5,29	21,19	143,86	250 / 10	3,96	5,29	0,00	143,86
Бефстроганов	50 / 50	5,22	21,72	2,91	227,56	75 / 75	7,82	32,58	4,36	341,34
Ікра бурякова	50	0,44	3,75	2,24	46,01	100	0,89	7,49	4,48	92,03
Картопля з маслом	100 / 5	2,11	1,09	16,82	87,05	150 / 5	3,16	1,64	25,23	130,57
Сік фруктовий	200	0,8		23,00			0,8		23,00	92,00

РОЗРОБИВ

Технік-технолог з технології харчування КПШХ "Мрія" ОМР



Т. СУПРУН

**Перспективне меню
для одноразового харчування учнів у 2020-2021 роках**

II тиждень										
№ Стравы	вікова група від 6 до 10 років (1-4 класи)					вікова група старше 10 років (5-11 класи)				
	Вага	Хімічний склад			Енергетична цінність	Вага	Хімічний склад			Енергетична цінність
		Білки	Жири	Вуглеводи			Білки	Жири	Вуглеводи	
гр	гр	гр	гр	ккал	гр	гр	гр	гр	ккал	
ПОНЕДІЛОК		36,42	22,85	97,34	744,01		42,52	29,67	129,94	961,88
Хліб житній	60	2,94	0,60	27,66	132,00	60	2,94	0,60	27,66	132,00
Яйце відварене	40	5,08	4,60	0,28	62,80	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Суп рибний	200 / 60	13,34	3,21	11,50	128,62	200 / 60	13,68	3,64	14,37	145,48
Котлета м'ясна або рибна	75	9,85	6,36	9,81	136,71	85	11,16	7,21	11,12	154,93
Макарони відварені з маслом	100 / 5	3,67	3,00	23,71	138,54	200 / 5	7,33	5,99	47,42	277,07
Салат з капусти	100	1,55	5,08	9,41	88,50	150	2,33	7,63	14,11	132,75
Чай	200			14,97	56,85	200			14,97	56,85
ВІВТОРОК		37,62	29,45	99,43	809,40		41,86	34,17	127,16	982,15
Хліб житній	30	1,47	0,30	13,83	66,00	60	2,94	0,60	27,66	132,00
Суп картопляний з крупою	250	2,45	2,45	17,74	103,78	250	2,45	2,45	17,74	103,78
Каша розсипчаста з крупи з маслом	100 / 5	4,44	3,71	22,80	144,73	150 / 5	6,66	5,57	34,19	217,09
М'ясо куряче тушковане в сметанному соусі	60 / 60	18,80	11,94	0,56	184,91	60 / 60	18,80	11,94	0,56	184,91
Салат овочевий	100	1,11	5,14	4,99	68,78	150	1,67	7,71	7,49	103,17
Молоко кип'ячене	200	5,60	5,00	9,40	104,00	200	5,60	5,00	9,40	104,00
Булка здобна	60	3,75	0,91	30,11	137,21	60	3,75	0,91	30,11	137,21
СЕРЕДА		21,62	21,67	86,72	743,20		29,18	31,65	104,77	975,34
Хліб житній	60	2,94	0,60	27,66	132,00	60	2,94	0,60	27,66	132,00
Суп молочний	200	5,57	1,83	28,93	220,50	250	6,96	2,29	36,17	275,63
Картопля тушкова	100	2,00	5,36	16,65	121,97	150	3,00	8,03	24,98	182,96
Печінка смажена або тушкова	50 / 50	9,55	8,59	2,20	173,21	50 / 50	14,16	12,86	2,20	254,85
Салат з овочів	100	1,11	5,14	4,99	68,78	150	1,67	7,71	7,49	103,17
Фрукти / цитрусові	50	0,45	0,15	6,29	26,74	50	0,45	0,15	6,29	26,74
ЧЕТВЕР		18,26	22,05	92,98	620,35		24,35	29,51	123,16	826,82
Хліб житній	60	2,94	0,60	27,66	132,00	30	2,94	0,60	27,66	132,00
Розсольник	250	7,76	4,02	17,66	118,70	250,00	7,76	4,02	17,66	118,70
Каша пшенична	250 / 70	5,42	9,72	10,53	150,93	250 / 70	5,42	9,72	10,53	150,93
Салат овочевий	150	1,67	7,71	7,49	103,17	150	1,67	7,71	7,49	103,17
Сир твердий		2,30	2,90	0,00	36,00	10	2,30	2,90	0,00	36,00
Компот	200	0,48	0,00	29,65	115,55	200	0,48	0,00	29,65	115,55
Булка здобна		0,00	0,00	0,00	0,00	60	3,75	0,91	30,11	137,21
П'ЯТНИЦЯ		27,01	21,04	192,10	789,53		30,47	24,10	218,12	933,84
Хліб житній	30	1,47	0,30	13,83	66,00	60	2,94	0,60	27,66	132,00
Борщ зі сметаною	200 / 8	3,53	4,23	18,40	122,36	250 / 10	3,96	5,29	21,19	143,86
Тефтели або голубці	70 / 70	9,83	8,41	87,35	157,66	70 / 70	9,83	8,41	87,35	157,66
Картопляне пюре з маслом	100	2,18	3,29	15,58	99,89	150	3,27	4,94	23,37	149,84
Овочі	100	0,96	0,10	3,24	13,73	150	1,44	0,15	4,85	20,59
Чай	200			14,97	56,85	200			14,97	56,85
Пиріг солодкий	80	9,04	4,72	38,74	273,04	80	9,04	4,72	38,74	273,04

РОЗРОБИВ

Технік-технолог з технології харчування
КПШХ "Мрія" ОМР

**ЗГІДНО
З ОРИГІНАЛОМ**

Директор
КПШХ "Мрія" ОМР



ПРИН