

ПРИМІРНЕ МЕНЮ

для харчування учнів у зимово-весняний період

1 ТИЖДЕНЬ

Назва страви	Вихід, г.
ПОНЕДІЛОК	
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
ВІВТОРОК	
Салат з буряка з сухариками (Є.Кл.) *	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
СЕРЕДА	
Макарони відварні з сиром	170
Какао з молоком	200
Фрукти (банан)	100
ЧЕТВЕР	
Салат з вареної моркви з насінням соняшника (Є.Кл.) *	40
Курячі нагетси (Є.Кл.) *	45
Каша пшенична або горохове пюре	120
Чай каркаде (Є.Кл.) *	200
Хліб цільнозерновий	30
Фрукти (яблуко)	50
П'ЯТНИЦЯ	
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.
ПОНЕДІЛОК	
Оладі з фруктовую поливкою або фруктовим кюлі (Є.Кл.) *	100/15
Какао з молоком	200
Фрукти (яблуко або апельсин)	100
ВІВТОРОК	
Салат з капусти з нас. соняшника (Є.Кл.) *	40
Болоньєзе (Є.Кл.) *	50
Макарони відварні	120
Чай з мелісою (Є.Кл.) *	200
Хліб цільнозерновий	30
СЕРЕДА	
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
ЧЕТВЕР	
Запіканка сирна або сирники з фруктовим кюлі (Є.Кл.) * або з фрук. поливкою	150/15
Узвар із суміші сухофруктів(Є.Кл.) *	200
П'ЯТНИЦЯ	
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.
ПОНЕДІЛОК	
Салат вітамінний	40
Макарони відварні з сиром	170
Чай каркаде (Є.Кл.) *	200
Хліб цільнозерновий	30
Фрукти	50
ВІВТОРОК	
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
СЕРЕДА	
Каша в'язка молочна рисова або вівсяна з фруктовую поливкою	170/10
Какао з молоком	200
Фрукти	70
ЧЕТВЕР	
Салат з вареної моркви з зеленим горошком (Є.Кл.) *	40
Відбивна з курки	50
Каша перлова	120
Чай з мелісою (Є.Кл.) *	200
Хліб цільнозерновий	30
П'ЯТНИЦЯ	
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.
ПОНЕДІЛОК	
Ризото із зеленим горошком та твердим сиром (Є.Кл.) *	170
Какао з молоком	200
Хліб цільнозерновий	30
Фрукти (яблуко або апельсин)	100
ВІВТОРОК	
Салат з овочів з аром. олією (Є.Кл.) *	40
Тефтели з м'яса в сметанно-томатному соусі	50/25
Каша пшенична (Є.Кл.) *	120
Чай каркаде (Є.Кл.) *	200
Хліб цільнозерновий	30
СЕРЕДА	
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
ЧЕТВЕР	
Запіканка сирна або сирники з фруктовим кюлі (Є.Кл.) * або з фрук. поливкою	150/15
Узвар із суміші сухофруктів (Є.Кл.) *	200
П'ЯТНИЦЯ	
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».