

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о. керівника відділу ОКМС  
Дивізійської сільської ради

О.М. Дроботенко

УЗГОДЖУЮ

начальник Татарбунарського  
відділу ГУ Держпродспоживслужб  
в Одеській області

А. І. Чудак

## ПЕРСПЕКТИВНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ МЕНЮ

Для шкільних їдалень 1-4, 5-11 класів на навчальний період 2022 року в навчальних закладах Дивізійської сільської ради: Дивізійська ЗЗСО І-ІІІ ст., Жовтоярська гімназія, Вишнівський НВК ЗЗСО І-ІІІ ст.-ЗДО; Рибальський НВК ЗЗСО І-ІІІ ст.-ЗДО.

	Найменування страви	1-4 класи		5-11 класи	
		Вихід	Ккал.	Вихід	Ккал.
<b>I тиждень</b>					
1	Салат з свіжої капусти та моркви, сир твердий	100/15	118,02	100 /15	118,02
	Каша пшенична розсипчаста з цибулею	120	168,96	150	211,20
	Гуляш курячий	70	135,87	100	192,6
	Фрукти (яблуко або банан)	100	89	100	89
	Сухофрукти	25	66,75	25	66,75
	Чай	150		200	
			<b>578,60</b>		<b>677,57</b>
2	Салат з капусти та моркви	100	64,02	100	64,02
	Горохове пюре	120	173,20	150	216,50
	Хліб цільнозерновий або житній	30	90	50	150
	Сир твердий	15	54	15	54
	Фрукти (яблуко) або банан	100	89	100	89
	Сік	200	98,7	200	98,7
			<b>574,92</b>		<b>678,22</b>
3	Буряк тушкований	100	65	100	65
	Шницель з курятини	70	148,5	100	212,09
	Картопля смажена скибочками (з вареної картоплі)	120	248,8	150	311
	Какао з молоком	200	122,12	200	122,12
	Фрукти (яблуко)	100	40	100	40
			<b>624,42</b>		<b>750,21</b>
4	Салат з капусти та моркви	100	64,02	100	64,02
	Риба (лук) тушкована з овочами у томатному соусі	60	60,9	90	91,3
	Каша гречана	120	224,09	150	280,12
	Хліб цільнозерновий	30	71	50	118,3
	Фрукти (яблуко)	100	50	100	50

	Молоко кип'ячене (без цукру)	200	104	200	104
			<b>574,01</b>		<b>707,74</b>
5	Салат з свіжої капусти та моркви	100	64	100	64
	Хліб цільнозерновий	30	71	50	118,3
	Макарони відверені з сиром твердим	130/15	227,5	150/15	250
	Омлет або яйце варене	60	88,87	1	88,87
	Фрукти (яблуко)	100	95	100	95
			<b>546,37</b>		<b>616,17</b>
<b>II тиждень</b>					
1	Салат з буряка з сметаною	100	71,63	100	71,63
	Нагетси куринні	70	151,22	100	219,24
	Горохове пюре	120	173,2	150	216,5
	Чай (без цукру)	200		200	
	Фрукти (яблуко)	100	50	100	50
	Хліб цільнозерновий	30	90	50	150
				<b>536,05</b>	
2.	Салат з морквою та яблуко	100	74,25	100	74,25
	Котлета рибна	60	53,21	90	79,82
	Каша арнаутова розсипчаста з маслом	120	209,76	150	262,2
	Хліб цільнозерновий	30	90	50	150
	Фрукти (яблуко)	100	50	100	50
	Сир твердий	15	54	15	54
	Чай	200		200	
			<b>531,22</b>		<b>670,27</b>
3	Овочева паелья	100	133,8	100	133,8
	Запіканка сирна	135	319,5	150	355
	Узвар із сухофруктів	200	28	200	28
	Фрукти свіжі-банан	100	95	100	95
			<b>576,3</b>		<b>611,8</b>
4.	Салат з свіжої капусти та моркви	100	55,4	100	55,4
	Нагетси курячі	70	151,22	100	219,24
	Картопля відварена	120	151,4	150	189,3
	Хліб цільнозерновий	30	90	30	90
	Фрукти (яблуко)	100	40	100	40
	Какао з молоком	200	122,12	200	122,12
				<b>610,14</b>	
5	Буряк тушкований	100	65	100	65
	Макарони варені з сиром	120/15	229,28	150/15	273,11
	Яйце варене	1	48	1	48



	Сік фруктовий	200	98,7	200	98,7
	Фрукти (банан)	100	95	100	95
			<b>559,4</b>		<b>603,2</b>
					<b>3</b>

**III тиждень**

1	Салат з свіжої капусти та ароматною олією, яйце варене, сир твердий	75/40/15	148,1	75/40/15	148,1
	Куліш з курячим м'ясом	180	277,5	250	385,5
	Фрукти (яблуко)	100	50	100	50
	Сік фруктовий	200	98,7	200	98,7
			<b>574,3</b>		<b>682,3</b>
2.	Ікра моркв'яна	100	134,0	100	134,0
	Горохове пюре	120	173,20	150	216,50
	Хліб цільнозерновий	30	90	50	150
	Сир твердий	15	54	15	54
	Фрукти (яблуко)	100	95	100	95
	Узвар з сухофруктів	200	28	200	28
			<b>574,2</b>		<b>677,5</b>
3	Буряк тушкований	100	65	100	65
	Чахохбілі з куркою	100	126,29	150	189,4
	Картопля смажена скибочками (з вареної картоплі)	120	248,8	150	311
	Какао з молоком	200	122,12	200	122,12
	Фрукти (яблуко)	100	40	100	40
			<b>602,21</b>		<b>727,52</b>
4.	Салат з капусти	75	56,19	75	56,19
	Риба (хек) тушкована з овочами у томатному соусі	60	60,9	90	91,3
	Каша гречана	120	224,09	150	280,12
	Хліб цільнозерновий	30	90	50	150
	Фрукти (яблуко)	100	50	100	50
	Молоко кип'ячене (без цукру)	200	51,8	200	51,8
			<b>532,98</b>		<b>681,81</b>
5	Салат з свіжої капусти та моркви	100	64	100	64
	Хліб цільнозерновий	30	71	50	118,0
	Макарони відварені з сиром твердим	130/15	227,5	150/15	250
	Чай (без цукру)	200	28	200	28
	Фрукти (яблуко) або банан	100	95	100	95
	Сухофрукти ізюм	25	66,75	25	66,75
			<b>552,25</b>		<b>621,75</b>

**IV тиждень**

1	Салат з буряка	100	65	100	65
	Яйце варене	1 шт	60,5	1 шт	60,5
	Гуляш курячий	70	102,48	100	146,4
	Каша гречана розсипчаста	120	143,28	150	179,10

	Молоко кип'ячене(без цукру)	200	104	200	104
	Фрукти (банан)або яблуко	100	95	100	95
			<b>570,26</b>		<b>650</b>
2.	Салат з морквою	100	74,25	100	74,25
	Котлета рибна	60	53,21	90	79,82
	Каша арнаутова з маслом	120	209,76	150	262,2
	Хліб цільнозерновий	30	90	50	150
	Фрукти (яблуко)	100	50	100	50
	Сир твердий	15	54	15	54
	Узвар з сухофруктів	200/25	66,75	200/25	66,75
			<b>597,97</b>		<b>737,02</b>
3	Овочева паелья	100	133,8	100	133,8
	Запіканка сирна	135	319,5	150	355,0
	Сік фруктовий	200	98,7	200	98,7
			<b>552</b>		<b>587,5</b>
4.	Салат з свіжої капусти з моркви	100	55,4	100	55,4
	Нагетси курячі	70	151,22	100	219,24
	Картопля відварена	120	162,62	150	210,3
	Хліб цільнозерновий	30	90	30	90
	Сир твердий	15	54	15	54
	Фрукти (яблуко)	100	40	100	40
	Чай	200		200	
			<b>552,84</b>		<b>668,94</b>
5	Буряк тушкований	100	65	100	65
	Горохове пюре	120	173,20	150	216,50
	Хліб цільнозерновий	30	90	50	150
	Какао з молоком	200	122,12	200	122,12
	Фрукти (банан)	100	95	100	95
			<b>545,32</b>		<b>648,42</b>

Виконавець  
Щирба І.А.

Директор школи  
*Л. # Колесник*  
*В. Фурієт*