

«Погоджено»  
Начальник  
Відділу державного нагляду  
за дотриманням санітарного  
Законодавства  
Києво-Святошинського  
РУГУДПСС в Київській  
області



Т.П.Демченко

«Погоджено»  
Начальник відділу  
освіти  
Києво - Святошинського  
РДА



М.М.Івашко

«Затверджую»  
Директор  
КУ «Дитяче  
харчування»



В.П. Смірнов

**Примірне 2 тижневе меню на осінній період для харчування учнів в  
шкільних їдальнях Києво - Святошинського району  
(1-4 класи на 2019-2020 навчальний рік)**

№ Зб.рец.	Найменування страв	Вікова група від 6 до 10 років				
		Вихід,г	ккал	б	ж	в
	<b>День 1 (понеділок)</b>					
36	Салат з білокачанної капусти	50	44	0,8	2,5	4,5
	Огірок солоний	25	26,8	1,08	3,04	1,04
	Варено копчена ковбаса в/г	20	72	5,6	5,4	0
77	Суп овочевий	250	105	2,0	5,4	11,9
283	Плов з м'ясом	50/100	270	13,4	11,3	28,2
326	Компот з свіжих фруктів	200	113	0,2	-	27,9
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	<b>Всього:</b>	<b>730/705</b>	<b>741,4/724,4</b>	<b>26,7/26,98</b>	<b>27/27,54</b>	<b>103/99,54</b>

	<b>День 2 (вівторок)</b>	<b>Вихід,г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>38</b>	Салат зі свіжими овочами(капусти,помідо рами,перець,морква) Або	50	36	1,3	2,5	1,9
<b>43</b>	Салат з вареного буряка з зеленим горошком	50/5	39	0,9	1,0	4,6
<b>169</b>	Яйце варене	20	63	2,55	2,30	0,15
<b>85</b>	Суп картопляний з фрикадельками рибними	200/50	121	2,9	2,5	21,6
<b>261/315</b>	Тефтеля з соусом Або	60/50	304	6,9	24,9	12,7
<b>248</b>	Котлета м'ясна з маслом вершковим	60/5	267	5,8	23,1	8,7
<b>290</b>	Каша гречана	100	186	5,8	4,4	30,1
<b>362</b>	Сік фруктовий	200	92	1	-	21,2
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	<b>Всього:</b>	<b>790/740</b>	<b>976,4/981,4</b>	<b>24,75/23,25</b>	<b>39/45,7</b>	<b>128,45/127,15</b>

	<b>День 3(середа)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>98</b>	Суп молочний з крупою рисовою	250	239	4,6	5,7	42,0
<b>188</b>	Запіканка з сиру зі сметаною кип'яченою	80/10	276	8,75	7,70	8,0
<b>350</b>	Чай з лимоном	200/7	63	0,2	-	15,2
<b>3/8/9</b>	Бутерброд з маслом вершковим та сиром твердим	60/5/20	168	5,9	8,9	16,0
	<b>Всього:</b>	<b>577</b>	<b>746</b>	<b>19,45</b>	<b>22,3</b>	<b>81,2</b>

	<b>День 4 (четвер)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>38</b>	Салат зі свіжими овочами(капусти, помідорами,перець,морква)	50	36	1,3	2,5	1,9
<b>54</b>	Або Ікра кабачкова консервована(кип'ячена)	50	46	0,9	2,7	4,5
<b>77</b>	Суп овочевий	250	105	2,0	5,4	11,9
<b>219</b>	Сосиски або ковбаса лікарська відварні в/г	50	115	5,7	16,8	-
<b>164/8</b>	Макаронні вироби відварні з маслом	100/5	161,48	3,7	4,5	26
<b>354</b>	Какао на молоці	200	154	3,8	3,9	25,8
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	Фрукти свіжі	100	46	0,4	-	11,3
	<b>Всього:</b>	<b>730</b>	<b>708,88/718,88</b>	<b>21,2/20,8</b>	<b>35,5/35,7</b>	<b>96,1</b>

	<b>День 5 (п'ятниця)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>36</b>	Салат з білокачанної капусти або	50	44	0,8	2,5	4,5
<b>307</b>	Тушкована капуста	50	61	1,27	1,80	4,73
<b>79</b>	Суп карт. рисовою крупкою	250	104	2,1	2,4	18,3
<b>202/8</b>	Котлета рибна з маслом вершковим Або	75/5	185	10,1	10,2	13,0
<b>194</b>	Припущена з овочами Або	75/50	150	16,4	9,9	180
<b>195</b>	Риба смажена	75/5	14,6	11,0	3,5	171
<b>298</b>	Картопляне пюре	100	104	2,2	3,7	15,5
<b>330</b>	Компот з с/ф	200	129	0,6	-	31,5
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	Печиво	15	64,85	0,91	2,39	10,35
	<b>Всього:</b>	<b>755/750</b>	<b>768,25/750,25</b>	<b>21,41/27,71</b>	<b>23,59/22,59</b>	<b>123,65/272,58</b>

	<b>День 6 (понеділок)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>41</b>	Салат зі свіжими овочами(капусти, помідорами,перець,морква)	50	38	1,0	1,5	5,0
<b>54</b>	ікра кабачкова консервована	50	46	0,9	2,7	4,5
<b>169</b>	Яйце варене	20	63	2,55	2,30	0,15
<b>164/8</b>	Макаронні вироби відварні з маслом	100/5	161,48	3,7	4,46	25,98
<b>223</b>	Гуляш м'ясний	50/50	137	16,9	6,0	3,7
<b>350</b>	Чай / з лимоном	200/7	63	0,2	-	15,2
	Фрукти свіжі	100	46	0,4	-	11,3
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	<b>Всього:</b>	<b>642</b>	<b>645,88/653,88</b>	<b>29,45/29,35</b>	<b>16,66/17,86</b>	<b>91,83/91,33</b>

	<b>День 7 (вівторок)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>36</b>	Салат з білокачанної капусти або	50	44	0,8	2,5	4,5
<b>43</b>	Салат з вареного буряка	50	39	0,9	1,0	4,6
<b>79</b>	Суп кар. з пшоном	250	91	1,9	4,4	10,7
<b>202</b>	Котлета рибна з маслом вершковим Або	75/5	185	10,1	10,2	13,0
<b>194</b>	Припущенна з овочами Або	75	150	16,4	9,9	180
<b>195</b>	Риба смажена	75/5	14,6	11	3,5	171
<b>298</b>	Картопляне пюре	100	104	2,2	3,7	15,5
<b>326</b>	Компот із свіжих фруктів	200	113	0,2	-	27,9
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	Печиво	15	64,85	0,91	2,39	10,35
	<b>Всього:</b>	<b>755/760</b>	<b>739,25/734,25</b>	<b>20,81/19,01</b>	<b>25,59/24,09</b>	<b>112,45/112,55</b>



	<b>День 8 (середа)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>60</b>	Борщ з капустою та картоплею зі сметаною	250/5	136,0	2,6	7,3	0,7
<b>180</b>	Варен.лін. зі сметаною кип'яч.	80/5	223	15,4	10,9	15,1
<b>350</b>	Чай / з лимоном	200/7	63	0,2	-	15,2
<b>5</b>	Бутерброд з маслом та варено копченою ковбасою	5/20/60	5,7	3,3	8,1	15,6
	Фрукти свіжі	100	46	0,4	-	11,3
	<b>Всього:</b>	<b>702</b>	<b>473,7</b>	<b>51,9</b>	<b>26,3</b>	<b>57,9</b>

	<b>День 9 (четвер)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>307</b>	Тушкована капуста	50	61	1,27	1,80	4,73
<b>98</b>	Суп карт. з крупою рисовою	250	239	4,6	5,7	42,0
	Сосиска в/г або ковбаса лікарська варені	50	115	5,7	16,8	-
<b>9</b>	Сир твердий 50% жирність	20	111	4,6	6,0	-
<b>290</b>	Каша гречана	100	186	5,8	4,4	30,1
<b>326</b>	Компот з с/ф	200	113	0,2	-	27,9
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	<b>Всього:</b>	<b>830</b>	<b>1008,4</b>	<b>27,27</b>	<b>37,1</b>	<b>146,53</b>

	День 10(п'ятниця)	Вихід, г	ккал	б	ж	в
36	Салат з свіжої капусти	50	44	0,8	2,5	4,58
37	або Салат з капусти квашеної	50	39	0,4	2,5	3,3
85	Суп картопляний з фрикадельками рибними	200/50	151	7,8	3,2	20,2
236	Печення по домашньому	125/50	383	13,2	28,2	19,0
330	Компот з с/ф	200	113	0,2	-	27,9
	Хліб житньо-пшеничний	60	390	10,0	10,0	65,0
	Печиво	15	64,85	0,91	2,39	10,35
	<b>Всього:</b>	<b>750</b>	<b>1145,85/1140,85</b>	<b>32,91/32,51</b>	<b>46,29</b>	<b>146,13/145,75</b>

**Примітка.**

1. При розрахунку вартості обіду вихід блюд можна зменшувати чи збільшувати, в залежності від суми.
2. Якщо міняється порядок днів в примірному меню, про це робиться відмітка в бракеражному журналі готової продукції.
3. По бажанню батьків та дітей перші страви можна не готувати, відповідно збільшуючи вихід других страв і салатів.
4. Вартість обіду при одноразову харчуванні на одного учня складає 13грн.30коп. згідно затвердженого річного районного бюджету, що відповідає 84% виконання норм харчування згідно постанови Кабінету Міністрів України від 22 листопада 2004р. № 1591.

«Погоджено»  
Начальник  
Відділу державного нагляду  
за дотриманням санітарного  
Законодавства  
Києво-Святошинського  
РУГУДПСС в Київській  
області



Т.П.Демченко

«Погоджено»  
Начальник відділу  
освіти  
Києво - Святошинського  
РДА



М.М.Іващенко

«Затверджую»  
Директор  
КУ «Дитяче  
харчування»



В.П. Смірнов

**Примірне 2 тижневе меню на осінній період для харчування учнів в  
шкільних їдальнях Києво - Святошинського району  
(діти сироти, напівсироти, діти з малозабезпечених сімей, діти  
інваліди, діти учасників АТО на 2019-2020 навчальний рік)**

№ Зб.рец.	Найменування страв	Вікова група від 6 до 10 років				
		Вихід,г	ккал	б	ж	в
	День 1 (понеділок)					
36	Салат з білокачанної капусти або	50	44	0,8	2,5	4,5
	Огірок солоний	25	26,8	1,08	3,04	1,04
	Варено копчена ковбаса в/г	20	72	5,6	5,4	0
77	Суп овочевий	250	105	2,0	5,4	11,9
283	Плов з м'ясом	50/100	270	13,4	11,3	28,2
326	Компот з свіжих фруктів	200	113	0,2	-	27,9
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	<b>Всього:</b>	<b>730/705</b>	<b>741,4/724,4</b>	<b>26,7/26,98</b>	<b>27/27,54</b>	<b>103/99,54</b>

	<b>День 2 (вівторок)</b>	<b>Вихід,г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>38</b>	Салат зі свіжими овочами(капусти,помідо рами,перець,морква) Або	50	36	1,3	2,5	1,9
<b>43</b>	Салат з вареного буряка з зеленим горошком	50/5	39	0,9	1,0	4,6
<b>169</b>	Яйце варене	20	63	2,55	2,30	0,15
<b>85</b>	Суп картопляний з фрикадельками рибними	200/50	121	2,9	2,5	21,6
<b>261/315</b>	Тефтеля з соусом Або	60/50	304	6,9	24,9	12,7
<b>248</b>	Котлета м'ясна з маслом вершковим	60/5	267	5,8	23,1	8,7
<b>290</b>	Каша гречана	100	186	5,8	4,4	30,1
<b>362</b>	Сік фруктовий	200	92	1	-	21,2
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	<b>Всього:</b>	<b>790/740</b>	<b>976,4/981,4</b>	<b>24,75/23,25</b>	<b>39/45,7</b>	<b>128,45/127,15</b>

	<b>День 3(середа)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>98</b>	Суп молочний з крупою рисовою	250	239	4,6	5,7	42,0
<b>188</b>	Запіканка з сиру зі сметаною кип'яченою	80/10	276	8,75	7,70	8,0
<b>350</b>	Чай з лимоном	200/7	63	0,2	-	15,2
<b>3/8/9</b>	Бутерброд з маслом вершковим та сиром твердим	60/5/20	168	5,9	8,9	16,0
	<b>Всього:</b>	<b>577</b>	<b>746</b>	<b>19,45</b>	<b>22,3</b>	<b>81,2</b>

	<b>День 4 (четвер)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>38</b>	Салат зі свіжими овочами(капусти, помідорами,перець,морква)	50	36	1,3	2,5	1,9
<b>54</b>	Або Ікра кабачкова консервована(кип'ячена)	50	46	0,9	2,7	4,5
<b>77</b>	Суп овочевий	250	105	2,0	5,4	11,9
<b>219</b>	Сосиски або ковбаса лікарська відварні в/г	50	115	5,7	16,8	-
<b>164/8</b>	Макаронні вироби відварні з маслом	100/5	161,48	3,7	4,5	26
<b>354</b>	Какао на молоці	200	154	3,8	3,9	25,8
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	Фрукти свіжі	100	46	0,4	-	11,3
	<b>Всього:</b>	<b>730</b>	<b>708,88/718,88</b>	<b>21,2/20,8</b>	<b>35,5/35,7</b>	<b>96,1</b>



	<b>День 5 (п'ятниця)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
36	Салат з білокачанної капусти або	50	44	0,8	2,5	4,5
307	Тушкована капуста	50	61	1,27	1,80	4,73
79	Суп карт. рисовою крупною	250	104	2,1	2,4	18,3
202/8	Котлета рибна з маслом вершковим Або	75/5	185	10,1	10,2	13,0
194	Припущенна з овочами Або	75/50	150	16,4	9,9	180
195	Риба смажена	75/5	14,6	11,0	3,5	171
298	Картопляне пюре	100	104	2,2	3,7	15,5
330	Компот з с/ф	200	129	0,6	-	31,5
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	Печиво	15	64,85	0,91	2,39	10,35
	<b>Всього:</b>	<b>755/750</b>	<b>768,25/750,25</b>	<b>21,41/27,71</b>	<b>23,59/22,59</b>	<b>123,65/272,58</b>

	<b>День 6 (понеділок)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>41</b>	Салат зі свіжими овочами(капусти, помідорами,перець,морква) або	50	38	1,0	1,5	5,0
<b>54</b>	ікра кабачкова консервована	50	46	0,9	2,7	4,5
<b>169</b>	Яйце варене	20	63	2,55	2,30	0,15
<b>164/8</b>	Макаронні вироби відварні з маслом	100/5	161,48	3,7	4,46	25,98
<b>223</b>	Гуляш м'ясний	50/50	137	16,9	6,0	3,7
<b>350</b>	Чай / з лимоном	200/7	63	0,2	-	15,2
	Фрукти свіжі	100	46	0,4	-	11,3
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	<b>Всього:</b>	<b>642</b>	<b>645,88/653,88</b>	<b>29,45/29,35</b>	<b>16,66/17,86</b>	<b>91,83/91,33</b>

	<b>День 7 (вівторок)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>36</b>	Салат з білокачанної капусти або	50	44	0,8	2,5	4,5
<b>43</b>	Салат з вареного буряка	50	39	0,9	1,0	4,6
<b>79</b>	Суп кар. з пшоном	250	91	1,9	4,4	10,7
<b>202</b>	Котлета рибна з маслом вершковим Або	75/5	185	10,1	10,2	13,0
<b>194</b>	Припущенна з овочами Або	75	150	16,4	9,9	180
<b>195</b>	Риба смажена	75/5	14,6	11	3,5	171
<b>298</b>	Картопляне пюре	100	104	2,2	3,7	15,5
<b>326</b>	Компот із свіжих фруктів	200	113	0,2	-	27,9
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	Печиво	15	64,85	0,91	2,39	10,35
	<b>Всього:</b>	<b>755/760</b>	<b>739,25/734,25</b>	<b>20,81/19,01</b>	<b>25,59/24,09</b>	<b>112,45/112,55</b>

	<b>День 8 (середа)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>60</b>	Борщ з капустою та картоплею зі сметаною	250/5	136,0	2,6	7,3	0,7
<b>180</b>	Варен.лін. зі сметаною кип'яч.	80/5	223	15,4	10,9	15,1
<b>350</b>	Чай / з лимоном	200/7	63	0,2	-	15,2
<b>5</b>	Бутерброд з маслом та варено копченою ковбасою	5/20/60	5,7	3,3	8,1	15,6
	Фрукти свіжі	100	46	0,4	-	11,3
	<b>Всього:</b>	<b>702</b>	<b>473,7</b>	<b>51,9</b>	<b>26,3</b>	<b>57,9</b>

	<b>День 9 (четвер)</b>	<b>Вихід, г</b>	<b>ккал</b>	<b>б</b>	<b>ж</b>	<b>в</b>
<b>307</b>	Тушкована капуста	50	61	1,27	1,80	4,73
<b>98</b>	Суп карт. з крупою рисовою	250	239	4,6	5,7	42,0
	Сосиска в/г або ковбаса лікарська варені	50	115	5,7	16,8	-
<b>9</b>	Сир твердий 50% жирність	20	111	4,6	6,0	-
<b>290</b>	Каша гречана	100	186	5,8	4,4	30,1
<b>326</b>	Компот з с/ф	200	113	0,2	-	27,9
	Хліб житньо-пшеничний	60	137,4	4,7	2,4	30,5
	<b>Всього:</b>	<b>830</b>	<b>1008,4</b>	<b>27,27</b>	<b>37,1</b>	<b>146,53</b>

	День 10(п'ятниця)	Вихід, г	ккал	б	ж	в
36	Салат з свіжої капусти або	50	44	0,8	2,5	4,58
37	Салат з капусти квашеної	50	39	0,4	2,5	3,3
85	Суп картопляний з фрикадельками рибними	200/50	151	7,8	3,2	20,2
236	Печення по домашньому	125/50	383	13,2	28,2	19,0
330	Компот з с/ф	200	113	0,2	-	27,9
	Хліб житньо-пшеничний	60	390	10,0	10,0	65,0
	Печиво	15	64,85	0,91	2,39	10,35
	<b>Всього:</b>	<b>750</b>	<b>1145,85/1140,85</b>	<b>32,91/32,51</b>	<b>46,29</b>	<b>146,13/145,75</b>

**Примітка.**

1. При розрахунку вартості обіду вихід блюд можна зменшувати чи збільшувати, в залежності від суми.
2. Якщо міняється порядок днів в примірному меню, про це робиться відмітка в бракеражному журналі готової продукції.
3. По бажанню батьків та дітей перші страви можна не готувати, відповідно збільшуючи вихід других страв і салатів.
4. Вартість обіду при одноразову харчуванні на одного учня складає 13грн.30коп. згідно затвердженого річного районного бюджету, що відповідає 84% виконання норм харчування згідно постанови Кабінету Міністрів України від 22 листопада 2004р. № 1591.