

ПОГОДЖУЮ

Начальник Житомирського
міського управління
Головного управління
Держпродспоживслужби
у Житомирській області

В.Я. Кравченко

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник управління освіти
Житомирської міської ради
В.В. Арендарчук

ПРИМІРНЕ ДВОТИЖНЕВЕ МЕНЮ

для харчування учнів груп продовженого дня
в загальноосвітніх навчальних закладах м. Житомира
(в грамах на одну дитину)

I тиждень		II тиждень	
Назва страв і продуктів	Вага (гр.)	Назва страв і продуктів	Вага (гр.)
ПОНЕДІЛОК			
СНІДАНОК		СНІДАНОК	
Сир твердий	10	Яйце відварене	20
Салат з овочів	75	Салат з овочів	75
Сосиски (сардельки) відварені	50/5	Ковбаса відварена з маслом	50/5
Каша гречана	150	Локшина відварена	150
Горошок консервований з маслом/ кукурудза з маслом	50/5	Зелений горошок з маслом/ кукурудза з маслом	50/5
Сік	200	Чай з молоком	200
Хліб житній	30	Хліб житній	30
Хліб пшеничний	45	Хліб пшеничний	45
ОБІД		ОБІД	
Салат з овочів	50	Салат з овочів	50
Капусняк з сметаною	250/5	Суп з овочів з сметаною	250/5
М'ясо тушковане	50/50	Печення по-домашньому	50/150
Локшина відварена	150	Сік	200
Какао з молоком	200	Хліб	60
Хліб	60		
ПІДВЕЧІРОК		ПІДВЕЧІРОК	
Пудинг з сиру з повидлом	100/15	Ватрушка з сиром	50
Чай з цукром	185/15	Компот із сухофруктів	200
ВІВТОРОК			
СНІДАНОК		СНІДАНОК	
Салат з овочів	75	Овочі натуральні	75
Котлета полтавська	50	Тюфтелі м'ясні в соусі	60/50
Рагу з овочів	155	Каша пшенична	150
Компот із сухофруктів	200	Капуста тушкована	50
Хліб житній	30	Компот із сухофруктів	200
Хліб пшеничний	30	Хліб житній	30
		Хліб пшеничний	30
ОБІД		ОБІД	
Салат з овочів	50	Салат з овочів	50
Гороховий суп	250	Суп картопляний з м'ясними фрикадельками	250/35

Риба, тушкована з овочами	60/60	Риба смажена	50
Картопляне пюре	150	Картопля тушкована	150
Чай з цукром	185/15	Чай з цукром	185/15
Хліб	60	Хліб	60
Фрукти	150		
ПІДВЕЧІРОК		ПІДВЕЧІРОК	
Булка	50	Млинці з повидлом	150/15
Молоко кип'ячене/ кисломолочні продукти	200 200	Кавовий напій з молоком	200
СЕРЕДА			
СНІДАНОК		СНІДАНОК	
Яйце відварене	40	Сир твердий	15
Овочі натуральні	75	Салат з овочів	75
Риба, запечена під сметанним соусом	75/50	Риба тушкована з овочами	75/75
Картопляне пюре	150	Картопля відварена	150
Чай з цукром	185/15	Чай з цукром	185/15
Хліб житній	30	Хліб житній	30
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
ОБІД		ОБІД	
Салат з овочів	50	Салат з овочів	50
Борщ з капустою, картоплею та сметаною	250/5	Розсольник із сметаною	250/5
Кури тушковані	75/50	Макаронник з м'ясом	265
Каша гречана	150	Кисіль з соку	200
Сік	200	Хліб	60
Хліб	60		
ПІДВЕЧІРОК		ПІДВЕЧІРОК	
Локшевік з сиром	150/10	Вареники або сирники з сиру	100
Какао з молоком	200	Чай з молоком	200
ЧЕТВЕР			
СНІДАНОК		СНІДАНОК	
Запіканка з солодким соусом	100/20	Овочі натуральні	75
Чай з молоком/ кисломолочні продукти	200 100	Філе куряче тушковане в сметанному соусі	50/50
Фрукти	100	Картопляне пюре	150
		Сік	200
		Хліб житній	30
		Хліб пшеничний	30
ОБІД		ОБІД	
Салат із овочів	50	Салат з овочів	50
Суп картопляний із локшиною	250	Суп молочний з макаронними виробами	250
Зрази м'ясні рублені	70	Котлета полтавська	55
Картопля відварена	150	Рис відварений	150
Компот із сухофруктів	200	Компот із сухофруктів	200
Хліб	60	Хліб	60

ПІДВЕЧІРОК		ПІДВЕЧІРОК	
Млинці з медом	100/10	Булка	50
Сік	200	Сік	200
П'ятниця			
СНІДАНОК		СНІДАНОК	
Овочі натуральні	75	Овочі натуральні	75
Котлета куряча натуральна	50	Яйце відварене	40
Картопляне пюре	150	Шніцель м'ясний	50/5
Капуста тушкована	50	Картопля тушкована	150
Компот із сухофруктів	200	Компот із сухофруктів	200
Хліб житній	30	Хліб житній	30
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
ОБІД		ОБІД	
Овочі натуральні	50	Салат з овочів	50
Суп молочний з крупою	250	Суп селянський з крупою та з сметаною	250/5
Тюфтельки яловичі в соусі	60/50	Гуляш яловичий	50/50
Каша гречана	150	Горохове пюре	150
Сік	200	Какао з молоком	200
Хліб	60	Хліб	60
ПІДВЕЧІРОК		ПІДВЕЧІРОК	
Печиво	100	Печиво	100
Кисіль	200	Чай з цукром	185/15