



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ

Департамент освіти і науки

Львівської обласної державної адміністрації

КЗ ЛОР «Жовківський навчально-реабілітаційний центр I-III ступенів «Злагода»

м. Жовква, вул. Є.Коновальця, 3 тел.21-689, E-mail zhspcszkola@ukr.net; zhovkva-specshkola.com.ua

”ПОГОДЖЕНО”

Начальник

Жовківського районного управління
ГУ Держпродспоживслужби
у Львівській області

Гапоненко Р.Р.

”28” *серпень* 2018 р.

”ЗАТВЕРДЖУЮ”

Директор

КЗ ЛОР «Жовківський
навчально-реабілітаційний центр
I-III ступенів «Злагода»

Пікловська Г.Р.

”28” *серпень* 2018 р.

ПРИМІРНЕ МЕНЮ

на 2018 – 2019 навчальний рік

КЗ ЛОР «Жовківський навчально-реабілітаційний центр

I-III ступенів «Злагода»

осінньо-зимовий період

Найменування	Вихід (гр.)		
	I к.	II к.	III к.
1-ий день			
I сніданок			
Каша молочна геркулес	250\4	300\5	300\5
Яйце варене	1	1	1
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
Сир порційний	30	40	40
II сніданок			
Какао з молоком	200	200	200
Булка з маслом	50\10	100\10	100\10
Обід			
Суп картопляний з галушками	300	350	400
Капуста туш. свіжа	135	155	155
Оладки з печінки	104	130	130
Огірок кваш. або помідор свіжий	80-100	96-120	96-120
Кава	200	200	200
Хліб	100	110	120
Фрукти	132	132	132
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Сирок солодкий	45	90	90
Вечеря			
Картопля пюре	180	200	200
Тефтелі з поливою	60\50	80\50	80\50
Салат з свіжої капусти або квашеної	118-100	144-120	144-120
Какао з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Фрукти	132	132	132

Найменування	Вихід (гр.)		
	I к.	II к.	III к.
2-ий день			
I сніданок			
Суп молочний рисовий	350	400	400
Яйце варене	1	1	1
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
Ковбаса варена ДСТУ вищого гатунку	20	25	40
II сніданок			
Молоко	200	200	200
Булка з медом	50\8	100\10	100\14
Обід			
Борщ український	300	350	400
Макарони відварні	140\4,5	150\5	150\5
Котлета смажена	80	100	100
Салат з кваш. або свіж. капусти	100-118	120-144	120-144
Кава	200	200	200
Хліб	100	110	120
Фрукти	132	132	132
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Конд. вироби	60	70	80
Вечеря			
Картопля відварна	180	200	200
Риба припущена	88.5	99.8	99.8
Какао з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Салат з буряка відварний	100	120	120
Фрукти	132	132	132

Найменування	Вихід (гр.)		
	І к.	ІІ к.	ІІІ к.
3-ий день			
І сніданок			
Каша молочна пшоняна	250\4	300\5	300\5
Сирок солодкий	45	90	90
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
Ковбаса варена	20	25	40
ІІ сніданок			
Булка з маслом	50\10	100\10	100\10
Молоко	200	200	200
Обід			
Суп картопл. з перлов. круп.	300	350	400
Печеня по домашньому	175	220	220
Салат з буряка припущений	100	120	120
Компот з сухофруктів	200	200	200
Хліб	100	110	120
Фрукти	132	132	132
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Кондитерські вироби	60	70	80
Вечеря			
Оладі дріжджові з медом	200\8	220\10	250\14
Омлет драчена	50	50	50
Сир порційний	30	40	40
Кава з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Фрукти	132	132	132

Найменування	Вихід (гр.)		
	І к.	ІІ к.	ІІІ к.
4-ий день			
І сніданок			
Суп молочний макаронний	350	400	400
Яйце варене	1	1	1
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
Ковбаса варена	20	25	40
ІІ сніданок			
Булка з маслом	50\10	100\10	100\10
Молоко	200	200	200
Обід			
Суп овочевий або щавлевий	300\10	350\15	400\15
Бефстроганов	100	120	120
Каша гречана	139	160	160
Салат з квашеної (або свіжої) капусти	100 118	120 144	120 144
Компот з сухофруктів або з ревеню	200	200	200
Хліб	100	110	120
Фрукти	132	132	132
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Сирок солодкий	45	90	90
Вечеря			
Картопля поре	180	200	200
Риба смажена	127	150	150
Салат з огірка квашеного або помідора свіжого	100-120	120-150	120-150
Какао з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Фрукти	132	132	132

Найменування	Вихід (гр.)		
	І к.	ІІ к.	ІІІ к.
5-ий день			
І сніданок			
Суп молочний гречаний	350	400	400
Яйце варене	1	1	1
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
ІІ сніданок			
Булка з медом	50\8	100\10	100\14
Молоко	200	200	200
Обід			
Суп карт. з м'ясними фрикадель.	300	350	400
Капуста туш. свіж. або кваш.	135	155	155
Риба смаж	127	150	150
Огірок кваш. або помідор свіж.	80-100	96-120	96-120
Кава	200	200	200
Хліб	100	110	120
Фрукти	132	132	132
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Кондитерські вироби	60	70	80
Вечеря			
Картопля відварна	180	200	200
Курка відварна з поливою	101\50	125\50	125\50
Салат з кваш. або свіж. капусти	100 118	120 144	120 144
Какао з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Фрукти	132	132	132

Найменування	Вихід (гр.)		
	І к.	ІІ к.	ІІІ к.
6-ий день			
І сніданок			
Каша молочна пшенична	250\4	300\5	300\5
Салат з моркви і яблука	85	100	100
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
Ковбаса варена	20	25	40
ІІ сніданок			
Булка з маслом	50\10	100\10	100\10
Какао з молоком	200	200	200
Обід			
Суп картопляний з галушками	300	350	400
Рагу з м'яса і овочів	61/200	77/250	77/250
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Сирок солодкий	45	90	90
Вечеря			
Капуста тушкована свіжа або квашена	135	155	155
Риба смажена	127	150	150
Кава з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Фрукти	132	132	132

Найменування	Вихід (гр.)		
	I к.	II к.	III к.
7-ий день			
I сніданок			
Каша молочна ячмінна	250\4	300\5	300\5
Сирок солодкий	45	90	90
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
Ковбаса варена	20	25	40
II сніданок			
Кефір	200	200	200
Булка	50	100	100
Обід			
Суп картопляний гороховий	300	350	400
Голубці з м'ясом і рисом	180	200	200
Огірок кваш. або помідор свіжий	80-100	96-120	96-120
Компот з сухоф. або яблук	200	200	200
Хліб	100	110	120
Фрукти	132	132	132
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Кондитерські вироби	60	70	80
Вечеря			
Картопля відварна	180	200	200
Риба припуш.	88.5	99.8	99.8
Салат з буряка відварний	100	120	120
Какао з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Фрукти	132	132	132

Найменування	Вихід (гр.)		
	I к.	II к.	III к.
8-ий день			
I сніданок			
Суп молочний гречаний	350	400	400
Яйце варене	1	1	1
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
Сир порційний	30	40	40
II сніданок			
Молоко	200	200	200
Булка з маслом	50\10	100\10	100\10
Обід			
Суп картопл. з м'ясн.фрикадельками	300	350	400
Картопля пюре	180	200	200
Риба смажена	127	150	150
Салат з квашеної капусти або свіжої	100-118	120-144	120-144
Компот з сухоф. або яблук	200	200	200
Хліб	100	110	120
Фрукти	132	132	132
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Сирок солодкий	45	90	90
Вечеря			
Каша пшенична або перлова	139	160	160
Курка відварна з поливою	101\50	125\50	125\50
Салат з огірка кваш. або свіж.	100 120	120 150	120 150
Какао з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Фрукти	132	132	132

Найменування	Вихід (гр.)		
	І к.	ІІ к.	ІІІ к.
9-ий день			
І сніданок			
Каша молочна манна з джемом	250\4	300\5	300\5
Яйце варене	1	1	1
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
Ковбаса варена	20	25	40
ІІ сніданок			
Молоко	200	200	200
Булка з медом	50\8	100\10	100\14
Обід			
Капусняк з свіж. або кваш. капуст.	300\10	350\15	400\15
Плов з свинини	180	200	200
Огірок квашений або помідор свіж.	80-100	96-120	96-120
Кава	200	200	200
Хліб	100	110	120
Фрукти	132	132	132
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Сирок солодкий	45	90	90
Вечеря			
Картопля відварна	180	200	200
Курка відвар. з поливою	101\50	125\50	125\50
Салат з буряка припущений	100	120	120
Какао з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Фрукти	132	132	132

Найменування	Вихід (гр.)		
	І к.	ІІ к.	ІІІ к.
10-ий день			
І сніданок			
Суп молочний рисовий	350	400	400
Сирок солодкий	45	90	90
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
Ковбаса варена	20	25	40
ІІ сніданок			
Кефір	200	200	200
Булка	50	100	100
Обід			
Суп картопляний з гречаною крупою	300	350	400
Печінка туш. в сметані	125	150	150
Картопля пюре	180	200	200
Огірок квашений або помідор свіжий	80-100	96-120	96-120
Компот з сухоф. або яблук.	200	200	200
Хліб	100	110	120
Фрукти	132	132	132
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Кондитерські вироби (вафлі, печиво)	60	70	80
Вечеря			
Оладі дріжджові з натуральним медом	200\8	220\10	250\14
Омлет натуральний	53\5	53\5	53\5
Кава з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Сир порційний	30	40	40
Фрукти	132	132	132

Найменування	Вихід (гр.)		
	I к.	II к.	III к.
13-ий день			
I сніданок			
Каша молочна пшенична	250\4	300\5	300\5
Яйце варене	1	1	1
Сирок солодкий	45	90	90
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
Ковбаса варена	20	25	40
II сніданок			
Какао з молоком	200	200	200
Булка з маслом	50\10	100\10	100\10
Обід			
Розсольник	300\10	350\15	400\15
Капуста тушкована свіжа або квашена	135	155	155
Серце з поливою	100	120	120
Кава	200	200	200
Хліб	100	110	120
Фрукти	132	132	132
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Кондитерські вироби	60	70	80
Вечеря			
Макарони відв. з тв. сиром	165	175	175
Салат з буряка відварний	100	120	120
Какао з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Фрукти	132	132	132

Найменування	Вихід (гр.)		
	I к.	II к.	III к.
14-ий день			
I сніданок			
Суп молочний макаронний	350	400	400
Салат з моркви і яблука	85	100	100
Чай	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	110\10
Сир порційний	30	40	40
II сніданок			
Кефір	200	200	200
Булка	50	100	100
Обід			
Капусняк з свіжої капусти	300\10	350\15	400\15
Картопля пюре	180	200	200
Котлета з філе курки	110	130	130
Огірок квашений або свіжий помідор	80-100	96-120	96-120
Компот з сухофруктів	200	200	200
Хліб	100	110	120
Фрукти	132	132	132
Підвечірок			
Сік	180	200	200
Кондитерські вироби (вафлі, печиво)	60	70	80
Вечеря			
Оладі дріжджові з натуральним медом	200\8	220\10	250\14
Омлет драчена	50	50	50
Кава з молоком	200	200	200
Хліб з маслом	90\10	100\10	120\10
Ковбаса варена ДСТУ	20	25	40
Фрукти	132	132	132

Див. зсув ваги щодо цілих