

ПОГОДЖЕНО
Начальник
Головного управління
Держпродспоживслужби
в м. Києві

О.М. Рубан
« 16 » 10 / 2018



ЗАТВЕРДЖУЮ
Директор дошкільного
навчального закладу
(ясла - садок) №275
Дарницького району
м. Києва
Л.С. Целік
« 16 » 10 / 2018



Примірне двотижневе меню на осінній сезон дошкільного навчального закладу (ясла-садок) №275 Дарницького району м. Києва

Примірне двотижневе меню складене згідно Постанови Кабінету Міністрів України «Про затвердження норм харчування у навчальних та оздоровчих закладах» від 22.11.2004р. № 1591. Картотеки страв « Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах», Методичний посібник упорядники: Н.В. Омеляненко, Ю.Б. Баранова, К.В. Алексеєнко, Л.Л. Рябчун. Схвалено державною санітарно- епідемічною службою України. Дієта №5 у відповідності п.3.4. «Інструкції з організації харчування дітей у дошкільних навчальних закладах».

ПОНЕДІЛОК

Назва страви	Об'єм їжі для дітей вікової групи	
	1-3 роки	3-6 (7) років
Сніданок		
Молочна геркулесова каша	180	200
Хліб пшеничний. з маслом, тв.. сиром	27/2/6	40/4/10
Чай з лимоном	150	180
Кондитерські вироби	10	30
Обід		
Суп гороховий	180	200
Хліб житній	20	40
Вермішель відварена	75	90
Омлет	30	60
Овочі тушковані	60	75
Сік	125	175
Вечеря		
Оладки із згущеним молоком	100/20	120/30
Хліб пшеничний з маслом	28/2	40/5
Какао з молоком	150	180
Фрукти свіжі	40	90

ВІВТОРОК

Назва страви	Об'єм їжі для дітей вікової групи	
	1-3 роки	3-6 (7) років
Сніданок		
Молочна каша «Дружба» (рис+пшоно)	180	200
Хліб пшеничний з маслом, медом	28/2/5	40/5/10
Кава злакова з молоком	150	180
Фрукти свіжі	40	90
Обід		
Борщ український	180	200
Хліб житній з салом	20/5	40/10
Картопляне пюре	100	130
Котлета м'ясна	50	80
Овочі тушковані	60	75
Компот із сухофруктів	150	180
Вечеря		
Лінівi вареники зі сметаною	100/15	130/25
Кисломолочний напій (йогурт, Нарине, кефір) або молоко кип'ячене	150	180
Хліб пшеничний з в. маслом	27/2	40/4

Середа

Назва страви	Об'єм їжі для дітей вікової групи	
	1-3 роки	3-6 (7) років
Сніданок		
Риба смажена	40	90
Картопля відварена	100	130
Овочі свіжі(соління) порційні (огірки, томати)	50	70
Чай	150	180
Хліб пшеничний з маслом	27/2	40/4
Обід		
Овочі свіжі(соління) порційні (огірки, томати)	50	70
Суп з кльоцками	180	200
Хліб житній	20	40
Ліниві голубці з м'ясом	150	220
Кисіль фруктовий	100	180
Вечеря		
Молочна геркулесова каша	180	200
Хліб пшеничний з маслом, тв.. сиром	28/2/6	40/5/10
Какао з молоком	150	180
Кондитерські вироби	10	30
Фрукти свіжі	40	90

Четвер

Назва страви	Об'єм їжі для дітей вікової групи	
	1-3 роки	3-6 (7) років
Сніданок		
Вермішелево - сирна запіканка зі сметаною	115/6 150	150/13 180
Кисломолочний напій (йогурт, Нарине, кефір) або молоко кип'ячене	27/2	40/4
Хліб пшеничний з в. маслом		
Обід		
Овочі свіжі(соління) порційні (огірки, томати)	50	70
Розсольник	180	200
Хліб житній	20	40
Домашня печеня з м'ясом	150	200
Сік	125	175
Вечеря		
Молочна ячна каша	180	200
Хліб пшеничний з маслом	28/2	40/5
Чай з лимоном	150	180
Фрукти свіжі	40	90

П'ятниця

Понеділок

Назва страви	Об'єм їжі для дітей вікової групи	
	1-3 роки	3-6 (7) років
Сніданок		
Геркулесова каша	100	120
Тюфтелька рибна	60	90
Хліб пшеничний з маслом	27/2	40/4
Чай	150	180
Обід		
Овочі свіжі(соління) порційні (огірки, томати)	50	70
Суп рисовий	180	200
Хліб житній	20	40
Картопля відварена	100	130
Печінкове суфле	60	90
Компот із свіжих фруктів	150	180
Вечеря		
Яйце варене	0,5	0,5
Молочна гречана каша	180	200
Хліб пшеничний з маслом	28/2	40/5
Какао з молоком	150	180
Пиріжок з повидлом	60	70
Фрукти свіжі	40	90

ВІВТОРОК

Понеділок

Назва страви	Об'єм їжі для дітей вікової групи	
	1-3 роки	3-6 (7) років
Сніданок		
Молочна геркулесова каша	180	200
Хліб пшеничний з маслом, медом	27/2/5	40/4/10
Чай з лимоном	150	180
Кондитерські вироби	10	30
Обід		
Овочі свіжі(соління) порційні (огірки, томати)	50	70
Суп гороховий	180	200
Хліб житній	20	40
Рагу овочево	100	130
Яйце варене	1	1
Сік	125	175
Вечеря		
Вермішель з твердим сиром	70/6	90/10
Хліб пшеничний з маслом	28/5	40/5
Кава злакова з молоком	150	180
Фрукти свіжі	40	90

ВІВТОРОК

Середа

Назва страви	Об'єм їжі для дітей вікової групи	
	1-3 роки	3-6 (7) років
Сніданок		
Молочна пшоняна каша	180	200
Хліб пшеничний з маслом	28/2	40/5
Кава злакова з молоком	150	180
Кондитерські вироби	10	30
Фрукти свіжі	40	90
Обід		
Бурячник зі сметаною	180	200
Хліб житній з салом	20/5	40/10
Домашня печеня з м'ясом	150	200
Овочі тушковані	60	75
Компот із сухофруктів	150	180
Вечеря		
Сирники зі сметаною	100/6	130/13
Кисломолочний напій (йогурт, Нарине, кефір) або молоко кип'ячене	150	180
Хліб пшеничний з в. маслом	27/2	40/4

Середа

Назва страви	Об'єм їжі для дітей вікової групи	
	1-3 роки	3-6 (7) років
Сніданок		
Котлета рибна	40	90
Картопля відварена	100	130
Овочі свіжі(квашені) порційні (огірки, томати)	50	70
Чай з лимоном	150	180
Хліб пшеничний з маслом	27/2	40/4
Обід		
Капусняк	180	200
Хліб житній	20	40
Плов з м'ясом	150	200
Овочі тушковані	60	75
Кисіль фруктовий	100	180
Вечеря		
Яйце варене	0,5	0,5
Молочна перлова каша	180	200
Хліб пшеничний з маслом, тв.. сиром	28/2/6	40/5/10
Кава злакова з молоком	150	180
Фрукти свіжі	40	90

П'ятниця

Четвер

Назва страви	Об'єм їжі для дітей вікової групи	
	1-3 роки	3-6 (7) років
Сніданок		
Сиро-манна запіканка зі сметаною	115/6	150/13
Кисломолочний напій (йогурт, Нарине, кефір) або молоко кип'ячене	150	180
Хліб пшеничний з в. маслом	27/2	40/4
Обід		
Суп селянський	180	200
Хліб житній	20	40
Бігус овочевий з м'ясом	150	200
Сік	125	175
Вечеря		
Молочна вермішелева каша	180	200
Хліб пшеничний з маслом	28/2	40/5
Чай з лимоном	150	180
Фрукти свіжі	40	90

П'ятниця

Назва страви	Об'єм їжі для дітей вікової групи	
	1-3 роки	3-6 (7) років
Сніданок		
Картопляне пюре	120	130
Риба тушкована з овочами	50	90
Овочі свіжі порційні (огірки, томати)	50	70
Хліб пшеничний з маслом	22/2	35/4
Чай	150	180
Обід		
Суп овочевий	180	200
Хліб житній	20	40
Вермішель відварена	75	90
Тюфтелька м'ясна	60	90
Овочі тушковані	60	75
Компот із свіжих фруктів	150	180
Вечеря		
Яйце варене	0,5	0,5
Молочна пшенична каша	180	200
Хліб пшеничний з маслом, тв. сиром	23/2/6	35/5/10
Какао з молоком	150	180
Булочка з цукром	50	60
Фрукти свіжі	40	90