

**Орієнтовне меню для вихованців закладів дошкільної освіти м. Дніпра  
на 2021 рік**

**Меню при 3-х разовому харчуванні на зимово-весняний період**

Загальне меню		Меню для забезпечення харчування учнів з особливими дієтичними потребами	
І тиждень	від 3 до 6 (7) р.	І тиждень	від 3 до 6 (7) р.
ПОНЕДІЛОК	Вихід, г	ПОНЕДІЛОК	Вихід, г
Сніданок		Сніданок	
Капуста тушкована	30	Капуста тушкована	30
або овочі тушковані	30	або овочі тушковані	30
Омлет натуральний	60	Омлет натуральний	60
або яйця варені	1шт.	або яйця варені	1шт.
Каша гречана розсипчаста з овочами	70	Каша гречана розсипчаста з овочами	70
Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5	Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Обід		Обід	
Овочі різні (по сезону)	30	Овочі свіжі (по сезону)	30
або салат з овочів	30	або морква відварна з олією рослинною	30
Суп гороховий з грінками	200/12	Суп з горошком зеленим з грінками	200/12
Суфле рибне	60	Суфле рибне	60
або биточки рибні	60	або биточки рибні припущені	60
Пюре картопляне	100	Пюре картопляне	100
або рагу овочеve	100	або рагу овочеve	100
Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150	Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	40	Хліб житній	40
Полуденок		Полуденок	
Оладки (на молоці) з повидлом	120/10		
або млинці (на молоці) з повидлом	120/10	Пиріжки печені здобні з повидлом	70
Молоко кип'ячене	150	Молоко кип'ячене	150
<b>ВІВТОРОК</b>		<b>ВІВТОРОК</b>	

<b>Сніданок</b>		<b>Сніданок</b>	
Каша молочна вівсяна	200	Каша молочна вівсяна	200
Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	30/5/6	Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	30/5/6
Чай з лимоном	150/5	Чай з лимоном	150/5
<b>Обід</b>		<b>Обід</b>	
Борщ український зі сметаною	200	Суп з галушками зі сметаною	200
Фрикадельки з яловичини припущені	70	Фрикадельки з яловичини припущені	70
Каша рисова розсипчаста з овочами	90	Каша рисова розсипчаста з овочами	90
Компот з сухофруктів	150	Компот з сухофруктів	150
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній з салом з часником	40/5	Хліб житній з салом з часником	40/5
<b>Полуденок</b>		<b>Полуденок</b>	
Запіканка сирна	90	Запіканка сирна	90
Какао на молоці	150	Какао на молоці	150
Фрукти свіжі	90	Фрукти свіжі	90
або яблука, запечені з цукром	90	або яблука, запечені з цукром	90
<b>СЕРЕДА</b>		<b>СЕРЕДА</b>	
<b>Сніданок</b>		<b>Сніданок</b>	
Салат з білоголової капусти	30	Салат з білоголової капусти	30
або капуста тушкована	30	або капуста тушкована	30
М'ясопродукти відварні	40	М'ясопродукти відварні	40
Макаронні вироби відварні (вермішель)	70	Макаронні вироби відварні (вермішель)	70
Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5	Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
<b>Обід</b>		<b>Обід</b>	
Салат з відварених буряків	30	Салат з відварених буряків	30
або овочі різні	30	або овочі свіжі (по сезону)	30
Суп овочевий зі сметаною	200	Суп овочевий зі сметаною	200
Печеня по-домашньому з курячим м'ясом	40/100	Філе куряче відварне/ Картопля тушкована (без томату)	40/100
Компот з яблук	150	Компот з яблук	150
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	40	Хліб житній	40
<b>Полуденок</b>		<b>Полуденок</b>	

Каша пшоняна з гарбузом	200/3	Каша пшоняна з гарбузом	200/3
або з морквою з маслом вершковим (по сезону)	200/3	або з морквою з маслом вершковим (по сезону)	200/3
або Суп молочний з пшоном	200	або Суп молочний з пшоном	200
Кисіль з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150	Кисіль з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150
Ватрушка з сиру кисломолочного з морквою та яблуками	80	Ватрушка з сиру кисломолочного з морквою та яблуками	80
або Ватрушка з сиром кисломолочним	50	або Ватрушка з сиром кисломолочним	50
<b>ЧЕТВЕР</b>		<b>ЧЕТВЕР</b>	
<b>Сніданок</b>		<b>Сніданок</b>	
Каша молочна манна	200	Каша молочна манна	200
Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	30/5/6	Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	30/5/6
Чай з лимоном	150/5	Чай з лимоном	150/5
<b>Обід</b>		<b>Обід</b>	
Суп вермішельний	200	Суп вермішельний	200
Голубці ліниві з курячим м'ясом	170	Голубці ліниві з курячим м'ясом з соусом сметанним	170
Компот з сухофруктів	150	Компот з сухофруктів	150
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	40	Хліб житній	40
<b>Полуденок</b>		<b>Полуденок</b>	
Картопля, запечена в соусі молочному з цибулею та сиром твердим	120	Картопля, запечена в соусі молочному з цибулею та сиром твердим	120
або Рагу з овочів	120	або Рагу з овочів	120
або Овочі по-карпатськи (по сезону)	120	або Овочі по-карпатськи (по сезону)	120
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	40	Хліб пшеничний	40
Фрукти свіжі або яблука, запечені з цукром	90	Фрукти свіжі або яблука, запечені з цукром	90
або яблука, запечені з цукром		або яблука, запечені з цукром	
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>		<b>П'ЯТНИЦЯ</b>	
<b>Сніданок</b>		<b>Сніданок</b>	
Салат "Вітамінний"	30	Салат "Вітамінний"	30
або Овочі різні	30	або Морква, тушкована з яблуками	
		або овочі свіжі (по сезону)	30

Оладки з печінки, тушковані в молоці	60	Оладки з печінки, тушковані в молоці	60
Каша пшенична грузла	70	Каша пшенична грузла	70
Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5	Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Обід		Обід	
Салат з відварених буряків	35	Салат з відварених буряків	35
або Овочі різні	35	або овочі свіжі (по сезону)	35
Розсольник (з крупою перловою) зі сметаною	200	Суп круп'яний перловий	200
Кнелі рибні припущені з соусом сметанно-томатним	60/20	Кнелі рибні припущені з соусом сметанним	60/20
Пюре картопляне	100	Пюре картопляне	100
або Картопля тушкована	100	або картопля відварна з маслом вершковим	100
Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150	Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	40	Хліб житній	40
Полуденок		Полуденок	
Пудинг сирно-морквяний	100	Пудинг сирно-морквяний	100
Чай з лимоном	150	Чай з лимоном	150
<b>II тиждень</b>	від 3 до 6 (7) р.	<b>II тиждень</b>	від 3 до 6 (7) р.
<b>ПОНЕДІЛОК</b>	Вихід, г	<b>ПОНЕДІЛОК</b>	Вихід, г
Сніданок		Сніданок	
Салат з моркви	30	Салат з моркви	30
або Морква відварна	30	або Морква відварна з олією рослинною	30
або Овочі різні (по сезону)	30	або овочі свіжі (по сезону)	30
Драчена	60	Драчена	60
або яйця варені	1 шт.	або яйця варені	1 шт.
Макаронні вироби відварні	70	Макаронні вироби відварні	70
Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5	Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5
Чай з лимоном	150/5	Чай з лимоном	150/5
Обід		Обід	
Ікра бурякова	35	Ікра бурякова	35
або Салат з відварених буряків	35	або Салат з відварених буряків	35

Суп круп'яний з гречкою	200	Суп круп'яний з гречкою	200
Котлети рибні	60	Котлети рибні парові	60
Пюре картопляне	100	Пюре картопляне	100
або Капуста, тушкована з картоплею	100	або Капуста, тушкована з картоплею (без томату)	100
Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150	Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	40	Хліб житній	40
<b>Полуденок</b>		<b>Полуденок</b>	
Суп молочний вівсяний	200	Суп молочний вівсяний	200
Компот з яблук	150	Компот з яблук	150
Борошняні вироби	40	Борошняні вироби	40
<b>ВІВТОРОК</b>		<b>ВІВТОРОК</b>	
<b>Сніданок</b>		<b>Сніданок</b>	
Каша молочна рисова	200	Каша молочна рисова	200
Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	30/5/6	Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	30/5/6
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
<b>Обід</b>		<b>Обід</b>	
Салат "Вітамінний"	30	Салат "Вітамінний"	30
або Овочі різні	30	або овочі свіжі (по сезону)	30
		або Кукурудза (заморожена) відварна з маслом вершковим	30/2
Борщ буряковий зі сметаною	200	Суп вермішельний	200
Зрази з яловичини січені з маслом вершковим запечені	70	Зрази з яловичини січені з маслом вершковим запечені	70
Пюре горохове	90	Пюре горохове	90
Компот з сухофруктів	150	Компот з сухофруктів	150
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	40	Хліб житній	40
<b>Полуденок</b>		<b>Полуденок</b>	
Вареники ліниві з соусом сметанним	90/15	Вареники ліниві з соусом сметанним	90/15
Какао на молоці	150	Какао на молоці	150
Фрукти свіжі	90	Фрукти свіжі	90
або яблука, запечені з цукром	90	або яблука, запечені з цукром	90
<b>СЕРЕДА</b>		<b>СЕРЕДА</b>	
<b>Сніданок</b>		<b>Сніданок</b>	

Салат з моркви з яблуками	30	Салат з моркви з яблуками	30
або Морква, тушкована з яблуками	30	або Морква, тушкована з яблуками	30
М'ясопродукти відварні	40	М'ясопродукти відварні	40
Каша гречана розсипчаста з овочами	70	Каша гречана розсипчаста з овочами	70
Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5	Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5
Чай з лимоном	150/5	Чай з лимоном	150/5
Обід		Обід	
Салат з квашеної капусти	35	Салат з білоголової капусти	35
або Капуста тушкована	35	або Капуста тушкована	35
Суп з галушками зі сметаною	200	Суп з галушками зі сметаною	200
Запіканка картопляна з курячим м'ясом	170	Запіканка картопляна з курячим м'ясом	170
або Котлети січені з курячого м'яса	60	або Котлети січені з курячого м'яса парові	60
Пюре картопляне	100	Пюре картопляне	100
або Рагу овочеве	100	або Рагу овочеве	100
Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150	Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	40	Хліб житній	40
Полуденок		Полуденок	
Суп молочний з крупою рисовою	200	Суп молочний з крупою рисовою	200
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Борошняний виріб	40	Борошняний виріб	40
<b>ЧЕТВЕР</b>		<b>ЧЕТВЕР</b>	
Сніданок		Сніданок	
Суп молочний вермішельний	200	Суп молочний вермішельний	200
Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	30/5/6	Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	30/5/6
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Обід		Обід	
Салат з відварених буряків	35	Салат з відварених буряків	35
Суп селянський	200	Суп селянський	200
або Капусняк	200		
Плов з курячим м'ясом	40/90	Філе куряче відварне/Каша рисова розсипчаста з овочами (без томату)	40/90

Компот з сухофруктів	150	Компот з сухофруктів	150
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	40	Хліб житній	40
<b>Полуденок</b>		<b>Полуденок</b>	
Десерт з гарбузів	120	Десерт з гарбузів	120
або Бабка з яблук	120	або Бабка з яблук	120
або Оладки з яблуками або морквою	120		
або Оладки з кабачків (по сезону)	120		
Какао на молоці	150	Какао на молоці	150
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>		<b>П'ЯТНИЦЯ</b>	
<b>Сніданок</b>		<b>Сніданок</b>	
Салат з білоголової капусти, ,	30	Салат з білоголової капусти	30
або Капуста тушкована	30	або Капуста тушкована	30
або Овочі різні	30	або овочі свіжі (по сезону)	30
Оладки з печінки, тушковані в молоці	60	Оладки з печінки, тушковані в молоці	60
Каша ячна в'язка	70	Каша ячна в'язка	70
Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5	Хліб пшеничний з маслом вершковим	30/5
Чай з лимоном	150/5	Чай з лимоном	150/5
<b>Обід</b>		<b>Обід</b>	
Салат "Вітамінний"	30	Салат "Вітамінний"	30
або Овочі різні	30	або овочі свіжі (по сезону)	30
		або Морква відварна з олією рослинною	30
Борщ український зі сметаною	200	Суп овочевий зі сметаною	200
Биточки рибні з соусом сметанно- томатним	60/20	Биточки рибні припущені з соусом сметанним	60/20
Пюре картопляне	100	Пюре картопляне	100
або картопля тушкована	100	або картопля тушкована (без томату)	100
або Каша гречана розсипчаста з овочами	100	або Каша гречана розсипчаста з овочами	100
Компот з яблук	150	Компот з яблук	150
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній з салом з часником	40/5	Хліб житній з салом з часником	40/5
<b>Полуденок</b>		<b>Полуденок</b>	
Сирники з сиру кисломолочного	90	Запіканка сирна	90

Кисіль з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150	Кисіль з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	150
Яблука, запечені з цукром	75	Яблука, запечені з цукром	75