

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

Меню при 4-х разовому харчуванні на зимово-весняний період

Загальне меню		Меню для забезпечення харчування учнів з особливими дієтичними потребами	
І тиждень	від 1 до 3р.	І тиждень	від 1 до 3р.
ПОНЕДІЛОК	Вихід, г	ПОНЕДІЛОК	Вихід, г
Сніданок		Сніданок	
Капуста тушкована	20	Капуста тушкована	20
або овочі тушковані	20	або овочі тушковані	20
Омлет натуральний	30	Омлет натуральний	30
або яйця варені	1/2 шт.	або яйця варені	1/2 шт.
Каша гречана розсипчаста з овочами	45	Каша гречана розсипчаста з овочами	45
Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4	Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Обід		Обід	
Овочі різні (по сезону)	20	Овочі свіжі (по сезону)	20
або салат з овочів	20	або морква відварна з олією рослинною	20
Суп гороховий з грінками	150/9	Суп з горошком зеленим з грінками	150/9
Суфле рибне	40	Суфле рибне	40
або биточки рибні	40	або биточки рибні припущені	40
Пюре картопляне	80	Пюре картопляне	80
або рагу овочеве	80	або рагу овочеве	80
Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100	Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	20	Хліб житній	20
Полуденок		Полуденок	
Оладки (на молоці) з повидлом	80/6		
або млинці (на молоці) з повидлом	80/6	Пиріжки печені здобні з повидлом	60
Молоко кип'ячене	150	Молоко кип'ячене	150
Вечеря		Вечеря	
М'ясопродукти відварні	30	М'ясопродукти відварні	30
Макаронні вироби відварні	60	Макаронні вироби відварні	60

Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	20	Хліб пшеничний	20
ВІВТОРОК		ВІВТОРОК	
Сніданок		Сніданок	
Каша молочна вівсяна	150	Каша молочна вівсяна	150
Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	20/4/5	Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	20/4/5
Чай з лимоном	150/5	Чай з лимоном	150/5
Обід		Обід	
Борщ український зі сметаною	150	Суп з галушками зі сметаною	150
Фрикадельки з яловичини припущені	50	Фрикадельки з яловичини припущені	50
Каша рисова розсипчаста з овочами	60	Каша рисова розсипчаста з овочами	60
Компот з сухофруктів	100	Компот з сухофруктів	100
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній з салом з часником	20/4	Хліб житній з салом з часником	20/4
Полуденок		Полуденок	
Запіканка сирна	80	Запіканка сирна	80
Какао на молоці	150	Какао на молоці	150
Фрукти свіжі	55	Фрукти свіжі	55
або яблука, запечені з цукром	55	або яблука, запечені з цукром	55
Вечеря		Вечеря	
Ікра бурякова	30	Ікра бурякова	30
Тюфтельки з курячого м'яса з овочами	30	Биточки з курячого м'яса парові	30
Пюре картопляне	60	Пюре картопляне	60
або картопля відварна з маслом вершковим	60	або картопля відварна з маслом вершковим	60
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	20	Хліб пшеничний	20
СЕРЕДА		СЕРЕДА	
Сніданок		Сніданок	
Салат з білоголової капусти	20	Салат з білоголової капусти	20
або капуста тушкована	20	або капуста тушкована	20
М'ясопродукти відварні	30	М'ясопродукти відварні	30
Макаронні вироби відварні (вермішель)	45	Макаронні вироби відварні (вермішель)	45
Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4	Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150

Обід		Обід	
Салат з відварених буряків	20	Салат з відварених буряків	20
або овочі різні	20	або овочі свіжі (по сезону)	20
Суп овочевий зі сметаною	150	Суп овочевий зі сметаною	150
Печеня по-домашньому з курячим м'ясом	30/80	Філе куряче відварне/ Картопля тушкована (без томату)	30/80
Компот з яблук	100	Компот з яблук	100
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	20	Хліб житній	20
Полуденок		Полуденок	
Каша пшоняна з гарбузом	150/2	Каша пшоняна з гарбузом	150/2
або з морквою з маслом вершковим (по сезону)	150/2	або з морквою з маслом вершковим (по сезону)	150/2
або Суп молочний з пшоном	150	або Суп молочний з пшоном	150
Кисіль з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100	Кисіль з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100
Ватрушка з сиру кисломолочного з морквою та яблуками	70	Ватрушка з сиру кисломолочного з морквою та яблуками	70
або Ватрушка з сиром кисломолочним	36	або Ватрушка з сиром кисломолочним	36
Вечеря		Вечеря	
Салат з квашеної капусти	30	Морква, тушкована з яблуками	30
або Овочі різні	30	або овочі свіжі (по сезону)	30
Котлети рибні парові з соусом сметанно-томатним	30/10	Котлети рибні парові з соусом сметанним	30/10
Каша перлова розсипчаста	60	Каша перлова розсипчаста	60
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	20	Хліб пшеничний	20
ЧЕТВЕР		ЧЕТВЕР	
Сніданок		Сніданок	
Каша молочна манна	150	Каша молочна манна	150
Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	20/4/5	Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	20/4/5
Чай з лимоном	150/5	Чай з лимоном	150/5
Обід		Обід	
Суп вермішельний	150	Суп вермішельний	150
Голубці лінівні з курячим м'ясом	110	Голубці лінівні з курячим м'ясом з соусом сметанним	110
Компот з сухофруктів	100	Компот з сухофруктів	100
Хліб пшеничний	20	Хліб пшеничний	20
Хліб житній	20	Хліб житній	20

Полуденок		Полуденок	
Картопля, запечена в соусі молочному з цибулею та сиром твердим	80	Картопля, запечена в соусі молочному з цибулею та сиром твердим	80
або Рагу з овочів	80	або Рагу з овочів	80
або Овочі по-карпатськи (по сезону)	80	або Овочі по-карпатськи (по сезону)	80
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Фрукти свіжі або яблука, запечені з цукром	55	Фрукти свіжі або яблука, запечені з цукром	55
або яблука, запечені з цукром		або яблука, запечені з цукром	
Вечеря		Вечеря	
Овочі різні	20	Овочі свіжі (по сезону)	20
або салат з овочів	20	або Горошок зелений (заморожений) відварний з маслом вершковим	20
Зрази рублені з цибулею з курячого м'яса з соусом	30/10	Зрази рублені з цибулею з курячого м'яса з соусом	30/10
Каша гречана розсипчаста	60	Каша гречана розсипчаста	60
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	20	Хліб пшеничний	20
П'ЯТНИЦЯ		П'ЯТНИЦЯ	
Сніданок		Сніданок	
Салат "Вітамінний"	20	Салат "Вітамінний"	20
або Овочі різні	20	або Морква, тушкована з яблуками	
		або овочі свіжі (по сезону)	20
Оладки з печінки, тушковані в молоці	40	Оладки з печінки, тушковані в молоці	40
Каша пшенична грузла	45	Каша пшенична грузла	45
Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4	Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Обід		Обід	
Салат з відварених буряків	30	Салат з відварених буряків	30
або Овочі різні	30	або овочі свіжі (по сезону)	30
Розсольник (з крупою перловою) зі сметаною	150	Суп круп'яний перловий	150
Кнелі рибні припущені з соусом сметанно-томатним	40/10	Кнелі рибні припущені з соусом сметанним	40/10
Пюре картопляне	80	Пюре картопляне	80

або Картопля тушкована	80	або картопля відварна з маслом вершковим	80
Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100	Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	20	Хліб житній	20
Полуденок		Полуденок	
Пудинг сирно-морквяний	90	Пудинг сирно-морквяний	90
Чай з лимоном	150	Чай з лимоном	150
II тиждень	від 1 до 3р.	II тиждень	від 1 до 3р.
ПОНЕДІЛОК	Вихід, г	ПОНЕДІЛОК	Вихід, г
Сніданок		Сніданок	
Салат з моркви	20	Салат з моркви	20
або Морква відварна	20	або Морква відварна з олією рослинною	20
або Овочі різні (по сезону)	20	або овочі свіжі (по сезону)	20
Драчена	30	Драчена	30
або яйця варені	1/2шт.	або яйця варені	1/2шт.
Макаронні вироби відварні	45	Макаронні вироби відварні	45
Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4	Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4
Чай з лимоном	150/5	Чай з лимоном	150/5
Обід		Обід	
Ікра бурякова	30	Ікра бурякова	30
або Салат з відварених буряків	30	або Салат з відварених буряків	30
Суп круп'яний з гречкою	150	Суп круп'яний з гречкою	150
Котлети рибні	40	Котлети рибні парові	40
Пюре картопляне	80	Пюре картопляне	80
або Капуста, тушкована з картоплею	80	або Капуста, тушкована з картоплею (без томату)	80
Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100	Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	20	Хліб житній	20
Полуденок		Полуденок	
Суп молочний вівсяний	150	Суп молочний вівсяний	150
Компот з яблук	100	Компот з яблук	100
Борошняні вироби	30	Борошняні вироби	30

Вечеря		Вечеря	
М'ясопродукти відварні	30	М'ясопродукти відварні	30
Каша пшоняна розсипчаста	60	Каша пшоняна розсипчаста	60
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	20	Хліб пшеничний	20
ВІВТОРОК		ВІВТОРОК	
Сніданок		Сніданок	
Каша молочна рисова	150	Каша молочна рисова	150
Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	20/4/5	Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	20/4/5
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Обід		Обід	
Салат "Вітамінний"	20	Салат "Вітамінний"	20
або Овочі різні	20	або овочі свіжі (по сезону)	20
		або Кукурудза (заморожена) відварна з маслом вершковим	20/1
Борщ буряковий зі сметаною	150	Суп вермішельний	150
Зрази з яловичини січені з маслом вершковим запечені	40	Зрази з яловичини січені з маслом вершковим запечені	40
Пюре горохове	60	Пюре горохове	60
Компот з сухофруктів	100	Компот з сухофруктів	100
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	20	Хліб житній	20
Полуденок		Полуденок	
Вареники лінівi з соусом сметанним	80/10	Вареники лінівi з соусом сметанним	80/10
Какао на молоці	150	Какао на молоці	150
Фрукти свіжі	55	Фрукти свіжі	55
або яблука, запечені з цукром	55	або яблука, запечені з цукром	55
Вечеря		Вечеря	
Салат з відварених буряків	30	Салат з відварених буряків	30
Биточки з курячого м'яса з соусом сметанно-томатним	30/10	Биточки з курячого м'яса припущені з соусом сметанним	30/10
Каша пшенична вязка	60	Каша пшенична вязка	60
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	20	Хліб пшеничний	20
СЕРЕДА		СЕРЕДА	
Сніданок		Сніданок	
Салат з моркви з яблуками	20	Салат з моркви з яблуками	20

або Морква, тушкована з яблуками	20	або Морква, тушкована з яблуками	20
М'ясопродукти відварні	30	М'ясопродукти відварні	30
Каша гречана розсипчаста з овочами	45	Каша гречана розсипчаста з овочами	45
Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4	Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4
Чай з лимоном	150/5	Чай з лимоном	150/5
Обід		Обід	
Салат з квашеної капусти	30	Салат з білоголової капусти	30
або Капуста тушкована	30	або Капуста тушкована	30
Суп з галушками зі сметаною	150	Суп з галушками зі сметаною	150
Запіканка картопляна з курячим м'ясом	110	Запіканка картопляна з курячим м'ясом	110
або Котлети січені з курячого м'яса	40	або Котлети січені з курячого м'яса парові	40
Пюре картопляне	80	Пюре картопляне	80
або Рагу овочеве	80	або Рагу овочеве	80
Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100	Компот з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	20	Хліб житній	20
Полуденок		Полуденок	
Суп молочний з крупою рисовою	150	Суп молочний з крупою рисовою	150
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Борошняний виріб	30	Борошняний виріб	30
Вечеря		Вечеря	
Фрикадельки рибні	30	Фрикадельки рибні припущені	30
Картопля тушкована	60	Картопля тушкована (без томату)	60
або відварна з маслом вершковим	60	або відварна з маслом вершковим	60
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	20	Хліб пшеничний	20
ЧЕТВЕР		ЧЕТВЕР	
Сніданок		Сніданок	
Суп молочний вермішельний	150	Суп молочний вермішельний	150
Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	20/4/5	Хліб пшеничний з маслом вершковим та сиром твердим	20/4/5
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Обід		Обід	
Салат з відварених буряків	30	Салат з відварених буряків	30

Суп селянський	150	Суп селянський	150
або Капусняк	150		
Плов з курячим м'ясом	30/60	Філе куряче відварне/Каша рисова розсипчаста з овочами (без томату)	30/60
Компот з сухофруктів	100	Компот з сухофруктів	100
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній	20	Хліб житній	20
Полуденок		Полуденок	
Десерт з гарбузів	100	Десерт з гарбузів	100
або Бабка з яблук	100	або Бабка з яблук	100
або Оладки з яблуками або морквою	100		
або Оладки з кабачків (по сезону)	100		
Какао на молоці	150	Какао на молоці	150
Вечеря		Вечеря	
Зрази рублені з курячого м'яса	30	Зрази рублені з курячого м'яса запечені	30
Капуста, тушкована з картоплею	60	Капуста, тушкована з картоплею	60
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	20	Хліб пшеничний	20
П'ЯТНИЦЯ		П'ЯТНИЦЯ	
Сніданок		Сніданок	
Салат з білоголової капусти	20	Салат з білоголової капусти	20
або Капуста тушкована	20	або Капуста тушкована	20
або Овочі різні	20	або овочі свіжі (по сезону)	20
Оладки з печінки, тушковані в молоці	40	Оладки з печінки, тушковані в молоці	40
Каша ячна в'язка	45	Каша ячна в'язка	45
Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4	Хліб пшеничний з маслом вершковим	20/4
Чай з лимоном	150/5	Чай з лимоном	150/5
Обід		Обід	
Салат "Вітамінний"	20	Салат "Вітамінний"	20
або овочі різні	20	або овочі свіжі (по сезону)	20
		або Морква відварна з олією рослинною	20
Борщ український зі сметаною	150	Суп овочевий зі сметаною	150
Биточки рибні з соусом сметанно- томатним	40/10	Биточки рибні припущені з соусом сметанним	40/10
Пюре картопляне	80	Пюре картопляне	80

або картопля тушкована	80	або картопля тушкована (без томату)	80
або Каша гречана розсипчаста з овочами	80	або Каша гречана розсипчаста з овочами	80
Компот з яблук	100	Компот з яблук	100
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
Хліб житній з салом з часником	20/4	Хліб житній з салом з часником	20/4
Полуденок		Полуденок	
Сирники з сиру кисломолочного	80	Запіканка сирна	80
Кисіль з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100	Кисіль з свіжих та заморожених фруктів "Вітамінка"	100
Яблука, запечені з цукром	55	Яблука, запечені з цукром	55