

**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	
I тиждень	від 3 до 6 (7) р.	I 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	1 шт.	або яйця варені	1 шт.
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 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	
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
Вечеря		Вечеря	
М'ясопродукти відварні	40	М'ясопродукти відварні	40
Макаронні вироби відварні	90	Макаронні вироби відварні	90

Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	40	Хліб пшеничний	40
ВІВТОРОК		ВІВТОРОК	
Сніданок		Сніданок	
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
Обід		Обід	
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
Полуденок		Полуденок	
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
Вечеря		Вечеря	
Ікра бурякова	35	Ікра бурякова	35
Тюфтельки з курячого м'яса з овочами	40	Биточки з курячого м'яса парові	40
Пюре картопляне	90	Пюре картопляне	90
або картопля відварна з маслом вершковим	90	або картопля відварна з маслом вершковим	90
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	40	Хліб пшеничний	40
СЕРЕДА		СЕРЕДА	
Сніданок		Сніданок	
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

Обід		Обід	
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
Полуденок		Полуденок	
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
Вечеря		Вечеря	
Салат з квашеної капусти	35	Морква, тушкована з яблуками	35
або Овочі різні	35	або овочі свіжі (по сезону)	35
Котлети рибні парові з соусом сметано-томатним	40/15	Котлети рибні парові з соусом сметанним	40/15
Каша перлова розсипчаста	90	Каша перлова розсипчаста	90
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	40	Хліб пшеничний	40
ЧЕТВЕР		ЧЕТВЕР	
Сніданок		Сніданок	
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
Обід		Обід	
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

Полуденок		Полуденок	
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-карпатські (по сезону)	120	або Овочі по-карпатські (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	
Вечеря		Вечеря	
Овочі різні	30	Овочі свіжі (по сезону)	30
або салат з овочів	30	або Горошок зелений (заморожений) відварний з маслом вершковим	30
Зрази рублені з цибулею з курячого м'яса з соусом	40/15	Зрази рублені з цибулею з курячого м'яса з соусом	40/15
Каша гречана розсипчаста	90	Каша гречана розсипчаста	90
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	40	Хліб пшеничний	40
П'ЯТНИЦЯ		П'ЯТНИЦЯ	
Сніданок		Сніданок	
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 сметано-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
II тиждень	від 3 до 6 (7) р.	II тиждень	від 3 до 6 (7) р.
ПОНЕДІЛОК	Вихід, г	ПОНЕДІЛОК	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
Полуденок		Полуденок	
Суп молочний вівсяний	200	Суп молочний вівсяний	200
Компот з яблук	150	Компот з яблук	150
Борошняні вироби	40	Борошняні вироби	40
Вечеря		Вечеря	
М'ясопродукти відварні	40	М'ясопродукти відварні	40

Каша пшоняна розсипчаста	90	Каша пшоняна розсипчаста	90
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	40	Хліб пшеничний	40
ВІВТОРОК		ВІВТОРОК	
Сніданок		Сніданок	
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
Обід		Обід	
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
Полуденок		Полуденок	
Вареники лінівні з соусом сметанним	90/15	Вареники лінівні 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
Вечеря		Вечеря	
Салат з відварених буряків	35	Салат з відварених буряків	35
Биточки з курячого м'яса з соусом сметанно-томатним	40/15	Биточки з курячого м'яса припущені з соусом сметанним	40/15
Каша пшенична вязка	90	Каша пшенична вязка	90
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	40	Хліб пшеничний	40
СЕРЕДА		СЕРЕДА	
Сніданок		Сніданок	
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
Запиканка картопляна з курячим м'ясом	170	Запиканка 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
Вечеря		Вечеря	
Фрикадельки рибні	40	Фрикадельки рибні припущені	40
Картопля тушкована	90	Картопля тушкована (без томату)	90
або відварна з маслом вершковим	90	або відварна з маслом вершковим	90
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	40	Хліб пшеничний	40
ЧЕТВЕР		ЧЕТВЕР	
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
Полуденок		Полуденок	
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
Вечеря		Вечеря	
Зрази рублені з курячого м'яса	40	Зрази рублені з курячого м'яса запечені	40
Капуста, тушкована з картоплею	90	Капуста, тушкована з картоплею	90
Чай з цукром	150	Чай з цукром	150
Хліб пшеничний	40	Хліб пшеничний	40
П'ЯТНИЦЯ		П'ЯТНИЦЯ	
Сніданок		Сніданок	
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
Обід		Обід	
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
Полуденок		Полуденок	
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