

"Погоджено"

Начальник управління державного нагляду  
за дотриманням санітарного законодавства  
Головного управління Держпродспоживслужби  
у Харківській області

Колпакова Т.М.

2021 р.

"Затверджую"

Заступник начальника відділу освіти  
Вовчанської міської ради

П.О. Шмакова

2021 р.



**Примірне двотижневе меню для дошкільних підрозділів ЗЗСО  
на весняний період (вікова група 3-7 років)**

понеділок	вихід, г
<b>сніданок</b>	
манна молочна каша з маслом вершковим	200/10
чай з лимоном	200/7
хліб пшеничний із маслом, твердим сиром	40/5/14
цукерка	25
<b>обід</b>	
суп картопляний з галушками	200
м'ясо кур відварене	100
каша пшенична вязка з маслом	130/5
салат із цибулі та квашеної/свіжої капусти	60
хліб житній	40
сік фруктовий	175
<b>вечеря</b>	
овочеve рагу з маслом	200
омлет натуральний	58
хліб пшеничний з медом	45/10
кавовий напій на молоці	200
яблуко	100

вівторок	вихід, г
<b>сніданок</b>	
сирно-манний пудинг у сметанному соусі	165/30
булка з вершковим маслом	45/5
какао на молоці	200
<b>обід</b>	
борщ український	200
каша гречана вязка	130
тютфелька м'ясна в томатно-сметанному соусі	105/55
салат з солоних огірків	60
хліб житній	40
кисіль фруктовий	180
<b>вечеря</b>	
молочна перлова каша( вязка) з маслом вершковим	200/10
хліб пшеничний	40
чай з медом	180/10
апельсин	100

серета	вихід,г
<b>сніданок</b>	
тушкована капуста з маслом	120
котлета рибна	100
хліб пшеничний із маслом	45/5
кавовий напій на молоці	180
печиво	25
<b>обід</b>	
суп овочевий	200
печеня по домашньому	180
хліб житній	40
огірок солений	60
сік фруктовий	150
<b>вечеря</b>	
молочна пшоняна каша з маслом вершковим	200/10
хліб пшеничний з маслом, сиром твердим	40/5/14
чай	180
банан	100

четвер	вихід,г
<b>сніданок</b>	
молочна ячна каша(вязка) з маслом вершковим	200/10
чай з медом	200
хліб пшеничний з маслом	40/5
какао на молоці	200
<b>обід</b>	
борщ з буряком та картоплею	200
рулет м'ясний з яйцем	120
каша рисова вязка з маслом вершковим	130/5
ікра морковна	60
компот із свіжих фруктів (сухофруктів)	200
хліб житній	40
<b>вечеря</b>	
сирники у сметанному соусі	150/30
хліб-пшеничний із вершковим маслом	40/5
кефір	180
яблуко	150

п'ятниця	вихід,г
<b>сніданок</b>	
овочі тушковані	120
тюфтелька рибна з підливою	100/30
хліб пшеничний із вершковим маслом	40/5
какао на молоці	200
вафлі	25
<b>обід</b>	
суп з рисовою крупкою і томатом	200
картопля відварена з вершк.маслом	150
м'ясо кур тушене в соусі	100/75
ікра бурякова	60
хліб житній	40
сік фруктовий	175
<b>вечеря</b>	
молочна рисова каша (вязка) з маслом вершковим	200/10
хліб пшеничний із вершковим маслом	40/5
чай з лимоном	200/7
апельсин	100

понеділок	вихід, г
<b>сніданок</b>	
каша пшоняна молочна (рідка) з вершковим маслом	200/10
кавовий напій на молоці	200
хліб пшеничний із маслом, сиром твердим	40/5/14
печиво	25
<b>обід</b>	
суп гороховий	200
зрази картопляні з м'ясом	190
салат з цибулі та свіжих(солоних) огірків	60
хліб житній	40
сік фруктовий	175
<b>вечеря</b>	
буряк тушений в сметанному соусі	150
яйце відварене	1 шт
хліб пшеничний	40
чай з медом	180/10
яблуко	100



<b>вівторок</b>	<b>вихід,г</b>
<b>сніданок</b>	
вареники ліниві з сметанним соусом	120/30
хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5
какао на молоці	200
кефір	180
<b>обід</b>	
суп селянський з крупою	200
підділька м'ясна у сметанному соусі з томатом	100/55
голубці овочеві	150
салат з буряка з цибулею	60
хліб житній	40
кисіль з фруктів	180
<b>вечеря</b>	
молочна манна каша з вершковим маслом	200
хліб пшеничний	40
чай з медом	200
банан	100

<b>четвер</b>	<b>вихід,г</b>
<b>сніданок</b>	
молочна перлова каша з вершковим маслом	200/10
чай	200
булка з маслом	45/5
кефір	180
<b>обід</b>	
капусняк запорізький	200
відварені макаронні вироби з маслом вершковим	130
котлета з м'яса кур	100
салат вітамінний	60
компот з сухофруктів	200
хліб житній	40
<b>вечеря</b>	
сирники "рожеві" у сметанному соусі	150/30
хліб пшеничний з маслом вершковим	40/5
какао на молоці	200
яблуко	100

<b>середа</b>	<b>вихід,г</b>
<b>сніданок</b>	
ікра морковна	120
рибний шніцель	100
хліб пшеничний з маслом вершковим	40/5
кавовий напій на молоці	200
цукерка	25
<b>обід</b>	
розсольник ленінградський	200
картопляне пюре з вершковим маслом	150/5
м'ясний гуляш	75/75
хліб житній	40
капуста тушкована	60
сік фруктовий	150
<b>вечеря</b>	
суп молочний з пшеничною крупою	200
хліб пшеничний з маслом, сиром твердим	40/5/14
чай	200
апельсин	100

<b>п'ятниця</b>	<b>вихід,г</b>
<b>сніданок</b>	
картопляне пюре з вершковим маслом	150/5
риба тушкована з овочами	150
булка з вершковим маслом	45/5
какао на молоці	200
вафлі	25
<b>обід</b>	
суп овочевий	200
каша рисова вязка з вершковим маслом	130
печінка яловича в сметанному соусі	75/75
ікра буряково-морквяна	60
хліб житній	40
сік фруктовий	175
<b>вечеря</b>	
молочний суп з макаронними виробами	200
хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5
чай	200
банан	100