

«ПОГОДЖЕНО»

Начальник Сторожинецького
районного управління
головного управління
Держпродспоживслужби в
Чернівецькій області



М.П. Швед

«ЗАТВЕРДЖЕНО»

Сторожинецький міський
голова



М.М. Карлійчук

*Двотижневе перспективне меню для шкільних їдалень
Сторожинецької міської ради
на 2020-2021 навчальний рік*

І тиждень

	П/н №	Назва страви	Калорійність (ккал)	Вихід	Ціна
Понеділок	1.	Салат із свіжої капусти	69	50	0,60
	2.	Суп картопляний з горохом	140/170	200/250	0,75/1,00
	3.	Риба хек смажена в яйці	225	50	5,05
	4.	Рис відварний з овочами	169/220	100/3 150/5	1,06 1,66
	5.	Сік	140	200	2,05
	6.	Хліб	90/120	60/80	0,72/0,96
				833/944	
Вівторок	1.	Борщ з капустою, картоплею та сметаною	131/154	200/250/5	1,32/1,56
	2.	М'ясо тушковане	288	50/50	8,75
	3.	Каша пшенична з маслом	159/239	100/4 150/8	0,76 1,14
	4.	Помідор (свіжий або консервований)	60	50	0,50
	5.	Кавовий напій з цукром	80	200	0,70
	6.	Хліб	90/120	60/80	0,72/0,96
				808/941	
Середа	1.	Ікра з моркви	51	50	0,85
	2.	Суп картопляний з макар. виробами та сметаною	117/141	200/250/5	0,85/1,17
	3.	Тифтели м'ясні під соусом	304	50/30	4,50
	4.	Овочева рагу	121/182	100/3 150/5	0,72 1,64
		Сирники з цукром	180	50/5	2,68
	5.	Чай з цукром	60	200	0,55
	6.	Хліб	90/120	60/80	0,72/0,96
			923/1038		10,87/12,35

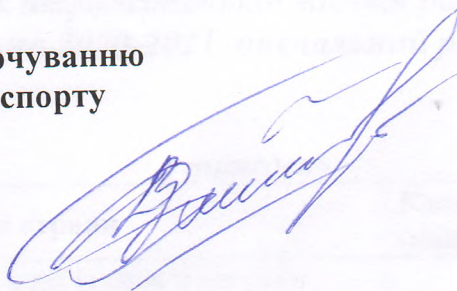
Четвер	1.	Ікра бурячкова	52	50	0,59
	2.	Розсольник з рисовою крупою та сметаною	127/153	200/250/5	1,26/1,50
	3.	Риба хек тушкована в томатному соусі з овочами	215	50/30	6,71
	4.	Картопляне пюре з маслом	107/161	100/3 150/5	1,08 1,70
	5.	Кисіль фруктовий або компот	160	200	1,50
	6.	Хліб	90/120	60/80	0,72/0,96
			751/861		11,86/12,96
П'ятниця	1.	Салат овочевий	55	50	0,96
	2.	Капуснякз картоплею та сметаною	108/127	200/250/5	1,00/1,24
	3.	Сосиски молочнівідварні	190	60	4,80
	4.	Макаронівідварні з твердим сиром і маслом	216/286	100/10/3 150/10/5	1,72/2,13
	5.	Какао з молоком	155	200	2,28
	6.	Хліб	90/120	60/80	0,72/0,96
			814/933		11,48/12,37

II тиждень

Понеділок	1	Суп картопляний з фрикадельками	260/280	25/200 25/250	3,80 4,00
	2	Котлета рибна смажена	187	50	3,60
	3	Картопляне пюре з маслом	107/161	100/3 150/5	1,08 1,70
	4	Консервованний огірок або свіжий	50	50	0,80
	5	Сік	140	200	2,05
	6	Хліб	90/120	60/80	0,72/0,96
			834/938		12,05/13,11
Вівторок	1.	Салат із свіжої капусти	69	50	0,60
	2.	Суп картопляний з крупою та сметаною	131/154	200/250/5	0,76/0,96
	3.	Товченики м'ясні з маслом	153	50/5	5,57
	4.	Каша гречана з маслом	166/249	100/4 150/8	0,90 1,55
	5.	Лінівi вареники з маслом	152	50/5	2,80
	6.	Какао з цукром	98	200	1,30
	7.	Хліб	90/120	60/80	0,72/0,96
		859/995		12,65/13,74	
Середа	1.	Яйце відварне	55	20	1,25
	2.	Борщ з капустою, картоплею та сметаною	131/154	200/250/5	1,32/1,56
	3.	Ковбаски рибні в томатному соусі	170	50/20	5,53
	4.	Горохове пюре з маслом	210/280	100/4 150/8	0,95/1,70
	5.	Сік	140	200	2,05
	6.	Хліб	90/120	60/80	0,72/0,96
			796/919		11,82/13,05

Четвер	1.	Салат картопляний з яйцем	107	50/20	1,85
	2.	Суп картопляний з горохом	140/170	200/250	0,75/1,00
	3.	Плов свинний	407	50/100 50/150	9,29 9,61
	4.	Чай з цукром	60	200	0,55
	5.	Хліб	90/120	60/80	0,72/0,96
				804/864	
П'ятниця	1.	Ікра бурячкова	52	50	0,59
	2.	Суп картопляний з макар. виробами та сметаною	117/141	200/250/5	0,85/1,17
	3.	Печеня по-домашньому	403	50/125	8,57
	4.	Какао з молоком	155	200	2,28
	5.	Хліб	90/120	60/80	0,72/0,96
				817/871	

Інженер-технолог по харчуванню
 відділу освіти, молоді та спорту
 Сторожинецької
 міської ради
 0507289373



Дмитро ПЕТИЛЯК