

Узгоджено:

Начальник Кропивницького міського
управління Головного управління
Держпродспоживслужб
Кіровоградській області
_____ Ю.Ю.Івановська
() _____ 201_р.

Узгоджено:

Начальник управління
освіти Міської ради
міста Кропивницького
_____ Л.Д.Костенко
() _____ 201_р.

Затверджую:

Директор _____

() _____ 201_р.

Рекомендоване примірне двотижнєве меню для дітей закладів дошкільної освіти м. Кропивницького на Зимовий період

І тиждень	Вага, грам		ІІ тиждень	Вага, грам	
ПОНЕДІЛОК	Ясла	Сад	ПОНЕДІЛОК	Ясла	Сад
Сніданок			Сніданок		
Каша вівсяна в'язка з м/в	100	120	Ковбасні вироби відварнів.г.	40	40
Морква тушкована з яблуком	20	40	Макаронні вироби відварні	100	120
Яйце відварне	1/4 шт.	½ шт.	Ікра кабачкова	20	40
Хліб пшеничний з м/в та твердим сиром	30/5/5	40/5/8	Хліб пшеничний з м/в та твердим сиром	30/5/5	40/5/8
Чай з лимоном	150/5	180/5	Чай з цукром	150	180
Обід			Обід		
Суп гороховий з грінками	150/15	200/20	Суп з рибними фрикадельками	150/30	200/45
Пюре картопляне	100	120	Яйце відварне	½ шт.	1 шт.
Риба тушкована з овочами	55	70	Картопля тушкована з капустою	120	150
Хліб житній	20	40	Хліб житній	20	40
Узвар	150	180	Хліб пшеничний	10	15
Вечеря			Сік	150	180
Запіканка сирна зі сметанним соусом	120/40	150/40	Вечеря		
Какао на молоці	150	180	Сирники зі сметанним соусом	100/40	120/40
Печиво	10	30	Молоко кип'ячене (ряжанка)	150	180
ВІВТОРОК			Банани	50	50
Сніданок			ВІВТОРОК		
Суп молочний з вермішеллю	150	200	Сніданок		

Хліб пшеничний з м/в та твердим сиром	30/5/5	40/5/8	Каша гречанав'язка	100	120
Кавовий напій злаковий	150	180	Бефстроганов з м'яса птиці	50	60
Фрукти свіжі (яблуко)	40	75	Помідори консервовані	-	30
Обід			Овочі відварні	20	-
Борщ «Подільський» з квасолею та зі свіжою цибулею	150/10	200/20	Хліб пшеничний	30	40
Гречаники з філе птиці та сметанним соусом	120/40	140/40	Какао на молоці	150	180
Хліб житній	20	40	Обід		
Сік	150	180	Розсольник	150	200
Вечеря			Салат з відварного буряка	30	60
Печеня по-домашньому	150	180	Картопляна(і) запіканка (зрази) з м'ясом та сметанним соусом	120/40	140/40
Овочі консервовані (овочі варені ясла)	20	20	Хліб житній	20	40
Хліб пшеничний	25	40	Компот зі свіжих яблук	150	180
Кисіль зі свіжих плодів	150	180	Вечеря		
СЕРЕДА			Каша геркулесова молочна	150	200
Сніданок			Оладки з повидлом або рогалики з повидлом	70/10 50	105/20 50
Плов рисовий з родзинками, гарбузом та яблуками	150	180	Чай з цукром	150	180
Хліб пшеничний	30	40	СЕРЕДА		
Чай з цукром	150	180	Сніданок		
Обід			Каша молочна пшоняна з гарбузом	150	180
Капусняк	150	200	Хліб пшеничний з м/в та твердим сиром	25/5/5	25/5/8
Картопля тушкована з морквою	100	120	Чай з цукром	150	180
Суфле (оладки) з печінки	40 (40)	75 (60)	Обід		
Хліб житній	20	40	Суп картопляний з макаронами	150	200
Узвар	150	180	Вінегрет	40	60
Вечеря			Каша ячна з м/в	100	120
Лініві вареники з сметанним соусом	110/40	130/40	Тюфтелі (котлета) з яловичини	50	60
Булочка	25	25	Хліб житній	20	40
Молоко кип'ячене	150	-	Узвар	150	180

Какао на молоці	-	180	Вечеря		
ЧЕТВЕР			Яблуко запечене з сиром кисломолочним	100	130
Сніданок			Булочка «Каштан»	25	25
Суп гречаний молочний	150	180	Кавовий напій злаковий	150	180
Хліб пшеничний з м/в та твердим сиром	30/5/5	40/5/8	ЧЕТВЕР		
Чай з цукром	150	180	Сніданок		
Обід			Суп молочний з кукурудзяної крупки	150	180
Суп овочевий зі сметаною	150/5	200/10	Хліб пшеничний з м/в	20/5	40/10
Рулет з яловичини та яйцем (зрази м'ясні з яйцем)	50	60	Чай з цукром	150	180
Каша пшоняна з м/в	100	120	Обід		
Салат з солоних огірків та цибулі	20	30	Суп болгарській	150	200
Хліб житній	20	40	Голубці українські або лінівці	150	180
Компот зі свіжих плодів	150	180	Хліб житній	20	40
Вечеря			Компот зі свіжих плодів	150	180
Биточки з хеку	50	60	Вечеря		
Макарони відварні	100	120	Суфле з хеку	55	75
Ікра бурякова	30	50	Картопляне-морквяне (горохове, гарбузове) пюре з м/в	100	120
Хліб пшеничний	25	40	Хліб пшеничний	25	40
Кисіль з соку	150	180	Кисіль з сухофруктів	150	180
П'ЯТНИЦЯ			П'ЯТНИЦЯ		
Сніданок			Сніданок		
Каша пшенична з м/в	100	120	Плов з м'ясом птиці	130	150
Гуляш з м'яса птиці	50	60	Овочі солоні	10	20
Хліб пшеничний	30	40	Хліб пшеничний	25	40
Чай з цукром	150	180	Напій цитрусовий	150	180
Фрукти свіжі (апельсин)	30	60	Обід		
Обід			Суп буряківник	150	200
Суп картопляний з галушками	150	200	Яловичина духова	150	180
Рагу овочево	100	120	Хліб житній	20	40
Ковбасні вироби відварні в.г.	40	40	Узвар	150	180
Хліб житній	20	40	Вечеря		

Узвар	150	180	Каша молочна манна	150	180
Вечеря			Хліб пшеничний з м/в	25/5	25/5
Суп молочний з рисовою крупою	150	200	Вафлі	20	30
Хліб пшеничний з м/в	25/5	30/8	Чай з цукром	150	180
Кавовий напій злаковий	150	180			
Печиво	10	30			

1. Для покращення смакової якості страв дозволяється використовувати зелень кропу, цибулі ріпчастої та петрушки (попередньо перебраної, обробленої відповідно до технологічних та санітарних вимог) у кількості 2-3 грама на порцію.
2. Овочі консервовані, овочі свіжі, салати зі свіжих овочів та капусти свіжої (нового врожаю) подаються до других страв як додатковий гарнір 20-60 грам, фрукти, кондитерські та борошняні вироби включаються у меню за умовою дотримання передбачених асигнувань.

Розробив провідний спеціаліст (інженер-технолог) управління освіти

І. Сидоренко