

"Погоджено"

Заступник начальника управління-
начальник відділу державного нагляду
за дотриманням санітарного
законодавства Житомирського
районного управління ГУ ДНІСС в
Житомирській області


Л.В. Зембінська

2023 р.



"ЗАТВЕРДЖЕНО"

Начальник відділу освіти
селищної ради





Рекомендоване примірне чотиритижневе сезонне меню для організації триразового харчування дітей віком від 1 до 6 (7) років в закладах дошкільної освіти у разі п'ятиденного перебування на зимовий період 2023-2024 р.р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 (зі змінами))

Чотиритижневе сезонне меню

<i>День тижня</i>		<i>I тиждень</i>	<i>II тиждень</i>	<i>III тиждень</i>	<i>IV тиждень</i>
Понеділок	Сніданок	Каша пшонояна з фруктами	Салат морквяно-яблучний з сиром твердим	Морква тушкована в сметані	Котлета морквяна під сметаним соусом
		Соус фруктовий з морожених фруктів або ягід	Локшинник з фруктами	Каша «Янтарна» (із пшоно з яблуками)	Каша боярська (із пшоно з родзинками)
		Омлет	Соус із сухофруктів (з яблук сушених)	Соус фруктовий (з вишень морожених)	Соус із сухофруктів (чорносливу)
		Морква тушкована з чорносливом	Сік яблучний	Сік виноградний	фрукти свіжі (апельсини)
		Какао		Хліб цільнозерновий	
	Обід	Суп із цвітної капустиою зі сметаною	Горошок овочевий відварний	Салат із свіжих огірків	Салат із свіжих томатів
		Рибна паличка з яйцем	Суп болгарський зі сметаною	Суп рисовий з помідорами та сметаною	Свіжі томати або томати солоні
		Пюре бобових з цибулею	Фіш боли в томатному соусі	Рулет рибний	Суп селянський з перловою крупою та сметаною
		Компот із свіжих фруктів	Рагу овочево з кашею	Макарони відварні з сиром твердим	Шніцель рибний натуральний
		Хліб цільнозерновий	Компот із свіжих фруктів (з яблук)	компот із свіжих фруктів (з яблук)	Каша гречана розсипчаста
		Хліб цільнозерновий	Хліб цільнозерновий	компот із свіжих фруктів (з яблук)	Хліб цільнозерновий
	Вечеря	Котлета рублена з курятини	Кабачки смажені	Горошок овочевий відварний	Кабачок, фарширований овочами та соусом сметаним з томатом
		Каша гречана розсипчаста	Курячий рулет фарширований вареним яйцем	Чахохбілі з куркою	Котлета натуральна з філе курки панірована в сухарях
		Молоко кип'ячене	Каша пшенична в'язка	Зрази картопляні (з овочами)	Картопляне пюре
			Кисіль молочний	Какао	Какао
			Хліб цільнозерновий		Хліб цільнозерновий
Вівторок	Сніданок	Салат із свіжих томатів або томати солоні	Салат з капусти, моркви та яблук	Салат «Полонинський»	Ікра овочева збірна
		Тюфтелька куряча з овочами	Суфле ячне	Суфле з курятини з цвітною капустою	Пудинг із курятини
		Каша ячна розсипчаста	Ризотто з зеленим горошком та твердим сиром	Каша ячна розсипчаста з цибулею	Каша кукурудзяна з сиром твердим
		Кефір 2,5%	Кисіль вишневий	Чай (трав'яний)	Сік яблучний
		хліб цільнозерновий		Хліб цільнозерновий з сиром твердим	Хліб цільнозерновий
	Обід	Суп овочевий зі сметаною	Свіжі томати або томати солоні	Суп-пюре з яйцем та фрикаделькою	Борщ чернігівський
		Мафіни з овочами та твердим сиром	Борщ з картоплею зі сметаною	Перець, фарширований курячим м'ясом та рисом	Філе курки запечене під сиром твердим
		Плов з родзинками	Курятина в сметані	Бобові (квасоля) в сметанному соусі	Пюре з бобових (з гороху) з вершковим маслом
		Апельсини свіжі	Фалафель	фрукти свіжі (яблука)	Компот із апельсинів
		Хліб цільнозерновий	фрукти свіжі (банани)	хліб цільнозерновий	Хліб цільнозерновий
		хліб цільнозерновий			
	Вечеря	Пюре з гарбуза	Овочі припущені в сметанному соусі (з гарбузом)	Гарбуз запечений з фруктами	Каша рисова з гарбузом
		Пудинг сирно – яблучний	Оладки курячі	Запіканка вермішделиво-сирна	Вареники ліниві з фруктовим соусом (малиновим або вишневим або абрикосовим)
		Соус фруктовий	Картопля запечена скибочками (з вареної)	Сливи тушковані	Чай (трав'яний) з лимоном
		Сік виноградний	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	Банан свіжий	
	Середа	Сніданок	Рагу із кабачків з томатами	Ікра з буряка	Ікра кабачкова
Гуляш курячий			Суфле рибне	Омлет з твердим сиром	Тюфтелька рибна в сметанно-томатному соусі
Каша пшенична розсипчаста з цибулею			Каша гречана в'язка	Каша в'язка пшенична з морквою	Каша ячна розсипчаста
Компот із сушених яблук			Сік апельсиновий	компот із свіжих фруктів (з яблук)	Хліб цільнозерновий з сиром твердим
Хліб цільнозерновий з сиром твердим			Хліб цільнозерновий	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	фрукти свіжі (апельсини)
Обід		Свіжі томати або томати солоні	Салат з червоної квасолі	Салат із капусти з зеленим горошком	Салат з зеленого горошку з цибулею
		Суп гречаний	Куліш пшонояний з фрикаделькою та сметаною	Суп гороховий з грінками	Суп картопляний з макаронними виробами
		Шніцель зі свинини	Голубці ліниві з курячим м'ясом	Вареники з курячим м'ясом	Рагу із курятини
		Картопля тушкована з цибулею та томатами	компот із свіжих фруктів (яблук)	Сік абрикосовий	компот із свіжих фруктів (яблук)
		Фрукти свіжі	Хліб цільнозерновий		Фрукти свіжі (банани)
	Хліб цільнозерновий		Хліб цільнозерновий		

	Вечеря	Буряк, тушкований в сметанному соусі	Гарбуз припущений	Буряк тушкований з яблуком	Морква припущена з родзинками
		Соус сметанный	Гратен «Зебра» (запіканка сирна з какао)	Кнелі із курятини з рисом в сметанно-томатному соусі	Ячний рулет з фаршем
		Биточок перловий	Соус із сухофруктів (кураги)	Запіканка овочева	Биточки пшоняні з соусом із сухофруктів (яблук сушених)
		Соус із сухофруктів Яблуко фаршироване сиром кисломолочним	Фрукти свіжі (банани)	Фрукти свіжі (банани)	Молоко кип'ячене
Четвер	Сніданок	Каша вівсяна з гарбузом	Салат із свіжих помідорів та огірків	Баклажани тушковані з помідорами	Пудинг із цвітної капусти
		Сирники рожеві	Биточок рублений з курятини паровий	Кури з яблуками в сметані	Курка по-італійськи (підлива)
		Соус яблучний	Полента	Каша гречана в'язка	Каша пшенична розсипчаста з цибулею
		Чай трав'яний	Компот із плодів сушених (родзинок)	Компот із плодів сушених (кураги)	Компот із суміші сухофруктів
		Хліб цільнозерновий з сиром твердим	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	Хліб цільнозерновий з твердим сиром	
	Обід	Борщ український	Капуста смажена в сухарях (з цвітної капусти)	Борщ по-бахмацьки зі свіжою капустою	Буряк тушкований з чорносливом
		Нагетси курячі	Суп український з галушками	Суфле м'ясне (зі свинини) з овочами	Суп із сочевиці з м'ясною фрикаделькою
		Макарони відварені з овочами	М'ясо відварне в кисло-солодкому соусі (свинина)	Каша перлова в'язка	Макаронник з м'ясом яловичини
		Компот із свіжих фруктів	Каша ячна в'язка	Кисіль із апельсинів	Хліб цільнозерновий
		Хліб цільнозерновий	Фрукти свіжі (апельсин)	Хліб цільнозерновий	Фрукти свіжі (апельсини)
		Хліб цільнозерновий			
	Вечеря	Овочі по – карпатські	Зрази рисові з овочами	Каша гарбузова	Гарбуз запечений з яблуками
		Суфле з вареного курячого м'яса та рису	Соус сметанный з томатом	Зрази з сиру кисломолочного з курагою	Пудинг сирно-морквяний
		Какао	Омлет драчена	Соус сметанный	Соус фруктовий (з вишень заморожених)
		Хліб цільнозерновий	Фрукти свіжі (банани)	Фрукти свіжі (апельсини)	Сік периковий
		Яблуко печене			
П'ятниця	Сніданок	Омлет з морквою	Ікра овочева	Капуста цвітна підсмажена в яйці	Салат з варених овочів
		Шарлотка з рису та овочів (з капустою білокачанною)	Паличка куряча	Котлета рибна любительська	Ячня з помідорами
		Соус сметанный (на молоці)	Каша перлова розсипчаста	Каша кукурудзяна розсипчаста	Каша вівсяна в'язка
		Компот із свіжих фруктів (винограду)	Какао	Кефір	Какао
			Хліб цільнозерновий	Хліб цільнозерновий з сиром твердим	
	Обід	Суп-пюре гороховий	Салат із свіжих огірків	Томати свіжі або томати солоні	Борщ полтавський з галушками і сметаною
		Зрази картопляні з курячим м'ясом «Човники»	Суп-пюре з квасолі зі сметаною	Суп польовий із сметаною	Болоньезе (зі свинини)
		Бігос овочево - курячий	Пиріг пастуший з яловичиною	Гречаник м'ясний з яловичини	Каша перлова в'язка
		Мус яблучний з фруктовим соусом (вишневим)	мус плодово - ягідний з фруктовим соусом (з смородини чорної та малини)	Бобові з цибулею (сочевиця) або бобові з цибулею (горох лущений)	Фрукти свіжі (яблука)
		Хліб цільнозерновий	Хліб цільнозерновий	Фрукти свіжі (яблука)	Хліб цільнозерновий
				Хліб цільнозерновий	
	Вечеря	Салат зі свіжих томатів з солодким перцем	Гарбуз, запечений з яйцем	Пюре бурякове	Перець солодкий підсмажений
		Хлібець рибний	Биточок гречаний	Ячна кашка	Зрази з курятини з омлетом та овочами в сметанному соусі
		Банош по-гуцульськи з сиром твердим	Соус сметанный	Яйце варене	Товчанка
		Сік периковий	Шарлотка яблучна	Запіканка рисова зі свіжими плодами (з грушами)	Фрукти свіжі (яблуко)
		Хліб цільнозерновий	Соус із слив	Соус яблучний	
			Чай (трав'яний)	Какао	