

ПОГОДЖЕНО

Начальник Буринського відділу державного нагляду за дотриманням санітарного законодавства
Ковтотепського управління
Головного управління
Держпродспоживслужби в Сумській області

« _____ » Тетяна Терешенко

ЗАТВЕРДЖЕНО

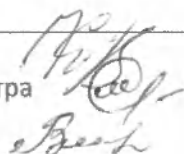
Директор Буринської спеціалізованої школи
I-III ст. №1 імені В.М.Кравченка

« _____ » Лідія Надженко

ЧОТИРЬОХТИЖНЕВЕ ПЕРСПЕКТИВНЕ МЕНЮ
харчування учнів 5-11 класів Буринської спеціалізованої школи I-III ступенів №1
імені В. М. Кравченка на 2021-2022 н. р.

| 1 тиждень | | | | | |
|---|----------|--------|--------|-----------|--------------------------|
| Найменування страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| ПОНЕДІЛОК сніданок | | | | | |
| Розсольник | 250 | 2,6 | 4,11 | 19,75 | 124,23 |
| Макаронні вироби відварені | 100 | 3,6 | 3,1 | 25,4 | 138,0 |
| Омлет | 58 | 40,63 | 46,84 | 1,04 | 199,5 |
| Болоньезе (за Клопотенком) | 100 | 6,5 | 12,8 | 5,6 | 171,6 |
| Салат з свіжих помідорів(за Клопотенком) (1) | 100 | 1,1 | 6 | 3,5 | 74 |
| Помідор солоний (2) | 50 | 0,8 | - | 3,5 | 16,5 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Бутерброд з маслом і сиром | 30/25/12 | 9,03 | 16,68 | 76,54 | 245,66 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Яблуко | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45,0 |
| Всього | | | | | (1)-1146,79 (2)-1089,29 |
| ВІВТОРОК сніданок | | | | | |
| Суп картопляний з грінками | 250 | 6,42 | 4,37 | 32,93 | 185,43 |
| Овочеve рагу | 200 | 4,02 | 11,031 | 24,829 | 161,52 |
| Ікра бурякова (2) | 160 | 2,368 | 18,76 | 11,8 | 227,86 |
| Салат з моркви (1) | 100 | 1,44 | 4,95 | 11,02 | 93,35 |
| Запінанка з сиром | 115/15 | 17,34 | 15,27 | 15,69 | 270,48 |
| Компот з сухофруктів | 200 | - | - | 13 | 50 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | | (1)-1140,09 (2)-1005,58 |
| СЕРЕДА сніданок | | | | | |
| Борщ"Український" | 250 | 28,63 | 2,442 | 16,875 | 131,32 |
| Картопляне пюре | 160 | 3,646 | 80,24 | 27,933 | 195,67 |
| Риба тушкована в томаті з овочами | 150 | 17,12 | 11,35 | 5,17 | 192,57 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Салат з свіжої капусти (1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Салат з квашеної капусти (2) | 100 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,95 |
| Бутерброди закриті з повидлом(за Клопотенком) | 75 | 3,45 | 4,89 | 39,59 | 216,13 |
| Кисіль з соку або плодів | 200 | 3,5 | - | 47,8 | 151,5 |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | | (1)-1200,0 (2)-1225,94 |
| ЧЕТВЕР сніданок | | | | | |
| Капусняк | 250 | 8,85 | 8,083 | 17,97 | 178,35 |
| Каша розсипчаста гречана | 100 | 4,29 | 6,44 | 25,949 | 180,5 |
| Печінка по-строгановському | 75 | 21,1 | 17,8 | 5,6 | 267 |
| Салат з свіжих помідорів(за Клопотенком)(1) | 100 | 1,1 | 6 | 3,5 | 74 |
| Помідор солоний (2) | 50 | 0,8 | - | 3,5 | 16,5 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Кавовий напій | 200 | 3,3 | 3,5 | 22,5 | 135 |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | | (1)-1079,65 (2)-1022,15 |
| П'ЯТНИЦЯ сніданок | | | | | |
| Суп картопляний гороховий | 250 | 6,0 | 4,27 | 22,22 | 149,18 |
| Картопля тушкована | 160 | 3,32 | 6,22 | 27,61 | 177,5 |
| Фрикадельки м'ясні(за Клопотенком) | 75 | 10,70 | 36,38 | 0,64 | 372,36 |
| Капуста тушкована(2) | 100 | 2,1145 | 7,0935 | 13,173 | 123,785 |
| Салат з свіжої капусти (1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Компот із свіжих плодів | 180 | 0,2 | - | 0,1 | 83,3 |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | | (1)-1095,15 (2)-1150,925 |

Повар
Медична сестра
Комірник



А.В. Притико
І.О.Марусенко
Т.М. Власенко

5-11

| 2 тиждень | | | | | |
|---|-------|--------|--------|-------------|--------------|
| найменування страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| ПОНЕДІЛОК сніданок | | | | | |
| Капусняк український | 250 | 8,85 | 8,083 | 17,97 | 178,35 |
| Каша гречана розсипчаста | 100 | 4,29 | 6,44 | 25,949 | 180,5 |
| Гуляш | 50 | 16 | 7,9 | 3,3 | 149 |
| Яйце варене | 1 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 62,8 |
| Салат з моркви (1) | 100 | 1,44 | 4,95 | 11,02 | 93,35 |
| Морква тушкована (2) | 49 | 0,68 | 1,55 | 5,87 | 36,86 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Бутерброди закриті з повидлом (за Клопотенком) | 75 | 3,45 | 4,89 | 39,59 | 216,13 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Яблуко | 100 | 0,40 | 0,40 | 100,4 | 45 |
| Всього | | | | (1)-1073,93 | (2)-1017,44 |
| ВІВТОРОК сніданок | | | | | |
| Суп картопляний з грінками | 250 | 6,42 | 4,37 | 32,93 | 185,43 |
| Овочеve рагу | 200 | 4,02 | 11,031 | 24,829 | 161,52 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Капуста тушкована(2) | 100 | 2,1145 | 7,0935 | 13,173 | 123,785 |
| Сирники | 100 | 13,35 | 15,06 | 19,83 | 270,37 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Лимонад | 200 | - | - | 26,00 | 104,00 |
| Яблуко | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,4 | 45 |
| Всього | | | | (1)-983,13 | (2)-1038,905 |
| СЕРЕДА сніданок | | | | | |
| Суп круп'яний з м'ясом | 250 | 5,75 | 4,81 | - | 133,78 |
| Картопляне пюре | 160 | 3,646 | 8,0424 | 27,933 | 195,67 |
| Тюфтелі рибні | 125 | 10,99 | 10,06 | 13,87 | 208,73 |
| Салат з свіжих помідорів(за Клопотенком)(1) | 100 | 1,1 | 6 | 3,5 | 74 |
| Вінегрет (2) | 100 | 1,78 | 9,92 | 9,57 | 135,38 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Кавовий напій | 200 | 3,3 | 3,5 | 22,5 | 135 |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| Всього | | | | (1)-991,98 | (2)-1053,36 |
| ЧЕТВЕР сніданок | | | | | |
| Розсолник | 250 | 2,6 | 4,11 | 19,75 | 124,23 |
| Плов з рисом і м'ясом | 200 | 20,68 | 14,1 | 32,71 | 334,52 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Салат з квашеної капусти(2) | 100 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,95 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Пиріжок з повидлом | 65 | 4,65 | 3,71 | 400,12 | 206,57 |
| Какао з молоком | 200 | 2,18 | 1,88 | 18,6 | 100,5 |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| Всього | | | | (1)-1078,63 | (2)-1104,57 |
| П'ЯТНИЦЯ сніданок | | | | | |
| Борщ "Український" | 250 | 28,63 | 2,442 | 16,875 | 131,32 |
| Печеня по-домашньому | 250 | 21,12 | 45,12 | 30,40 | 612,80 |
| Салат зелений з огірками та помідорами(за Клопотенком)(1) | 100 | 1,10 | 6,00 | 2,50 | 69,00 |
| Огірки солоні(2) | 50 | 0,8 | - | 3,5 | 16,5 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | (1)-1057,92 | (2)-1005,42 |

Повар

А.В. Приτικο 11

Салат з свіжої капусти до 1.03

Медична сестра

І.О. Марусенко

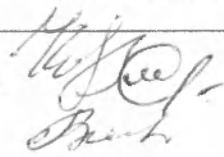
Комірник

Т.М. Власенко

5-11

| 3 тиждень | | | | | |
|---|----------|-------|--------|-------------------------|-------------------------|
| Назва страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| ПОНЕДІЛОК сніданок | | | | | |
| Суп гороховий | 250 | 6,0 | 4,27 | 22,22 | 149,18 |
| Макаронні вироби відварені | 120 | 4,32 | 3,72 | 30,48 | 165,6 |
| Омлет з цибулею | 60 | 5,686 | 12,1 | 1,45 | 137,29 |
| Помідор солоний(2) | 50 | 0,8 | - | 3,5 | 16,5 |
| Салат з свіжих помідорів(за Клопотенком)(1) | 100 | 1,10 | 6,00 | 3,50 | 74 |
| Болоньезе (за Клопотенком) | 100 | 6,5 | 12,8 | 5,6 | 171,6 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Бутерброд з маслом та сиром | 25/15/10 | 17,7 | 14,0 | 13,16 | 205,97 |
| Яблуко | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45 |
| Всього | | | | (1)-1097,44 (2)-1039,94 | |
| ВІВІТОРОК сніданок | | | | | |
| Борщ" Український" | 250 | 28,63 | 2,442 | 16,875 | 131,32 |
| Овочеve рагу | 200 | 4,02 | 11,031 | 24,829 | 161,52 |
| Ікра бурякова | 160 | 2,368 | 18,76 | 11,8 | 227,86 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Запіканка з сиром | 115/15 | 17,34 | 15,27 | 17,69 | 270,48 |
| Компот з сухофруктами | 200 | - | - | - | 50 |
| Всього | | | | | 989,98 |
| СЕРЕДА сніданок | | | | | |
| Розсольник | 250 | 2,6 | 4,11 | 15,75 | 124,23 |
| Картопляне пюре | 160 | 3,646 | 80,24 | 27,933 | 195,67 |
| Риба тушкована в томаті з овочами | 150 | 17,12 | 11,34 | 5,17 | 192,57 |
| Салат з квашеної капусти(2) | 100 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,35 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Бутерброд закритий з повидлом(за Клопотенком) | 75 | 3,45 | 4,89 | 39,59 | 216,13 |
| Кисіль з соку або плодів | 200 | 3,5 | - | 47,8 | 151,5 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | | (1)-1192,91 (2)-1218,25 |
| ЧЕТВЕР сніданок | | | | | |
| Капусняк | 250 | 8,85 | 8,083 | 17,97 | 178,35 |
| Каша розсипчаста рисова | 100 | 4,29 | 6,44 | 25,949 | 180,5 |
| Оладки з печінки | 100 | 22,76 | 13,89 | 4,89 | 233,4 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Кавовий напій | 200 | 3,3 | 3,5 | 22,5 | 135,0 |
| Салат з буряка та сухариками(за Клопотенком) | 100 | 3,75 | 5,36 | 21,73 | 150,17 |
| Всього | | | | | 1026,22 |
| П'ЯТНИЦЯ сніданок | | | | | |
| Суп картопляний з грінками | 250 | 6,42 | 4,37 | 32,93 | 185,43 |
| Картопля тушкована | 160 | 3,32 | 6,22 | 27,61 | 177,5 |
| Котлета | 80 | 19,52 | 6,38 | 11,29 | 179,09 |
| Салат з квашеної капусти(2) | 100 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,95 |
| Салат з моркви(1) | 100 | 1,44 | 4,95 | 11,02 | 93,35 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Какао з молоком | 200 | 2,18 | 1,88 | 18,6 | 100,5 |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | | (1)-980,67 (2)-981,27 |

Повар
Медична сестра
Комірник



А.В. Притико
І.О. Марусенко
Т.М. Власенко

5-11

| 4 тиждень | | | | | |
|--|-------|--------|--------|--------------------------|--------------|
| Назва страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| ПОНЕДІЛОК сніданок | | | | | |
| Борщ "Український" | 250 | 28,63 | 2,442 | 16,875 | 131,32 |
| Наша гречана розсипчаста | 100 | 4,29 | 6,44 | 25,949 | 180,5 |
| Яйце варене | 1 шт | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 62,8 |
| Салат з квашеної капусти(2) | 100 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,95 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Гуляш | 50 | 16 | 7,9 | 3,3 | 149,0 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Бутерброд закритий з повидлом (за Клопотенком) | 75 | 3,45 | 4,89 | 39,59 | 216,13 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Яблуко | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45 |
| Всього | | | | (1)- 1001,56 (2)-1027,5 | |
| ВІВТОРОК сніданок | | | | | |
| Суп з вермішеллю | 250 | 2,91 | 3,47 | 21,88 | 127,46 |
| Овочеve рагу | 200 | 4,02 | 11,031 | 24,829 | 161,52 |
| Ікра бурякова | 160 | 2,368 | 18,76 | 11,8 | 227,86 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Сирники | 100 | 13,35 | 15,06 | 19,83 | 270,37 |
| Лимонад (за Клопотенком) | 200 | - | - | 26,0 | 104,0 |
| Всього | | | | | 1040,01 |
| СЕРЕДА сніданок | | | | | |
| Капусняк український | 250 | 8,85 | 8,083 | 17,97 | 178,35 |
| Картопляне пюре | 160 | 3,646 | 8,024 | 27,933 | 195,67 |
| Рибні котлети | 75 | 11,21 | 8,07 | 13,17 | 188,88 |
| Капуста тушкована(2) | 100 | 2,1145 | 7,0935 | 13,173 | 123,785 |
| Салат з моркви(1) | 100 | 1,44 | 4,95 | 11,02 | 93,35 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Кавовий напій | 200 | 3,3 | 3,5 | 22,5 | 135,0 |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | (1)-1036,05 (2)-1066,485 | |
| ЧЕТВЕР сніданок | | | | | |
| Суп картопляний з горохом | 250 | 6,0 | 4,27 | 22,22 | 149,18 |
| Плов з рисом і м'ясом | 200 | 20,68 | 14,1 | 32,71 | 334,52 |
| Салат з квашеною капустою(2) | 100 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,95 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Булочка домашня | 65 | 5,445 | 5,035 | 35,59 | 183,73 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | (1)-980,24 (2)-1006,18 | |
| П'ЯТНИЦЯ сніданок | | | | | |
| Розсольник | 250 | 2,6 | 4,11 | 19,75 | 124,23 |
| Печеня по-домашньому(за Клопотенком) | 250 | 21,12 | 45,12 | 30,4 | 612,8 |
| Салат зелений з огірками та помідорами(за Клопотенком) (1) | 100 | 1,1 | 6,0 | 2,5 | 69,0(1) |
| Помідор солоний (2) | 50 | 0,8 | - | 3,5 | 16,5(2) |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | (1)-1050,83 | (2)-998,33 |

Повар
Медична сестра
Комірник

А.В. Притико
І.О. Марусенко
Т.М. Власенко

ПОГОДЖЕНО
 Начальник Буринського відділу державного
 нагляду за дотриманням санітарного законодавства
 Кіровоградського управління
 Головного управління
 Держпродспецслужби в Сумській області

« _____ » Тетяна Терещенко

ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор Буринської спеціалізованої школи
 І-ІІІ ст. №1 імені В.М.Кравченка

« _____ » Лідія Надженко

ЧОТИРЬОХТИЖНЕВЕ ПЕРСПЕКТИВНЕ МЕНЮ
харчування учнів 2-4 класів Буринської спеціалізованої школи І-ІІІ ступенів №1
імені В. М. Кравченка на 2021-2022 н. р.

| 1 тиждень | | | | | |
|---|----------|--------|--------|-------------|--------------|
| Найменування страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| ПОНЕДІЛОК сніданок | | | | | |
| Макаронні вироби відварені | 100 | 3,6 | 3,1 | 25,4 | 138 |
| Омлет | 58 | 40,63 | 46,84 | 1,04 | 199,5 |
| Болоньезе (за Клопотенком) | 100 | 6,5 | 12,8 | 5,6 | 171,6 |
| Салат з свіжих помідорів(за Клопотенком)(1) | 100 | 1,1 | 6 | 3,5 | 74 |
| Помідор солоний(2) | 50 | 0,8 | - | 3,5 | 16,5 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Бутерброд з маслом і сиром | 30/25/12 | 9,03 | 16,68 | 76,54 | 245,66 |
| Яблуко | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Всього | | | | (1)-1022,56 | (2)-965,06 |
| ВІВТОРОК сніданок | | | | | |
| Овочеve рагу | 200 | 4,02 | 11,031 | 24,829 | 161,52 |
| Ікра бурякова(2) | 160 | 2,368 | 18,76 | 11,8 | 227,86 |
| Салат з моркви(1) | 100 | 1,44 | 4,95 | 11,02 | 93,35 |
| Запiканка з сиром | 115/15 | 17,34 | 15,27 | 15,69 | 270,48 |
| Компот з сухофруктiв | 200 | - | - | 13 | 50 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96 |
| Всього | | | | (1)-820,15 | (2)-954,66 |
| СЕРЕДА сніданок | | | | | |
| Картопляне пюре | 160 | 3,646 | 80,24 | 27,933 | 195,67 |
| Риба тушкована в томатi з овочами | 150 | 17,12 | 11,35 | 5,17 | 192,57 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Салат з квашеної капусти(2) | 80 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,95 |
| Бутерброди закриті з повидлом(за Клопотенком) | 75 | 3,45 | 4,89 | 39,59 | 216,13 |
| Кисіль з соку або з плодiв | 200 | 3,5 | - | 47,8 | 151,5 |
| Банан | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| Всього | | | | (1)-1068,68 | (2)-1094,62 |
| ЧЕТВЕР сніданок | | | | | |
| Каша розсипчаста гречана | 100 | 4,29 | 6,44 | 25,949 | 180,5 |
| Печiнка по-строгановському | 75 | 21,1 | 17,8 | 5,6 | 267 |
| Салат з свіжих помідорiв(за Клопотенком)(1) | 100 | 1,1 | 6 | 3,5 | 74 |
| Помідор солоний(2) | 50 | 0,8 | - | 3,5 | 16,5 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Кавовий напiй | 200 | 3,3 | 3,5 | 22,5 | 135 |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| Всього | | | | (1)-901,3 | (2)-843,8 |
| П'ЯТНИЦЯ сніданок | | | | | |
| Картопля тушкована | 160 | 3,32 | 6,22 | 27,61 | 177,5 |
| Фрикадельки м'ясні(за Клопотенком) | 75 | 10,70 | 36,38 | 0,64 | 372,36 |
| Капуста тушкована(2) | 100 | 2,1145 | 7,0935 | 13,173 | 123,785 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Компот iз свiжих плодiв | 180 | 0,2 | - | 0,1 | 83,3 |
| Банан | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| Всього | | | | (1)- 945,97 | (2)-1001,745 |

Повар
 Медична сестра
 Комірник

(Handwritten signatures)

A.B. Притико
 I.O. Марусенко
 T.M. Власенко

2-4

| 2 тиждень | | | | | |
|---|-------|-------|--------|------------|--------------|
| найменування страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| ПОНЕДІЛОК сніданок | | | | | |
| Каша гречана розсипчаста | 100 | 4,29 | 6,44 | 25,949 | 180,5 |
| Гуляш | 50 | 16 | 7,9 | 3,3 | 149 |
| Яйце варене | 1 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 62,8 |
| Салат з моркви(1) | 100 | 1,44 | 4,95 | 11,02 | 93,35 |
| Морква тушкована(2) | 49 | 0,68 | 1,55 | 5,87 | 36,86 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Бутерброди закриті з повидлом (за Клопотенком) | 75 | 3,45 | 4,89 | 39,59 | 216,13 |
| Яблуко | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Всього | | | | (2)-839,06 | (1)-895,55 |
| ВІВТОРОК сніданок | | | | | |
| Овочеve рагу | 200 | 4,02 | 11,031 | 24,829 | 161,52 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Капуста тушкована(2) | 100 | 2,145 | 7,0935 | 13,173 | 123,785 |
| Сирники | 100 | 13,35 | 15,06 | 19,83 | 270,37 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Лимонад | 200 | - | - | 26,00 | 104,00 |
| Яблуко | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,4 | 45 |
| Всього | | | | (1)-797,7 | (2)-853,475 |
| СЕРЕДА сніданок | | | | | |
| Картопляне пюре | 160 | 3,646 | 8,0424 | 27,933 | 195,67 |
| Тюфтелі рибні | 125 | 10,99 | 10,06 | 13,87 | 208,73 |
| Салат з свіжих помідорів(за Клопотенком)(1) | 100 | 1,1 | 6 | 3,5 | 74 |
| Помідор солоний (2) | 50 | 0,8 | - | 3,5 | 16,5 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Кава з молоком згущеним | 200 | 3,3 | 3,5 | 22,5 | 135 |
| Банан | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| Всього | | | | (1)-858,2 | (2)-800,7 |
| ЧЕТВЕР сніданок | | | | | |
| Плов з рисом і м'ясом | 200 | 20,68 | 14,1 | 32,71 | 334,52 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Салат з квашеної капусти(2) | 100 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,95 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Пиріжок з повидлом | 65 | 4,65 | 3,71 | 400,12 | 205,57 |
| Какао з молоком | 200 | 2,18 | 1,88 | 18,6 | 100,5 |
| Банан | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 96 |
| Всього | | | | (1)-953,4 | (2)-979,34 |
| П'ЯТНИЦЯ сніданок | | | | | |
| Печеня по-домашньому | 250 | 21,12 | 45,12 | 30,40 | 612,80 |
| Огірки солоні(2) | 50 | 0,8 | - | 3,5 | 16,5 |
| Салат зелений з огірків та помідорів(за Клопотенком)(1) | 100 | 1,10 | 6,02 | 2,50 | 69,00 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Банан | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | (1)-926,6 | (2)- 874,1 |

Повар

А.В. Притико

Медична

І.О. Марусенко

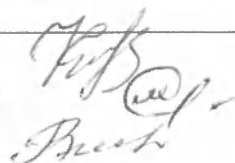
Комірник

Т.М. Власенко

2-11

| 3 тиждень | | | | | |
|---|----------|-------|--------|-------------|--------------|
| Назва страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| ПОНЕДІЛОК сніданок | | | | | |
| Макаронні вироби відварені | 120 | 4,32 | 3,72 | 30,48 | 138 |
| Омлет з цибулею | 60 | 5,686 | 12,1 | 1,45 | 137,29 |
| Помідор солоний(1) | 50 | 0,8 | - | 3,5 | 16,5 |
| Салат з свіжих помідорів(за Клопотенком)(2) | 100 | 1,10 | 6,00 | 3,50 | 74 |
| Болоньезе (за Клопотенком) | 100 | 6,5 | 12,8 | 5,6 | 171,6 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Бутерброд з маслом та сиром | 25/15/10 | 17,7 | 14,0 | 13,16 | 205,97 |
| Яблуко | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45 |
| Всього | | | | (1)-863,16 | (2)-920,66 |
| ВІТОРОК сніданок | | | | | |
| Овочева рагу | 200 | 4,02 | 11,031 | 24,829 | 161,52 |
| Ікра бурякова | 160 | 2,368 | 18,76 | 11,8 | 227,86 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Запіканка з сиром | 115/15 | 17,34 | 15,27 | 17,69 | 270,48 |
| Компот з сухофруктами | 200 | - | - | - | 50 |
| Всього | | | | | 858,66 |
| СЕРЕДА сніданок | | | | | |
| Картопляне пюре | 160 | 3,646 | 80,24 | 27,933 | 195,67 |
| Риба тушкована з овочами | 150 | 17,12 | 11,34 | 5,17 | 192,57 |
| Салат з квашеної капусти(1) | 100 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,95 |
| Салат з свіжої капусти(2) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Бутерброд закритий з повидлом(за Клопотенком) | 75 | 3,45 | 4,89 | 39,59 | 216,13 |
| Кисіль з соку або плодів | 200 | 3,5 | - | 47,8 | 151,5 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Банани | 100 | 105 | 0,50 | 21,0 | 96 |
| Всього | | | | (1)-1094,62 | (2)-1068,68 |
| ЧЕТВЕР сніданок | | | | | |
| Каша розсипчаста рисова | 100 | 4,29 | 6,44 | 25,949 | 180,5 |
| Оладки з печінки | 100 | 22,76 | 13,89 | 4,89 | 233,4 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Кавовий напій | 200 | 3,3 | 3,5 | 22,5 | 135,0 |
| Салат з буряка та сухариками(за Клопотенком) | 100 | 3,75 | 5,36 | 21,73 | 150,17 |
| Всього | | | | | 847,87 |
| П'ЯТНИЦЯ сніданок | | | | | |
| Картопля тушкована | 160 | 3,32 | 6,22 | 27,61 | 177,5 |
| Котлета | 80 | 19,52 | 6,38 | 11,29 | 179,09 |
| Салат з квашеної капусти(2) | 100 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,95 |
| Салат з моркви(1) | 100 | 1,44 | 4,95 | 11,02 | 93,35 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Какао з молоком | 200 | 2,18 | 1,88 | 18,6 | 100,5 |
| Банан | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | (1)-795,24 | (2)-795,84 |

Повар
Медична сестра
Комірник

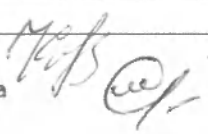


А.В. Притико
І.О. Марусенко
Т.М. Власенко

2-11

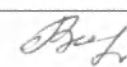
| 4 тиждень | | | | | |
|--|-------|--------|--------|------------|--------------|
| Назва страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| ПОНЕДІЛОК сніданок | | | | | |
| Каша гречана розсипчаста | 100 | 4,29 | 6,44 | 25,949 | 180,5 |
| Яйце варене | 1 шт | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 62,8 |
| Салат з квашеною капустою(2) | 100 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,95 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Гуляш | 50 | 16 | 7,9 | 3,3 | 149,0 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Бутерброд закритий з повидлом (за Клопотенком) | 75 | 3,45 | 4,89 | 39,59 | 216,13 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| яблуко | 100 | 0,40 | 0,40 | 10,40 | 45 |
| Всього | | | | (1)-870,24 | (2)-896,18 |
| ВІВТОРОК сніданок | | | | | |
| Овочеve рагу | 200 | 4,02 | 11,031 | 24,829 | 161,52 |
| Ікра бурякова | 160 | 2,368 | 18,76 | 11,8 | 227,86 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Сирники | 100 | 13,35 | 15,06 | 19,83 | 270,37 |
| Лимонад (за Клопотенком) | 200 | - | - | 26,0 | 104,0 |
| Всього | | | | | 912,55 |
| СЕРЕДА сніданок | | | | | |
| Картопляне пюре | 160 | 3,646 | 8,024 | 27,933 | 195,67 |
| Рибні котлети | 75 | 11,21 | 8,07 | 13,17 | 188,88 |
| Капуста тушкована(2) | 100 | 2,1145 | 7,0935 | 13,173 | 123,785 |
| Салат з моркви(1) | 100 | 1,44 | 4,95 | 11,02 | 93,35 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Кавовий напій | 200 | 3,3 | 3,5 | 22,5 | 135,0 |
| Банан | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | (1)-857,7 | (2)-888,135 |
| ЧЕТВЕР сніданок | | | | | |
| Плов з рисом і м'ясом | 200 | 20,68 | 14,1 | 32,71 | 334,52 |
| Салат з квашеної капусти(2) | 100 | 1,46 | 4,95 | 11,1 | 93,95 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Булочка домашня | 65 | 5,445 | 5,035 | 35,59 | 183,73 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Банан | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | (1)-831,06 | (2)-857,0 |
| П'ЯТНИЦЯ сніданок | | | | | |
| Печеня по-домашньому(за Клопотенком) | 250 | 21,12 | 45,12 | 30,4 | 612,8 |
| Салат зелений з огірками та помідорами(за Клопотенком) (1) | 100 | 1,1 | 6,0 | 2,5 | 69,0(1) |
| Помідор солоний (2) | 50 | 0,8 | - | 3,5 | 16,5(2) |
| Хліб | 60 | 4,62 | 0,48 | 30,6 | 148,8 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Банани | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,0 | 96,0 |
| Всього | | | | | (1)-926,6 |
| | | | | | (2)-874,1 |

Повар
Медична сестра



А.В. Притико
І.О. Марусенко

Комірник



Т.М. Власенко

ПОГОДЖЕНО
 Начальник Буринського відділу державного
 нагляду за дотриманням санітарного законодавства
 Конотопського управління
 Головного управління
 Держпродспецслужби в Сумській області

« _____ » Тетяна Терещенко

ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор Буринської спеціалізованої школи
 І-ІІІ ст. №1 імені В.М.Кравченка

« _____ » Лідія Надаженко

ЧОТИРЬОХТИЖНЕВЕ ПЕРСПЕКТИВНЕ МЕНЮ
харчування учнів ГПД Буринської спеціалізованої школи І-ІІІ ступенів № 1
імені В. М. Кравченка на 2021-2022 н. р.

| 1 тиждень | | | | | |
|--|-------|-------|--------|------------|--------------|
| Назва страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| ПОНЕДІЛОК обід | | | | | |
| Суп картопляний з грінками | 250 | 6,42 | 4,37 | 32,93 | 185,43 |
| Капуста тушкована(2) | 150 | 3,449 | 10,641 | 19,73 | 184,5 |
| Салат з свіжої капусти(1) | 80 | 1,37 | 4,06 | 6,60 | 68,01 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Котлета | 80 | 19,52 | 8,38 | 11,29 | 175,09 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Всього | | | | (1)-552,53 | (2)-669,02 |
| ВІВТОРОК обід | | | | | |
| Суп гороховий | 250 | 6,0 | 4,27 | 22,22 | 149,18 |
| Картопля смажена брусочками або скибочками(за Клопотенком) | 150 | 4,30 | 15,90 | 37,50 | 311,00 |
| Соус кетчуп(за Клопотенком) | 30 | 0,28 | 0,03 | 4,41 | 19,05 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Компот з свіжих плодів | 180 | 0,2 | - | 0,1 | 83,3 |
| Всього | | | | | 686,53 |
| СЕРЕДА обід | | | | | |
| Капусняк український | 250 | 8,85 | 8,083 | 17,97 | 178,35 |
| Лінові вареники з сметаною | 144 | 19,06 | 13,46 | 19,3 | 273,41 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124,0 |
| Всього | | | | | 575,76 |
| ЧЕТВЕР обід | | | | | |
| Суп з вермішеллю | 250 | 2,91 | 3,47 | 21,88 | 127,46 |
| Каша розсипчаста рисова або гречан | 100 | 4,29 | 6,44 | 25,9 | 180,5 |
| Яйце варене | ½ | 2,54 | 2,3 | 0,14 | 31,4 |
| Салат з моркви(1) | 100 | 1,44 | 4,95 | 11,02 | 93,35 |
| Морква тушкована(2) | 49 | 0,68 | 1,55 | 5,87 | 36,86 |
| Компот зі свіжих плодів | 180 | 0,2 | - | 0,1 | 83,3 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Всього | | | | (1)-640,61 | (2)-584,12 |
| П'ЯТНИЦЯ обід | | | | | |
| Каша молочна рідка (рисова) | 200 | 8,68 | 14,28 | 41,02 | 342,96 |
| Бутерброд з маслом | 25/10 | 2,03 | 7,4 | 13,16 | 124,35 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Всього | | | | | 467,31 |

Повар

А.В. Притико

Медична сестра

І.О. Марусенко

Комірник

Т.М. Власенко

219

| 2 тиждень | | | | | |
|--|-------|-------|-------|-----------|--------------|
| назва страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| ПОНЕДІЛОК обід | | | | | |
| Борщ " Український " | 250 | 2,868 | 2,442 | 16,875 | 131,32 |
| Макарони відварені з маслом | 100 | 3,6 | 3,1 | 25,4 | 138 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Компот з свіжих плодів | 180 | 0,16 | - | 0,08 | 83,3 |
| Всього | | | | | 476,62 |
| ВІВТОРОК обід | | | | | |
| Суп круп'яний з м'ясом | 250 | 5,76 | 4,81 | - | 133,78 |
| Оладки | 100 | 7,05 | 8,52 | 41,07 | 253,8 |
| Хліб | 50 | 3,5 | 0,4 | 26 | 124 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Всього | | | | | 511,58 |
| СЕРЕДА обід | | | | | |
| Розсольник | 250 | 2,6 | 4,11 | 19,75 | 124,23 |
| Сирники | 100 | 13,35 | 15,06 | 19,83 | 270,37 |
| Компот з сухофруктів | 200 | - | - | 13 | 50 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Всього | | | | | 568,6 |
| ЧЕТВЕР обід | | | | | |
| Суп з фрикадельками | 250 | 9,47 | 7 | 11,61 | 100,42 |
| Риба тушкована в томаті з овочами | 150 | 17,12 | 11,34 | 5,17 | 192,57 |
| Салат з буряком та сухофруктами (за Клопотенком) | 75 | 2,81 | 4,02 | 16,30 | 112,63 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Всього | | | | | 529,62 |
| П'ЯТНИЦЯ обід | | | | | |
| Каша молочна рідка(манка) | 200 | 8,68 | 14,28 | 41,02 | 342,96 |
| Бутерброди закриті з повидлом (за Клопотенком) | 60 | 2,76 | 3,91 | 31,67 | 172,9 |
| Компот з свіжих плодів | 180 | 0,16 | - | 0,08 | 83,3 |
| Всього | | | | | 599,16 |

Повар



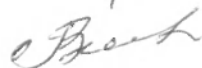
А.В. Притико

Медична сестра



І.О. Марусенко

Комірник

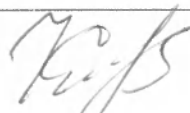


Т.М. Власенко

219

| 3 тиждень | | | | | |
|---|-------|-------|-------|------------|--------------|
| Назва страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| Понеділок обід | | | | | |
| Розсольник | 250 | 2,6 | 4,11 | 19,75 | 124,23 |
| Картопля тушкована | 130 | 2,59 | 4,42 | 21,55 | 134,61 |
| Салат з моркви(1) | 100 | 1,44 | 4,95 | 11,02 | 93,35 |
| Морква тушкована(2) | 49 | 0,68 | 1,55 | 5,87 | 36,86 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Компот з сухофруктів | 200 | - | - | 13 | 50 |
| Всього | | | | (1)-526,19 | (2)-469,7 |
| Вівторок обід | | | | | |
| Суп картопляний з грінками | 250 | 6,42 | 4,37 | 32,93 | 185,43 |
| Макаронні вироби відварені | 100 | 3,6 | 3,1 | 25,4 | 138 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Всього | | | | | 447,43 |
| Середа обід | | | | | |
| Борщ" Український" | 250 | 28,63 | 2,442 | 16,875 | 131,32 |
| Лінівні вареники з сметаною | 144 | 19,09 | 13,46 | 19,3 | 273,41 |
| Компот з свіжих плодів | 180 | 0,2 | - | 0,1 | 83,3 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 2,6 | 124 |
| Всього | | | | | 612,03 |
| Четвер обід | | | | | |
| Суп картопляний гороховий | 250 | 6,0 | 4,27 | 22,22 | 149,18 |
| Пиріг пастуший (за Клопотенком) | 100 | 8,76 | 10,01 | 5,1 | 145,56 |
| Солоний огірок(2) | 50 | 0,8 | - | 3,35 | 16,50 |
| Салат зелений з огірками та помідорами(за Клопотенком)(1) | 100 | 1,10 | 6,02 | 2,50 | 69 |
| Компот з сухофруктів | 200 | - | - | 13 | 50 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 2,6 | 124 |
| Всього | | | | (1)-537,74 | (2)-485,24 |
| П'ятниця обід | | | | | |
| Каша молочна рідка | 200 | 8,68 | 14,28 | 41,02 | 342,96 |
| Омлет | 50 | 6,88 | 10,11 | 3,23 | 130,83 |
| Салат з буряка та сухариками | 75 | 2,81 | 4,02 | 16,30 | 112,63 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Всього | | | | | 710,42 |

Повар



А.В. Притико

Медична сестра



І.О. Марусенко

Комірник



Т.М. Власенко

219

| 4 тиждень | | | | | |
|--|-------|-------|-------|------------|--------------|
| Назва страви | вихід | білки | жири | вуглеводи | калорійність |
| ПОНЕДІЛОК обід | | | | | |
| Суп круп'яний з м'ясом | 250 | 5,76 | 4,81 | - | 133,78 |
| Картопля смажена брусочками (за Клопотенком) | 150 | 4,30 | 15,90 | 37,50 | 311,00 |
| Соус кетчуп (за Клопотенком) | 30 | 0,28 | 0,03 | 4,41 | 19,05 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Компот з свіжих плодів | 180 | 0,2 | - | 0,1 | 83,3 |
| Всього | | | | | 671,13 |
| ВІВТОРОК обід | | | | | |
| Розсольник | 250 | 2,6 | 4,11 | 19,75 | 124,23 |
| Каша розсипчаста гречана | 100 | 4,29 | 6,44 | 25,9 | 180,05 |
| Котлета | 80 | 19,52 | 8,38 | 11,29 | 175,09 |
| Солоний помідор(2) | 50 | 0,8 | - | 3,35 | 16,50 |
| Салат з свіжих помідорів(за Клопотенком)(1) | 100 | 1,1 | 6,0 | 3,5 | 74,0 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Всього | | | | (1)-677,37 | (2)-619,87 |
| СЕРЕДА обід | | | | | |
| Суп з вермішеллю | 250 | 2,91 | 3,47 | 21,80 | 127,46 |
| Оладки | 100 | 7,05 | 8,52 | 41,07 | 253,8 |
| Компот з сухофруктів | 200 | - | - | 13 | 50 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Всього | | | | | 555,26 |
| ЧЕТВЕР обід | | | | | |
| Каша молочна рідка | 200 | 8,68 | 14,28 | 41,02 | 342,96 |
| Закритий бутерброд з повидлом (за Клопотенком) | 60 | 2,76 | 3,19 | 31,67 | 172,9 |
| Чай | 200 | - | - | - | - |
| Всього | | | | | 515,86 |
| П'ЯТНИЦЯ обід | | | | | |
| Борщ "Український" | 250 | 28,63 | 2,442 | 16,875 | 131,32 |
| Лінівні вареники з сметаною | 144 | 19,06 | 13,46 | 19,3 | 273,41 |
| Компот з свіжих плодів | 180 | 0,2 | - | 0,1 | 83,3 |
| Хліб | 50 | 3,9 | 0,4 | 26 | 124 |
| Всього | | | | | 612,03 |

Повар

А.В. Притико

Медична сестра

І.О. Марусенко

Комірник

Т.М. Власенко