

Чотиритижневе меню для харчування в закладах освіти

1 тиждень

Понеділок

Страва	Вихід в грамах
Салат з капусти та кукурудзи на олії	75
Макарони мак енд чіз	120/20
Яйце варене	1/2
Чай каркаде	200
Хліб	30
Фрукти	100

Вівторок

Страва	Вихід в грамах
Салат з буряка та зеленого горошку на олії	75
Каша гречана розсипчаста	120
Філе курки в соусі	60
Кисіль ягідний	180
Хліб	30
Фрукти	100

Середа

Страва	Вихід в грамах
Салат з квашених огірків на олії	75
Картопля пюре	120
Котлета рублена куряча	60
Узвар з сухофруктів	200
Хліб	30
Фрукти	100

Четвер

Страва	Вихід в грамах
Пельмені з маслом	160
Булока з вишнею	80
Чай з лимоном	200

Пятниця

Страва	Вихід в грамах
Китайська печення з мясом	180
Салат з капусти та редиски	75
Чай чорний	200
Печиво вівсяне	50

2 тиждень

Понеділок

Страва	Вихід в грамах
Салат з капусти та зелені на олії	75
Макарони відварені	120
Тефтелі в соусі	60
Чай чорний	200
Хліб	30
Фрукти	100

Вівторок

Страва	Вихід в грамах
Салат з пекінської капусти, кукурудзи на олії	75
Плов з мясом	180
Компот	200
Хліб	30
Фрукти	100

Середа

Страва	Вихід в грамах
Салат з буряка на олії	75
Картопля пюре	120
Відбивна куряча	60
Узвар з сухофруктів	200
Хліб	30
Фрукти	100

Четвер

Страва	Вихід в грамах
Салат з капусти та редиски на олії	75
Гречка розсипчаста	120
Котлета куряча	55
Чай з лимоном	200
Хліб	30
Фрукти	100

П'ятниця

Страва	Вихід в грамах
Вареники з картоплі та сметаною	150/30
Чай фруктовий	200
Конвертик з повидлом	100

3 тиждень

Понеділок

Страва	Вихід в грамах
Салат з капусти та зелені на олії	75
Макарони відварені	120
Соус Болоньезе	60
Чай чорний	200
Хліб	30
Фрукти	100

Вівторок

Страва	Вихід в грамах
Салат з вареної моркви та зеленим горошком (теплий)	75
Печення по- домашньому	180
Компот	200
Хліб	30
Фрукти	100

Середа

Страва	Вихід в грамах
Салат з буряка на олії	75
Гречка розсипчаста	120
Чахохбілі з куркою	60
Чай чорний з лимоном	200
Хліб	30
Печиво	50

Четвер

Страва	Вихід в грамах
Салат з квашених огірків на олії	75
Рис з овочами	120
Котлета куряча	50
Чай з мелісою	200
Хліб	30
Фрукти	100

Пятниця

Страва	Вихід в грамах
Млинці з сиром та джемом	160/30
Чай фруктовий	200
Булочка полуничка	100

4 тиждень

Понеділок

Страва	Вихід в грамах
Салат з капусти та кукурудзи на олії	75
Макарони мак ендчіз	120/20
Яйце варене	1/2
Чай каркаде	200
Хліб	30
Фрукти	100

Вівторок

Страва	Вихід в грамах
Салат з буряка та зеленого горошку на олії	75
Каша гречана розсипчаста	120
Філе курки в соусі	60
Чай чорний з лимоном	180
Хліб	30
Фрукти	100

Середа

Страва	Вихід в грамах
Салат з квашеної капусти на олії	75
Картопля пюре	120
Котлета рублена куряча	60
Узвар з сухофруктів	200
Хліб	30
Фрукти	100

Четвер

Страва	Вихід в грамах
Салат з моркви по корейськи	75
Шніцель курячий	60
Рис розсипчастий	120
Чай з лимоном	200/5
Хліб	30
Фрукти	100

Пятниця

Страва	Вихід в грамах
Пельмені по-домашньому з маслом	150/10
Чай чорний	200
Печиво вівсяне	50