**ЗАТВЕРДЖУЮ**

**Директор НВК „Веснянка”**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.М.Москаленко**

**„ \_\_\_\_ „ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 р.**

**Двотижневе перспективне меню ясла-сад-школа**

**На осінній період 2020 рік**

**I-тиждень**

**Перший день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Пшоняна молочна каша | 150 | 180 | 200 |
| 2 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 200 |
| 3 | Батон | 30 | 40 | 40 |
| 4 | Масло вершкове | 4 | 5 | 5 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Суп овочевий зі сметаною | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Тюфтеля м’ясна в соусі | 50 | 60 | 65 |
| 3 | Картопляне пюре | 110 | 130 | 130 |
| 4 | Хліб | 30 | 40 | 40 |
| 5 | Компот із сухофруктів/Сік фруктовий | 150 | 180 | 125 |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Ватрушка з сиром та родзинками | 70 | 95 |  |
| 2 | Молоко кип’ячене | 150 | 180 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Плюшка з маком |  |  | 45 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |

**Другий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Гуляш курячий | 45 | 60 | 60 |
| 2 | Макаронивідварні з маслом | 62 | 93 | 93 |
| 3 | Ікра кабачкова т/о | 30 | 40 | 40 |
| 4 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 180 |
| 5 | Батон | 30 | 40 | 40 |
| 6 | Масло вершкове | 4 | 5 | 5 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Капусняк зі сметаною | 150 | 180 | 180 |
| 2 | Риба смажена | 50 | 65 | 65 |
| 3 | Гречана каша з маслом | 62 | 93 | 93 |
| 4 | Солоний огірок | 30 | 40 | 40 |
| 5 | Хліб | 40 | 50 | 50 |
| 6 | Компот | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Геркулесова молочна каша | 150 | 180 |  |
| 2 | Чай | 150 | 180 |  |
| 3 | Печиво | 20 | 30 |  |
| 4 | Яблуко печене з цукром | 40 | 50 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Пиріжок з яблуками |  |  | 65 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |

**Третій день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** |  |  |  |
| 1 | Ліниві вареники | 55 | 75 | 75 |
| 2 | Сметана кип’ячена | 7 | 10 | 10 |
| 3 | Кава з молоком | 150 | 180 | 180 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Суп гороховий з грінками | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Оладки з печінки | 50 | 60 | 60 |
| 3 | Пшенична каша в’язка з маслом | 62 | 93 | 93 |
| 4 | Ікра буряково - морквяна | 40 | 50 | 50 |
| 5 | Хліб | 40 | 50 | 50 |
| 6. | Кисіль | 120 | 150 | 150 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Ковбаса відварена т/о | 40 | 50 |  |
| 2 | Салат з відварених овочів | 100 | 120 |  |
| 3 | Чай | 150 | 180 |  |
| 4 | Батон | 30 | 40 |  |
| 5 | Повидло | 15 | 20 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Рогалик з повидлом |  |  | 45 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |

**Четвертий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Рибна котлета | 50 | 60 | 60 |
| 2 | Рисова каша в’язка з маслом | 60 | 93 | 93 |
| 3 | Салат з солоних огірків і цибулі | 40 | 50 | 50 |
| 4 | Чай | 150 | 180 | 200 |
| 5 | Батон | 30 | 40 | 40 |
| 6 | Масло вершкове | 4 | 5 | 5 |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Борщ буряковий зі сметаною | 150 | 200 |  |
| 2 | Хліб | 40 | 50 |  |
| 3 | Пиріжок із м’ясом | 120 | 150 |  |
| 4 | Салат зі свіжої капусти /квашеної | 40 | 50 |  |
| 5 | Сік томатний | 120 | 150 | 125 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Манна молочна каша | 150 | 180 |  |
| 2 | Чай | 150 | 180 |  |
| 3 | Печиво | 20 | 30 |  |
| 4 | Яблуко | 50 | 70 |  |
|  |  |  |  |  |
| 1 | **Школа** |  |  |  |
| 2 | Булочка домашня |  |  | 50 |
|  | Чай |  |  | 200 |

**П’ятий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Омлет з ковбасою | 45/50 | 65/60 | 65/60 |
| 2 | Ікра кабачкова т/о | 40 | 50 | 50 |
| 3 | Батон | 30 | 40 | 40 |
| 4 | Чай з лимоном | 150 | 150 | 150 |
| 5 | Печиво | 20 | 30 | 30 |
| 6 | Масло вершкове | 4 | 5 | 5 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Суп гречаний | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Печеня по-домашньому з відварним курячим м’ясом | 140 | 180 | 180 |
| 3 | Хліб | 40 | 50 | 50 |
| 4 | Компот із сухофруктів | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Молоко кип’ячене | 120 | 150 |  |
| 2 | Крендель | 60 | 75 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Рогалик з маком |  |  | 50 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |

**ІI-тиждень**

**Перший день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Рисова солодка каша на молоці з родзинками | 150 | 180 | 180 |
| 2 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 180 |
| 3 | Батон | 30 | 40 | 40 |
| 4 | Масло вершкове | 4 | 5 | 5 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Куліш | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Хліб | 40 | 50 | 50 |
| 3 | Вареники з м’ясом | 130 | 150 | 150 |
| 4 | Сметана кип’ячена | 10 | 15 | 15 |
| 5 | Компот із сухофруктів/Сік | 150 | 180 | 125 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Сирне суфле | 55 | 75 |  |
| 2 | Сметана кип’ячена | 7 | 10 |  |
| 3 | Кава з молоком | 150 | 180 |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Рогалик з повидлом |  |  | 50 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |

**Другий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Тюфтелька рибна | 50 | 70 | 70 |
| 2 | Пшенична каша в’язка з маслом | 60 | 93 | 93 |
| 3 | Солоний огірок | 30 | 40 | 40 |
| 4 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 180 |
| 5 | Батон | 30 | 40 | 40 |
| 6 | Масло вершкове | 4 | 5 | 5 |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Борщ український зі сметаною | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Хліб | 40 | 50 | 50 |
| 3 | Зрази картопляні з відварним курячим м’ясом | 130 | 50 | 50 |
| 4 | Салат із свіжої капусти та моркви | 40 | 50 | 50 |
|  | Компот із сухофруктів | 150 | 180 | 200 |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Молочна вермішель | 150 | 180 |  |
| 2 | Чай | 150 | 180 |  |
| 3 | Батон | 30 | 40 |  |
| 4 | Повидло | 15 | 20 |  |
| 5 | Яблуко | 50 | 70 |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Рогалик з маком |  |  | 50 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |

**Третій день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Печінка тушкована в сметані | 50 | 65 | 65 |
| 2 | Геркулесова каша в’язка з маслом | 62 | 93 | 93 |
| 3 | Салат з солоних огірків і цибулі | 40 | 50 | 50 |
| 4 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 200 |
| 5 | Батон | 30 | 40 | 40 |
| 6 | Масло вершкове | 4 | 5 | 5 |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Суп картопляний з фрикадельками | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Хліб | 40 | 50 | 50 |
| 3 | Вареники з сиром та кип’яченою сметаною | 130/10 | 150/15 | 150/15 |
| 4 | Компот із сухофруктів | 150 | 180 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Яйце відварне | 24 | 45 |  |
| 2 | Салат з капусти /Вінегрет ( з 15.10 ) | 100 | 120 |  |
| 3 | Батон | 30 | 40 |  |
| 4 | Чай | 150 | 180 |  |
| 5 | Печиво | 20 | 30 |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Плюшка з маком |  |  | 50 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |

**Четвертий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Риба в томаті тушкована з овочами | 50 | 65 | 65 |
| 2 | Рисова каша в’язка з маслом | 62 | 93 | 93 |
| 3 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 180 |
| 4 | Батон | 30 | 40 | 40 |
| 5 | Масло вершкове | 4 | 5 | 5 |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Розсольник із сметаною | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Котлета Полтавська | 50 | 70 | 70 |
| 3 | Ріжки відварні з маслом | 62 | 93 | 93 |
| 4 | Відварний буряк | 40 | 50 | 50 |
| 5 | Хліб | 40 | 50 | 50 |
| 6 | Кисіль з соку | 120 | 150 | 180 |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Манна молочна каша | 150 | 180 |  |
| 2 | Чай | 150 | 180 |  |
| 3 | Печиво | 20 | 30 |  |
| 4 | Яблуко | 50 | 70 |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Печиво |  |  | 40 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |

**П’ятий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Котлета з курячого м’яса | 50 | 70 | 70 |
| 2 | Гречана каша в’язка з маслом | 62 | 93 | 93 |
| 3 | Салат із квашеної капусти | 40 | 50 | 50 |
| 4 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 180 |
| 5 | Батон | 30 | 40 | 40 |
| 6 | Масло вершкове | 4 | 5 | 5 |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Суп вермишелевий з/м | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Ковбаса відварена | 40 | 50 | 50 |
| 3 | Картопляне пюре | 110 | 130 | 130 |
| 4 | Ікра кабачкова ( т/о ) | 30 | 40 | 40 |
| 5 | Хліб | 40 | 50 | 50 |
| 6 | Сік томатний | 120 | 150 | 150 |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Булочка Веснушка | 50 | 75 |  |
| 2 | Молоко кип’ячене | 150 | 180 |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Булочка Веснушка |  |  | 75 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |