**ЗАТВЕРДЖУЮ**

**Директор НВК „Веснянка”**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.М.Москаленко**

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

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

**На зимовий період з 2020-2021 рік**

**I-тиждень**

**Перший день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Каша рисова | 86 | 110 | 110 |
| 2 | Фруктова підлива | 60 | 84 | 81 |
| 3 | Печиво, масло, | 20/4 | 25/5 | 25/5 |
| 4 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Капусняк зі сметаною т/о | 150 | 200 | 200 |
| 2 | М’ясна котлета | 40 | 48 | 51 |
| 3 | Картопляне пюре | 86 | 115 | 115 |
| 4 | Ікра бурякова | 45 | 56 | 57 |
| 5 | Хліб | 30 | 40 | 40 |
| 6 | Компот із сухофруктів/Сік фр | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Ватрушка з сиром | 70 | 80 |  |
| 2 | Чай | 150 | 180 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Плюшка з маком |  |  | 45 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |
|  |  |  |  |  |

**Другий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Котлета рибна | 54 | 65 | 65 |
| 2 | Каша пшенична з в/маслом | 61 | 92 | 92 |
| 3 | Масло | 4 | 5 | 5 |
| 4 | Батон | 20 | 25 | 25 |
| 5 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 200 |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Суп овочевий зі сметаною | 150 | 180 | 180 |
| 2 | Тюфтелька м’ясна | 45 | 55 | 65 |
| 3 | Капуста тушкована | 100 | 130 | 140 |
| 4 | Хліб | 30 | 40 | 40 |
| 5 | Компот з сушених фруктів. | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Молочна манна каша з/м | 150 | 180 |  |
| 2 | Чай | 150 | 180 |  |
| 3 | Батон | 20 | 30 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Рогалик з повидлом |  |  | 50 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |
|  |  |  |  |  |

**Третій день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** |  |  |  |
| 1 | Яйце варене | 24 | 48 | 48 |
| 2 | Макаронні вироби відварені з маслом вершковим | 61 | 92 | 92 |
| 3 | Ковбаса варена | 25 | 30 | 35 |
| 4 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 200 |
| 5 | Батон з маслом | 20/4 | 25/5 | 25/5 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Борщ український з і сметаною т/о | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Оладки печінкові | 45 | 50 | 55 |
| 3 | Каша гречана | 61 | 92 | 92 |
| 4 | Огірок солоний | 25 | 30 | 30 |
| 5 | Хліб | 30 | 40 | 50 |
| 6. | Компот | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Сирники зі сметаною т/о | 45/7 | 55/10 |  |
| 2 | Кавовий напій | 150 | 180 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Рогалик з повидлом |  |  | 45 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |
|  |  |  |  |  |

**Четвертий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Рибні тюфтельки | 45 | 50 | 100 |
| 2 | Каша перлова з маслом | 61 | 92 | 60 |
| 3 | Салат з квашеної капусти | 27 | 30 | 40 |
| 4 | Масло | 4 | 5 | 5 |
| 5 | Батон | 25 | 30 | 30 |
| 6 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Суп рисовий з/м | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Вареники з м’ясом та сметаною | 75 | 100 | 100 |
| 3 | Буряк тушкований з цибулею | 50 | 75 | 80 |
| 4 | Хліб | 30 | 40 | 40 |
| 5 | Компот/Сік фруктовий | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Молочна вівсяна каша з маслом | 150 | 180 |  |
| 2 | Плюшка з маком | 40 | 50 |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Плюшка з маком |  |  | 50 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |

**П’ятий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Гуляш з м’яса курячого | 45 | 60 | 70 |
| 2 | Каша пшоняна з маслом | 61 | 92 | 92 |
| 3 | Огірок солоний | 25 | 30 | 30 |
| 4 | Булка, масло | 20/4 | 25/5 | 25/5 |
| 5 | Чай | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Суп болгарський | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Рулет м’ясний, фарширований яйцем | 45 | 55 | 55 |
| 3 | Морквяна ікра | 60 | 80 | 80 |
| 4 | Хліб | 30 | 40 | 40 |
| 5 | Компот з сушених фруктів. | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Оладки з повидлом | 70/10 | 100/15 |  |
| 2 | Какао на молоці | 150 | 180 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Рогалик з маком |  |  | 50 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |
|  |  |  |  |  |

**ІI-тиждень**

**Перший день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Макаронні вироби з твердим сиром | 95 | 120 | 120 |
| 2 | Ікра кабачкова т/о | 25 | 30 | 35 |
| 3 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 200 |
| 4 | Печиво | 25 | 30 | 30 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Буряківник зі сметаною т/о | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Хліб | 30 | 40 | 40 |
| 3 | Ковбаски по-львіськи | 50 | 65 | 75 |
| 4 | Картопля тушкована | 80 | 100 | 110 |
| 5 | Салат вітамінний | 45 | 55 | 55 |
| 6 | Компот із сушених фруктів. | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Молочна рисова каша | 150 | 180 |  |
| 2 | Батон | 20 | 30 |  |
| 3 | Кавовий напій | 120 | 150 |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Рогалик з повидлом |  |  | 50 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |

**Другий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Риба тушкована з овочами | 50 | 65 | 65 |
| 2 | Каша пшенична з вершковим маслом | 61 | 92 | 92 |
| 3 | Батон, масло | 20/4 | 25/5 | 30/5 |
| 4 | Чай | 150 | 180 | 180 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Суп гречаний | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Тюфтельки курячі | 50 | 65 | 70 |
| 3 | Вінегрет | 80 | 120 | 130 |
| 4 | Хліб | 40 | 50 | 50 |
| 5 | Компот із сухофруктів | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Молоко кип’ячене | 150 | 180 |  |
| 2 | Рогалик з повидлом | 55 | 65 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Рогалик з маком |  |  | 50 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |
|  |  |  |  |  |

**Третій день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Плов із м’яса курячим | 85 | 110 | 120 |
| 2 | Салат із квашеної капусти | 25 | 35 | 40 |
| 3 | Батон, масло, | 20/4 | 25/5 | 30/5 |
| 4 | Чай | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Суп гороховий | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Хліб | 30 | 40 | 40 |
| 3 | Печінка тушкована в сметанному соусі | 38 | 45 | 54 |
| 4 | Картопляне пюре з вершковим маслом | 85 | 95 | 95 |
| 5 | Бурякова ікра | 50 | 70 | 70 |
| 6 | Компот із сухофруктів/Сік фр. | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Запіканка сирна з морквою та сметаною | 70/7 | 95/10 |  |
| 2 | Какао з молоком | 150 | 180 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Плюшка з маком |  |  | 50 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |

**Четвертий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Гуляш з м’яса | 40 | 55 | 55 |
| 2 | Гречана каша | 61 | 92 | 92 |
| 3 | Огірок солоний | 25 | 30 | 30 |
| 4 | Батон, масло | 20/4 | 25/5 | 30/5 |
| 5 | Чай з лимоном | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Розсольник зі сметаною т/о | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Риба смажена | 35 | 50 | 55 |
| 3 | Макарони з в/маслом | 61 | 92 | 92 |
| 4 | Хліб | 40 | 50 | 50 |
| 5 | Компот із сухофруктів. | 40 | 50 | 50 |
|  |  | 120 | 150 | 180 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Молочна пшоняна каша | 150 | 180 |  |
| 2 | Батон з повидлом яблучним | 20/15 | 25/20 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Печиво |  |  | 40 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |
|  |  |  |  |  |

**П’ятий день**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Меню** | **Вихід страв** | | |
|  | **Сніданок** | **Ясла** | **Сад** | **Школа** |
| 1 | Омлет | 44 | 65 | 75 |
| 2 | Ковбаса відварена | 61 | 92 | 92 |
| 3 | Кабачкова ікра т/о | 25 | 30 | 30 |
| 4 | Батон з сиром | 20/4 | 25/5 | 25/5 |
| 5 | Чай | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Обід** |  |  |  |
| 1 | Суп з макаронами | 150 | 200 | 200 |
| 2 | Овочеве рагу з м’ясом | 120 | 140 | 150 |
| 3 | Хліб | 30 | 40 | 40 |
| 4 | Компот із сушених фруктів | 150 | 180 | 200 |
|  |  |  |  |  |
|  | **Полуденок** |  |  |  |
| 1 | Сирне суфле зі сметаною | 45/7 | 55/10 |  |
| 2 | Молоко кип’ячене | 150 | 180 |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Школа** |  |  |  |
| 1 | Булочка Веснушка |  |  | 75 |
| 2 | Чай |  |  | 200 |
|  |  |  |  |  |