


ПОГОДЖЕНО  
Начальник Кам'янець-Подільського  
районного УГУ Держпродспоживслужби в  
Хмельницькій області  
  
А. Й. Лавський  
№ 8 10.09.2024

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Начальник управління освіти і науки  
Кам'янець-Подільської міської ради  
С.В. Мельник  
" " " " " "

**Примірне чотиритижневе меню на осінній період 2024 р. для  
одноразового харчування дітей 1-4 класів (2-й сніданок) в ліцеї №3  
Кам'янець-Подільської міської територіальної громади**

Начальник відділу державного нагляду за  
дотриманням санітарного законодавства



О. Горбатюк

6.0 Технік-технолог з організації харчування  
управління освіти і науки

О. Фвакнюк

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Вихід, г	Енергоцінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7
Рецептура № 444 «Збірник рецептур страв і кулінарних виробів для підприємств громадського харчування». Видання 1987 р.	<b>Понеділок</b>					
Картофель МОЗ з наношвидним матеріалом С. Клопотенка № 120	Макарони з твердим сиром	110/15	258,60	20,99	13,02	13,27
Картофель МОЗ з наношвидним матеріалом С. Клопотенка № 11.02	Салат з св. капусти та моркви	75	51,00	1,50	2,70	4,70
Картофель МОЗ з наношвидним матеріалом С. Клопотенка № 12.01	<i>Чай</i> Фрукти	180	39,60	0,50	0,00	7,90
		50	47,50	0,80	0,10	10,90
	<b>Всього</b>		<b>349,20</b>	<b>22,99</b>	<b>15,72</b>	<b>25,87</b>
	<b>Вівторок</b>					
«Сучасні рецептури страв», журнал «Практика управління закладами освіти», № 7, липень 2005 року	Каша молочна манна	220	183,29	5,99	6,60	25,22
ст. 513, Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах». Видання 2014 р.	Булка з маслом та тв. сиром	30/5/10	200,00	4,00	6,00	31,00
	Чай з лимоном	180/6	20,47	0,00	0,00	7,67
	<b>Всього</b>		<b>403,76</b>	<b>9,99</b>	<b>12,60</b>	<b>63,89</b>
	<b>Середа</b>					
Картофель МОЗ з наношвидним матеріалом С. Клопотенка № 3.03	Пухкий омлет з орегано	50	80,50	5,60	5,00	3,20
Картофель МОЗ з наношвидним матеріалом С. Клопотенка № 1.23	Томати свіжі	50	0,32	0,8	1,70	2,90
Картофель МОЗ з наношвидним матеріалом С. Клопотенка, № 12.01	Каша булгур	100	156,1	4,7	2,6	26,4
Картофель МОЗ з наношвидним матеріалом С. Клопотенка, № 11.03	<i>Чай</i>	180	96,90	0,30	0,80	22,40
	<b>Всього</b>		<b>333,82</b>	<b>11,40</b>	<b>10,10</b>	<b>54,90</b>
	<b>Четвер</b>					
ст. 136, «Організація харчування дітей в дошкільних закладах», А.С. Алексеева, Л.В. Дружанина, К.С. Лардо, Видання 1998 р.	Запіканка рисова з ягідним пюре	140	256,00	20,40	12,00	20,60
ст. 355, «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах» Н.В. Омельченко, Ю.В. Баранова, К.В. Алексеева, Л.Л. Рабачняк, 2014.	Фрукти	50	47,26	0,59	2,6	6,3
ст. 513, Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах». Видання 2014 р.	Чай	180	20,47	0,00	0,00	7,67
	<b>Всього</b>		<b>323,73</b>	<b>20,99</b>	<b>14,55</b>	<b>34,55</b>
	<b>П'ятниця</b>					
Картофель МОЗ з наношвидним матеріалом С. Клопотенка № 7.71	<i>Оладки з фрукт соусом</i>	60	143,80	3,70	5,40	25,50
Картофель МОЗ з наношвидним матеріалом С. Клопотенка № 12.01	Фрукти	50	47,50	0,80	0,10	10,90
ст. 513, Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах». Видання 2014 р.	Чай	180	20,47	0,00	0,00	7,67
	<b>Всього</b>		<b>211,77</b>	<b>4,50</b>	<b>5,50</b>	<b>44,07</b>

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Вихід, г	Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2-й тиждень примірного чотиририжневого меню на осінній період 2024 р. для одноразового харчування дітей 1-4 класів (2-й сніданок) в закладах загальної середньої освіти Кам'янець-Подільської міської територіальної громади					
	<b>Понеділок</b>	3	4	5	6	7
Рецептура № 176 «Збірник рецептур (технологічних карт) для харчування школярів», видання 1990 р.	Салат з грецьки та овочів	120	85,79	5,35	6,43	0,31
Картотка МОЗ, з виконаними матеріалами С. Клопотенка № 1,23	Омлет дракена	50	0,32	0,8	1,70	2,90
Картотка МОЗ, з виконаними матеріалами С. Клопотенка, № 11,03	<i>Чай</i>	180	96,90	0,30	0,80	22,40
	<b>Всього</b>		<b>183,01</b>	<b>6,45</b>	<b>8,93</b>	<b>25,61</b>
	<b>Вівторок</b>					
«Сучасна картотка страв», журнал «Практика управління закладами освіти», № 7, липень, 2009 року	Каша молочна вісяна	202	204,49	7,04	5,65	27,01
ст. 511 Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах». Видання 2014 р.	Пампушка з маслом та тв. сиром	30/5/10	124,18	2,80	0,96	19,67
ст. 513. Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах». Видання 2014 р.	Чай з лимоном	180/6	20,47	0,00	0,00	7,67
	<b>Всього</b>		<b>349,14</b>	<b>9,84</b>	<b>6,61</b>	<b>54,35</b>
	<b>Середа</b>					
Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах». Видання 2014 р. ст. 412	Шарлотка	90	251,52	10,30	9,18	31,71
Картотка МОЗ, з виконаними матеріалами С. Клопотенка, № 11,04	Какао	180	69,18	3,38	2,74	5,72
Картотка МОЗ, з виконаними матеріалами С. Клопотенка, 12,01	Фрукти (банан)	100	95,00	1,50	0,20	21,80
	<b>Всього</b>		<b>415,70</b>	<b>15,18</b>	<b>12,12</b>	<b>59,23</b>
	<b>Четвер</b>					
ст. 133. «Організація харчування дітей в дошкільних закладах», А.С. Алжбетов, Л.В. Дружиченко, К.С. Лялде. Видання 1990 р.	Гранет зебра (запіканка сирна з какао)	122	242,20	15,06	10,82	25,87
ст. 513. Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах». Видання 2014 р.	Чай з лимоном	180/6	20,47	0,00	0,00	7,67
Картотка МОЗ, з виконаними матеріалами С. Клопотенка, 12,01	Фрукти	50	47,50	0,80	0,10	10,90
	<b>Всього</b>		<b>310,17</b>	<b>15,86</b>	<b>10,92</b>	<b>44,44</b>
	<b>П'ятниця</b>					
Рецептура № 236 «Збірник рецептур страв та кулінарних виробів для підприємств при загальноосвітніх школах». В.Т. Липишин, видання 2004 р.	Сінабон з корицею	100	161,00	3,00	8,00	19,00
Картотка МОЗ, з виконаними матеріалами С. Клопотенка, № 11,04	Кисломолочні продукти	150	134,00	8,20	3,00	11,80
Картотка МОЗ, з виконаними матеріалами С. Клопотенка, 12,01	Фрукти (яблука)	75	31,50	0,30	0,20	8,30
	<b>Всього</b>		<b>326,50</b>	<b>11,50</b>	<b>11,20</b>	<b>39,10</b>

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Вихід, г	Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7
	<b>Понеділок</b>					
Картотека МОЗ з національним матеріалом С. Квигольська, № 1.14	Мак енд чіз	100	86,01	2,18	0,82	15,69
Картотека МОЗ з національним матеріалом С. Квигольська, № 7.21	Томати свіжі	60	143,80	3,70	5,40	25,50
Картотека МОЗ з національним матеріалом С. Квигольська, № 11.03	<i>Чай</i>	180	96,90	0,30	0,80	22,40
	<b>Всього</b>		<b>326,71</b>	<b>6,18</b>	<b>7,02</b>	<b>63,59</b>
	<b>Вівторок</b>					
«Сучасна картотека страв», журнал «Практика управління шкільною освітою», № 7, липень 2006 року	Каша молочна ячмінна	202	190,11	5,14	4,45	31,46
ст. 513. Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних закладах» Видання 2014 р.	Булка з маслом та тв. сиром	30/5/10	200,00	4,00	6,00	31,00
	Чай з лимоном	180/6	20,47	0,00	0,00	7,67
	<b>Всього</b>		<b>410,58</b>	<b>9,14</b>	<b>10,45</b>	<b>70,13</b>
	<b>Середа</b>					
Рецептура № 323 «Збірник рецептур страйтехнолог (розк карт) для харчознавчих спеціалістів» Видання 1990 р.	Яйце варене	1	63,00	5,10	4,60	0,30
Картотека МОЗ з національним матеріалом С. Квигольська, № 09.04	Овочева паелья з куркумою	120	160,6	3,5	4,4	26,50
Рецептура № 32 «Збірник рецептур (технологічні карт) для кухонних спеціалістів» Видання 1990 р.	Овочі свіжі	49	7,84	0,54	0,05	1,18
Картотека МОЗ з національним матеріалом С. Квигольська, № 11.02	<i>Чай</i>	180	39,60	0,50	0,00	7,90
	<b>Всього</b>		<b>271,04</b>	<b>9,64</b>	<b>9,05</b>	<b>35,88</b>
	<b>Четвер</b>					
Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних закладах» Видання 2014 р. ст. 433	Кіфлик	100	190,00	7,16	9,99	59,66
Картотека МОЗ з національним матеріалом С. Квигольська, № 11.12	Кисломолочні продукти	150	134,00	8,20	3,00	11,80
Картотека МОЗ з національним матеріалом С. Квигольська, № 12.01	Фрукти	50	47,50	0,80	0,10	10,90
	<b>Всього</b>		<b>371,50</b>	<b>16,16</b>	<b>13,09</b>	<b>82,36</b>
	<b>П'ятниця</b>					
Картотека МОЗ з національним матеріалом С. Квигольська, № 7.13	Запіканка вермішелево-сирна	150/15	327,65	19,05	17,26	23,65
Картотека МОЗ з національним матеріалом С. Квигольська, № 12.01	Фрукти <i>(сезоні)</i>	50	47,50	0,80	0,10	10,90
ст. 513. Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних закладах» Видання 2014 р.	Чай	180	20,47	0,00	0,00	7,67
	<b>Всього</b>		<b>395,62</b>	<b>19,85</b>	<b>17,36</b>	<b>42,22</b>

Збірник рецептур, № розкладки	Найменування страви	Енергетична цінність для дітей 6-11 р.				
		Вихід, г	Енерго-цінність, ккал	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г
1	2	3	4	5	6	7
	4-й тиждень примірною чотиритижневого меню на зимовий період 2024 р. для одноразового харчування дітей 1-4 класів (2-й сніданок) в закладх загальної середньої освіти Кам'янець-Подільської міської територіальної громади					
	<b>Понеділок</b>					
Картотека МОЗ, з наповненням матеріала С. Кюлотенка, № 11.12	Фріттата	50	134,00	8,20	3,00	11,80
Картотека МОЗ, з наповненням матеріала С. Кюлотенка, № 12.01	Макарони	100	95,00	1,50	0,20	21,80
Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах». Видання 2014 р. ст. 433	Чай з лимоном	180/6	190,00	7,16	9,99	59,66
	<b>Всього</b>		<b>419,00</b>	<b>16,86</b>	<b>13,19</b>	<b>93,26</b>
	<b>Вівторок</b>					
«Сучасна картотека страви», журнал «Практика управління закладами освіти», №7, липень 2009 року	Каша молочна рисова	203	216,96	7,64	5,52	34,12
ст. 513, Методичний посібник «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах». Видання 2014 р.	<i>Булочка з вівсяною та тв. сиром</i> Чай з лимоном	<i>299/10</i> 180/6	20,47	0,00	0,00	7,67
	<b>Всього</b>		<b>237,43</b>	<b>7,64</b>	<b>5,52</b>	<b>41,79</b>
	<b>Середа</b>					
Рецептура № 446 «Збірник рецептур страви і кулінарних виробів для підприємства громадського харчування». Видання 1982 р.	Шуліка з маком	200	157,00	4,38	2,91	28,04
Картотека МОЗ, з наповненням матеріала С. Кюлотенка, № 12.01	Фрукти	100	47,50	0,80	0,10	10,90
Картотека МОЗ, з наповненням матеріала С. Кюлотенка, № 11.02	Какао	75	39,60	0,50	0,00	7,90
	<b>Всього</b>		<b>244,10</b>	<b>5,68</b>	<b>3,01</b>	<b>46,84</b>
	<b>Четвер</b>					
ст. 133, «Організація харчування дітей у дошкільних закладах». А.С. Алещенко, Л.В. Дружчина, К.С. Лаводо. Видання 1990 р.	Запіканка сирна з ягідним киолі	150	263,00	19,10	14,00	19,80
Картотека МОЗ, з наповненням матеріала С. Кюлотенка, № 11.03	Чай	180	96,90	0,30	0,80	22,40
Картотека МОЗ, з наповненням матеріала С. Кюлотенка, № 12.01	Фрукти	50	47,50	0,80	0,10	10,90
	<b>Всього</b>		<b>407,40</b>	<b>20,20</b>	<b>14,90</b>	<b>53,10</b>
	<b>П'ятниця</b>					
Картотека МОЗ, з наповненням матеріала С. Кюлотенка, № 1.24	Салат з свіжої капусти та моркви	50	32	0,8	1,7	2,9
Картотека МОЗ, з наповненням матеріала С. Кюлотенка, № 8.28	Банаш	120	193,50	3,80	6,00	30,10
	Сир твердий	15	34,60	2,32	2,95	0,00
	Фрукти	50	47,50	0,80	0,10	10,90
Картотека МОЗ, з наповненням матеріала С. Кюлотенка, № 12.01	Чай	180	96,90	0,30	0,80	22,40
Картотека МОЗ, з наповненням матеріала С. Кюлотенка, № 11.03	Чай					
	<b>Всього</b>		<b>404,50</b>	<b>8,02</b>	<b>11,55</b>	<b>66,30</b>