

Затверджено
 Директор Ларіонівського ліцею
 Ларіонівської селищної ради
 Дніпропетровської області
 К. В. Філатова



Погоджено
 Начальник Синельниківського
 управління Головного
 управління Держпродспоживслужби
 в Дніпропетровській області
 А.В. Забара

Примірне 4-тижневе меню
 Ларіонівської гімназії Ларіонівського ліцею
 для здобувачів освіти 1-4 класів
 на осінній період

	I тиждень			II тиждень	
Понеділок	Огірок свіжий	100	Понеділок	Огірок свіжий	100
	Болоньезе з яловичини	100		Котлета рибна	75
	Гречана каша з чебрецем	120		Ризото із зеленим горошком та сиром твердим	150
	Сік	200		Узвар	150
	Хліб житній.	30		Хліб ціЛЬНОзерновий пшеничн.	30
	Банани свіжі	100		Банани свіжі	100
Вівторок	Помідор свіжий	100	Вівторок	Помідор свіжий	100
	Котлета по- міланськи з сиром	90		Печеня по- домашньому з куркою	130/50
	Кускус розсипчастий	120		Сік	200
	Узвар	150		Хліб житній	30
	Хліб ціЛЬНОзерновий пшенич.	30			
	Яблука свіжі	100		Апельсини	100
Середа	Огірок свіжий	100	Середа	Огірок свіжий	100
	Плов з курячим м'ясом	130/50		Курячі нагетси/ соус «Кетчуп»	85/25
	Апельсини	100		Гречана каша з чебрецем	120
	Какао з молоком	180		Хліб ціЛЬНОзерновий пшеничн	30
				Йогурт	125
	Хліб ціЛЬНОзерновий пшенич	30		Яблука свіжі	100
Четвер	Помідор свіжий	100	Четвер	Помідор свіжий	100
	Рибні стіки	70		Риба тушкована з овочами у томатному соусі	48/12
	Соус «Кетчуп»	25		Рис (розсипчастий) з орегано	120
	Рис з кмином	120		Хліб житній	30
	Хліб ціЛЬНОзерновий пшенич.	30		Банани свіжі	100
	Банани свіжі	100		Узвар	150
	Чай з мелісою	200			
П'ятниця	Оладки кукурудзяні з морквою / сметана	120/18	П'ятниця	Овочеве соте	75
	Овочеве соте	120		Сочевиця зі спеціями	120
	Йогурт	125		Львівський сирник з морквою та сметаною	100/10
	Хліб житній	30		Яблука свіжі	100
	Яблука свіжі	100		Какао з молоком	180
		Хліб ціЛЬНОзерновий пшеничн	30		

III тиждень			IV тиждень	
Огірок свіжий	100	Понеділок	Огірок свіжий	100
Рис «Паелья»	123/27		Бефстроганов з яловичини	62/38
Сік	200		Каша пшенична	120
Хліб цільнозерновий пшенич.	30		Чай з мелісою	150
Банани свіжі	100		Хліб цільнозерновий пшеничн.	30
			Банани свіжі	100
Помідор свіжий	100	Вівторок	Помідор свіжий	100
Печеня по- домашньому з яловичиною	103/47		Курачий шніцель/соус «Кетчуп»	70/25
Чай з мелісою	200		Відварена картопля	120
Хліб житній.	30		Сік	200
Яблука свіжі	100		Хліб житній	30
			Яблука свіжі	100
Огірок свіжий	100	Середа	Огірок свіжий	100
Рибні нагетси/ соус «Кетчуп»	70/25		Минтай запечений у соусі «Бешамель»	48/12
Рис (розсипчастий) з орегано	120		Рис (розсипчастий) з орегано	120
Какао з молоком	180		Хліб цільнозерновий пшеничн	30
Апельсини	100			
			Йогурт	125
Хліб цільнозерновий пшенич	30		Банани свіжі	100
Помідор свіжий	100	Четвер	Помідор свіжий	100
Куліш з курячим м'ясом	130/50		Чахохбілі з куркою	52/48
Узвар	150			
Хліб житній.	30		Булгур	120
Яблука свіжі	100		Хліб цільнозерновий пшенич.	30
			Апельсини	100
			Узвар	150
Огірок свіжий	100	П'ятниця	Овоче рагу	120
Гречана каша з чебрецем	120		Запiканка сирна з бананом та сметаною	120/15
Запечене філе курки з орегано	75			
Йогурт	125		Яблука свіжі	100
Хліб цільнозерновий пшенич	30		Какао з молоком	180
Яблука свіжі	100		Хліб цільнозерновий пшеничн	30