

Затверджено
 Директор Іларіонівського ліцею
 Іларіонівської селищної ради
 Дніпропетровської області
 К. В. Філатова



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

Перспективне меню
 Садівської початкової школи Іларіонівського ліцею Іларіонівської селищної ради
 Дніпропетровської області для дошкільного підрозділу на осінній період

І тиждень						
Понеділок	Сніданок		Обід		Полуденок	
	Каша молочна манна	220/5	Суп гречаний	200	Млинці з повидлом яблучним	75/20
	Чай з лимоном	200/5	Картопля відварна з маслом	148/3	Какао на молоці	180
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/4	Омлет	60	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5
			Капуста тушкована	110	Яблуко свіже	100
			Сік	150		
			Хліб житній	40		
Вівторок	Яйце варене	1/2	Борщ український	200	Сирники зі сметаною	120/6
	Каша молочна рисова	220/3	Каша гречана розсипчаста	120/5	Какао на молоці	180
	Чай	200	Гуляш курячий	80	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/4
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5	Томат свіжий	40		
	Печиво галетне	30	Компот зі свіжих яблук	180		
			Хліб житній	40		
Середа	Запиканка вермішально-сирна зі сметаною	145/25	Розсольник	230	Яйце варене	1/2
	Какао з молоком	180	Печеня по-домашньому	75/95	Каша молочна рисова	220/3
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5	Томат свіжий	40	Какао на молоці	180
			Сік	150	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/4
			Хліб житній	40	Яблуко свіже	100
Четвер	Каша молочна пшоняна	220/3	Суп з галушками	250/15	Картопля відварна ціла	130/2,5
	Какао на молоці	180	Голубці ліниві	60/110	Минтай тушкований з овочами	75/50
	Хліб пшеничний з вершковим маслом і твердим сиром	40/4/10	Огірок свіжий	40	Томат свіжий	40
	Яблуко свіже	100	Компот із сухофруктів	180	Чай з лимоном	200/5
			Хліб житній	40	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5
П'ятниця	Буряк тушкований із цибулею	73	Борщ український	250	Оладки з повидлом	100/20
	Макаронні вироби відварні	150/5	Картопля відварна з маслом	148/3	Какао на молоці	180
	Минтай запечений	75/50	Гюфтельки курячі	75/30	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5
	Чай	200	Томат свіжий	40		
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	35/5	Компот зі свіжих яблук	180		
			Хліб житній	40		

II тиждень

Понеділок	Сніданок		Обід		Полуденок	
	Суп молочний з макаронами	200/3	Суп гороховий	250	Оладки з повидлом	100/20
	Чай	200	Рагу овочеве	150	Какао на молоці	180
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5	Яйце варене	1/2	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5
	Печиво галетне	30	Томат свіжий	40	Яблуко свіже	100
			Сік	150		
			Хліб житній	40		
Вівторок	Яйце варене	1/2	Суп рисовий	250	Запіканка сирна з крупою манною	90/9/26
	Суп молочний вермешельний	200/5	Бігос овочево-курячий	75/85	Какао на молоці	180
	Чай	200	Компот із сухофруктів	180	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/4
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5	Хліб житній	40		
Середа	Каша пшенична в'язка	120/5	Розсольник	230	Каша молочна пшоняна	220/3
	Риба, тушкована з овочами	75/50	Макаронні вироби відварні	150/5	Какао з молоком	180
	Огірок свіжий	40	Котлета м'ясна (куряча)	100	Хліб пшеничний з вершковим маслом і твердим сиром	35/4/10
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	35/5	Буряк припущений зі сметаною	60/2	Яблуко свіже	100
	Чай з лимоном	200/5	Компот зі свіжих яблук	180		
			Хліб житній	40		
Четвер	Каша молочна манна	220/5	Капусняк	250	Вареники ліниві зі сметаною	130/13
	Чай	200	Каша ячна в'язка ячна	60/2	Какао на молоці	180
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/8	Тюфтелька куряча	105	Печиво галетне	30
	Банани свіжі	100	Огірок свіжий	40		
			Сік	150		
			Хліб житній	40		
П'ятниця	Картопля відварна ціла	130/2,5	Борщ буряковий	200	Суп молочний вермішельний	200/5
	Котлета рибна	130	Плов із м'ясом курячим	95/75	Хліб пшеничний з вершковим маслом	35/5
	Капуста тушкована	110	Томат свіжий	40	Какао на молоці	180
	Чай	200	Кисіль із свіжих фруктів	180		
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	35/4	Хліб житній	40		

III тиждень						
Понеділок	Сніданок		Обід		Полуденок	
Понеділок	Картопля відварна з маслом	148/3	Суп гороховий із грінками	250/15	Оладки з повидлом	100/20
	Омлет	60	Капуста, тушкована з картоплею	150	Какао з молоком	180
	Чай з лимоном	180/5	Огірок свіжий	40		
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5	Компот зі свіжих яблук	180		
			Хліб житній	40		
Вівторок	Каша молочна геркулесова з вершковим маслом	200/6	Борщ український	250	Запіканка сирна із сметанним соусом	140/20
	Хліб пшеничний з вершковим маслом і твердим сиром	40/5/15	Каша гречана розсипчаста	120/6	Молоко кип'ячене	180
	Чай з лимоном	180/5	Котлета м'ясна (куряча)	100	Хліб пшеничний із вершковим маслом	40/5
			Огірок свіжий	40		
			Компот зі свіжих яблук	180		
		Хліб житній	40			
Середа	Вареники ліниві зі сметаною	130/13	Суп вермішельний	250	Каша молочна манна з вершковим маслом	220/6
	Какао на молоці	180	Голубці ліниві	60/110	Хліб пшеничний з вершковим маслом і твердим сиром	40/5/15
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5	Помідор свіжий	40	Чай з лимоном	180/5
			Компот зі свіжих яблук	180	Печиво галетне	30
		Хліб житній	40			
Четвер	Каша пшенична в'язка	120/3	Суп картопляний з галушками	250/15	Суп молочний вермішельний з вершковим маслом	200/6
	Капуста тушковані	110	Картопля відварна ціла	130/2,5	Чай з лимоном	180/5
	Яйце варене	½	Гуляш курячий	80	Хліб пшеничний з вершковим маслом і твердим сиром	40/5/15
	Какао на молоці	180	Помідор свіжий	40		
	Хліб пшеничний із вершковим маслом	40/5	Компот зі свіжих фруктів	180		
		Хліб житній	40			
П'ятниця	Минтай тушкований з овочами	75/50	Борщ буряковий	200	Каша молочна рисова з вершковим маслом	220/6
	Каша пшоняна з вершковим маслом	120/12	Оладки курячі	105	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5
	Томат свіжий	40	Макаронні вироби відварні	150/5	Сік	150
	Чай з лимоном	180/5	Помідор свіжий	40	Яблуко печене	100
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5	Компот зі свіжих фруктів	180		
		Хліб житній	40			

IV тиждень

Понеділок	Сніданок		Обід		Полуденок	
	Каша пшоняна в'язка	100/3	Суп польовий	200	Оладки з повидлом	100/20
	Капуста тушкована	110	Печеня по-домашньому	75/95	Какао з молоком	180
	Яйце варене	½	Огірок свіжий	40		
	Чай з лимоном	180/5	Компот зі свіжих яблук	180		
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5	Хліб житній	40		
Вівторок	Каша молочна пшоняна з вершковим маслом	220/6	Розсольник	230	Сирники зі сметаною	120/15
	Чай з лимоном	180/5	Зрази картопляні з курячим м'ясом	60/130	Молоко кип'ячене	180
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5	Помідор свіжий	40	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5
			Компот зі свіжих яблук	180		
			Хліб житній	40		
Середа	Запіканка сирна з крупою манною	110/15	Борщ український	250	Каша молочна гречана з вершковим маслом	200/6
	Какао на молоці	180	Макаронні вироби відварні	150/5	Чай з лимоном	180/6
	Хліб пшеничний з вершковим маслом і твердим сиром	40/5/15	Оладки курячі	105	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5
			Помідор свіжий	40		
			Компот зі свіжих яблук	180		
			Хліб житній	40		
Четвер	Каша молочна геркулесова з вершковим маслом	200/6	Капусняк	250	Товченики рибні	105
	Молоко кип'ячене	180	Макаронні вироби відварні з вершковим маслом	150/5	Картопля відварна ціла	130/2,5
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5	Котлета м'ясна (куряча)	100	Огірок свіжий	40
			Огірок свіжий	40	Чай з лимоном	180/5
			Компот зі свіжих яблук	180	Хліб пшеничний з вершковим маслом і з твердим сиром	40/5/15
			Хліб житній	40	Банан свіжий	100
П'ятниця	Тюфтельки рибні	105	Суп вермішельний	250	Каша молочна манна з вершковим маслом	22 0/6
	Капуста тушкована	110	Зрази картопляні з курячим м'ясом	60/130	Молоко кип'ячене	180
	Рис відварний з вершковим маслом	150/12	Помідор свіжий	40	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5
	Чай з лимоном	180/5	Компот зі свіжих яблук	180	Яблуко печене	100
	Хліб пшеничний з вершковим маслом	40/5	Хліб житній	40		