

Погоджую

В.о. начальника Болградського районного  
управління Головного управління  
Держпродспоживслужби в Одеській області



Олена РАДУЛОВА

Затверджую

Керівник відділу освіти та у  
справах дітей Бородінської  
селищної ради



Сергій ЛУНГУ

**Примірне чотиритижневе сезонне меню**

на осінній період 2024-2025 навчального року

для дошкільних відділень закладів загальної середньої освіти

Бородінської селищної ради з одноразовим харчуванням

**1-й ТИЖДЕНЬ**

№з/п	Найменування страв	Вихід/г	
		1-4 роки	4-6(7) років
1	<b>ПОНЕДІЛОК</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Суп з хлібними сухариками	150	200
	2. Пшоняна каша із запеченою рибою(хек)	80/40	100/60
	3. Салат зі свіжих капусти та моркви	30	40
	4. Компот зі свіжих яблук	150	180
	5. Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	20/2	20/2,5
	6. Сир твердий	10	15
7. Фрукти свіжі (апельсин)	40	60	
2	<b>ВІВТОРОК</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Борщ «Полтавський»	150	200
	2. Каша ячна з маслом вершковим з тефтелями зі свинини	80/2 45	100/2,5 60
	3. Овочі тушковані (томати, морка, цибуля)/ Вінегрет (з жовтня)	40	50
	4. Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/10	30/15
	5. Узвар з сушених фруктів	150	180
	6. Фрукти свіжі (банани)	60	80
7. Яйце відварне	1 шт	1 шт	
3	<b>СЕРЕДА</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Розсольник з перловою крупою	150	200
	2. Шоколадний пиріг з какао та бананом	65	65
	3. Тушкований буряк	40	50
	4. Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/2,5
	5. Йогурт (2%)	100	125
	6. Фрукти свіжі (апельсин)	40	60
7. Горохове пюре з курячими нагетсами	80/45	100/60	
4	<b>ЧЕТВЕР</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Зелений борщ	150	200
	2. Макарони відварні з маслом вершковим	80/2	100/2,5
	3. М'ясо свинини тушковане з овочами	45/20	60/30
	3. Свіжі помідори порційні/солоні помідори	30	40
	4. Хліб цільнозерновий	30	30
	5. Сир твердий	10	15
5. Чай	150	180	
6. Фрукти свіжі (банан)	60	80	
5	<b>П'ЯТНИЦЯ</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Суп із галушками	150	200
	2. Рисовий плов з м'ясом курячим	80/45	100/60
	3. Салат зі свіжої капусти та солодкого перцю	40	50
	4. Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/2,5
	5. Сир твердий	10	15
	6. Сік яблуневий	120	180
7. Яблуко запечене з какао	60	80	

**2-й ТИЖДЕНЬ**

№з/п	Найменування страв	Вихід/г	
		1-4 роки	4-6(7) років
1	<b>ПОНЕДІЛОК</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Борщ український	150	200
	2. Картопля відварена з маслом вершковим	80/2	100/2,5
	3. Рибний рулет(хек)	50	80
	4. Салат зі свіжих капусти та томатів	40	60
	5. Хліб цільнозерновий з сиром твердим	30/10	30/15
	6. Сік яблуневий	120	180
	7. Яйце відварне	1шт.	1шт.
8. Фрукти свіжі (банани)	60	80	
2	<b>ВІВТОРОК</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Суп з локшиною	150	200
	2. Каша ячнева з маслом вершковим	80/2	100/2,5
	3. Тефтелі курячі тушковані	45	60
	4. Салат з моркви та родзинок	40	50
	5. Хліб цільнозерновий	30	30
	6. Узвар з сушених фруктів	150	180
	7. Фрукти свіжі (апельсин)	60	80
8. Сирники	100	125	
3	<b>СЕРЕДА</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Суп з галушками	150	200
	2. Плов рисовий зі свининою	80/45	100/60
	3. Овочі тушковані	40	50
	4. Хліб цільнозерновий з вершковим маслом	30/2	30/2,5
	5. Сир твердий	10	15
	6. Компот зі свіжих яблук	150	180
7. Фрукти свіжі (яблуко)	40	60	
4	<b>ЧЕТВЕР</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Суп картопляний з бобовими	80/2	100/2,5
	2. Бігос з гречкою та м'ясом курячим тушкованим	80/60	100/80
	3. Хліб цільнозерновий з вершковим маслом з твердим сиром	30/2	30/2,5
	4. Салат зі свіжої червоної капусти	10	15
	5. Чай	30	40
	6. Шоколадний кекс	150	180
7. Фрукти свіжі (свіже яблуко)	65	65	
8. Фрукти свіжі (свіже яблуко)	60	80	
5	<b>П'ЯТНИЦЯ</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Суп з хлібними сухариками	150	200
	2. Горохове пюре з маслом вершковим	80/2	100/2,5
	3. Котлета м'ясна зі свинини тушкова	45	60
	4. Салат бурячковий	30	40
	5. Йогурт (2%)	100	125
9. Фрукти свіжі(апельсин)	60	80	



### 3-й ТИЖДЕНЬ

№з/п	Найменування страв	Вихід/г	
		1-4 роки	4-6(7) років
1	<b>ПОНЕДІЛОК</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Борщ «Український»	150	200
	2. Картопляне пюре з маслом вершковим із запеченою рибою (хек)	80/2 40	100/2,5 60
	3. Томати свіжі /солоні порційні	30	40
	4. Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15
	5. Фрукти свіжі (апельсин)	60	80
	6. Чай	150	180
2	<b>ВІВТОРОК</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Суп «Болгарський»	150	200
	2. Арнаутова каша з маслом вершковим та котлетою зі свинини	80/2 45	100/2,5 60
	3. Буряк тушкований	40	50
	4. Хліб цільнозерновий	30	30
	5. Йогурт 2%	100	125
	6. Фрукти свіжі (яблуко)	60	80
3	<b>СЕРЕДА</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Гороховий суп	150	200
	2. Запіканка сирна з родзинками та какао	100	125
	3. Салат зі свіжої капусти та солодкого перцю	40	50
	4. Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/2,5
	5. Фрукти свіжі (апельсин)	60	80
	7. Каша гречана розсипчаста	80	100
	8. Тефтеля куряча	45	60
4	<b>ЧЕТВЕР</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Бурячковий борщ	150	200
	2. Ліниві голубці зі свинини	80/45	100/60
	3. Томати свіжі порційні /Вінегрет (з жовтня)	30	40
	4. Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/2,5
	5. Компот з свіжих фруктів	150	180
6. Відварне яйце	1шт	1шт	
	7. Фрукти свіжі (банан)	40	60
5	<b>П'ЯТНИЦЯ</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Суп з рисом та зеленою	150	200
	2. Відварні макарони з маслом вершковим та зі шматочками твердого сиру	80/2/10	100/2.5/15
	3. Овочі тушковані (морква, перець, цибуля)	30	40
	4. Сік яблуневий	120	180
	5. Фрукти свіжі (свіже яблуко)	60	80
	6. Нагетси курячі	45	60
	7. Хліб цільнозерновий	30	30

**4-й ТИЖДЕНЬ**

№з/п	Найменування страв	Вихід/г	
		1-4 роки	4-6(7) років
1	<b>ПОНЕДІЛОК</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Борщ зі свіжою капустою	150	200
	2. Ячна каша з маслом вершковим	80/2	100/2,5
	3. Рибні нагетси з хеку	40	60
	4. Свіжі томати порційні/солоні	30	40
	5. Хліб цільнозерновий з твердим сиром	30/10	30/15
	6. Чай	150	180
7. Фрукти свіжі(банани)	60	80	
2	<b>ВІВТОРОК</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Суп овочевий	150	200
	2. Арнаутова каша з маслом вершковим та курячою тефтелькою.	80/2	100/2,5
	3. Баклажана ікра	45	60
	4. Хліб цільнозерновий	40	60
	5. Сир твердий	30	30
	6. Узвар із сушених фруктів	10	15
7. Фрукти свіжі(банан)	150	180	
80	80		
3	<b>СЕРЕДА</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Розсольник	150	200
	2. Капусняк з м'ясом курячим	100/45	120/60
	3. Салат зі свіжої червоної капусти	20	30
	4. Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/2,5
	5. Сир твердий	10	15
	6. Сік яблуневий	120	180
7. Фрукти (свіже яблуко)	60	80	
4	<b>ЧЕТВЕР</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Борщ «Полтавський»	150	200
	2. Гречана каша з котлетою зі свинини	80/45	100/60
	3. Салат з буряка та моркви	40	60
	4. Хліб цільнозерновий з маслом вершковим	30/2	30/2,5
	5. Йогурт (2%)	100	125
	7. Фрукти (апельсин)	60	80
5	<b>П'ЯТНИЦЯ</b>		
	<b>Обід</b>		
	1. Суп овочевий	150	200
	2. Горохове пюре з маслом вершковим	80/2	100/2,5
	3. Котлета м'ясна запечена зі свинини	45	60
	4. Салат зі свіжої капусти та хлібними сухариками	40/10	50/10
	5. Шоколадний кекс з родзинками	65	65
	6. Кисіль зі свіжих фруктів	150	180
	7. Фрукти свіжі(банан)	60	80
8. Хліб цільнозерновий з твердим сиром	20/10	20/15	

Склала

Головний спеціаліст відділу освіти та у справах дітей



Альона ЛУНГУ