

ПОГОДЖЕНО

Начальник відділу
державного нагляду за дотриманням
санітарного законодавства
Броварського районного управління
Головного управління Держпродспоживслужби
в Київській області
О.В.Вакарчук



ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор КП "Броварирай ВУОШІ"
Броварської районної ради

Л.А.Запольська



ПЕРСПЕКТИВНЕ ДВОТИЖНЕВЕ МЕНЮ
для харчування дітей дошкільного віку
(при триразовому харчуванні) на 2020 рік
на ЛІТНЬО - ОСІННІЙ період

№ зб/р	Назва страви	Вихід та калорійність страв					Вихід та калорійність страв				
		Діти ДНЗ від 1-3 р.					Діти ДНЗ від 3-6 р.				
		1-3р.	б	ж	в	к/кал.	3-6р.	б	ж	в	к/кал.
	ДЕНЬ І (понеділок)	вихід (г)					вихід (г)				
	СНІДАНОК										
98	Суп молочний манний на цільн./мол.	190	9,8	6,6	31,6	217,9	250	12,9	8,7	41,6	286,8
3	Хліб пшенич.(батон) з маслом	25/5	1,9	4,5	12,0	90,3	40/8	3	10,5	19,2	159,2
350/(349)	Чай з цукром та лимоном (або чай)	150/10/5	0,1		10,2	42,0	150/10/5	0,1		10,2	42,0
	СНІДАНОК										
323	Фрукти	45	0,2		4,4	19,3	100	0,4		9,8	43,0
	ОБІД										
303/(307)	Цвітна капуста відвар.(або капуста рання 2020р. тушков.)	60	1,5	2,2	5,7	49,2	90	2,3	3,2	8,6	73,8
80	Суп картопляний з гречкою/ з м'ясом ялов.відвар.	180/-	1,8	1,9	12,0	72,9	250/25	9,65	8,3	17,0	182,5
261/315	Тефтеля з яловичини (або свинини)	60/50	9,3	12,8	12,7	205,0	60/50	9,3	12,8	12,7	205,0
291	Каша пшенич.(ячнева) в'язка	70	2,0	2,2	12,0	77,0	95	2,9	3,0	16,3	104,5
330	Компот з сух.фруктів	175	0,5		27,5	112,5	200	0,6		31,5	129,0
к/к	Хліб житній	20	0,9	0,1	6,9	44,8	40	1,9	0,28	13,9	89,6
	ВЕЧЕРЯ										
116/(306)	Овочі (молод. буряк або морква) тушков.в смет.соусі	60	1,1	2,6	6,5	54,3	80	1,5	3,5	8,7	72,5
173	Омлет натур. на мол.	53	4,5	7,6	1,1	95,0	80	8,3	11,4	1,7	142,5
296	Картопля молода відварена/укроп	80/1	1,7	2,9	12,4	83,2	120/1,5	2,6	4,4	18,6	124,8
352	Кавовий напій на цільному молоці	150	4,9	5,3	18,6	157,9	150	4,9	5,3	18,6	157,9
к/к	Хліб пшеничний (батон)	25	1,9	0,3	11,1	62,0	30	2,3	0,3	14,0	75,0
	Енерг. Цінність		42,1	48,6	184,7	1383,3		62,5	71,6	242,3	1888,1

ДЕНЬ II (вівторок)											
СНІДАНОК											
98	Суп молоч.вівсяний на цільн. Мол.	190	10,0	7,2	30,5	240,5	250	13,2	9,5	40,2	316,5
3	Хліб пшенич.(батон) з маслом	30/5	2,3	4,4	14,7	106,6	40/8	3	10,5	19,2	159,2
351	Чай з молоком	150	1,1	1,2	13,0	67,0	150	1,1	1,2	13,0	67,0
к/к	Конд вироби (печиво)	12	0,9	1,5	6,2	38,7	20	1,5	2,6	10,4	64,5
СНІДАНОК											
323	Фрукти	45	0,2		4,4	19,3	100	0,4		9,8	43,0
ОБІД											
	Овочі натур.свіжі порціями (помід. або огір.)/зелень.	60/1	1,7		0,3	9,6	85/1,5	2,4		0,5	13,6
77 (74)	Суп овочевий(або розсольник)/ з сметаною	180/3,6	1,5	4,6	8,6	83,2	250/5	2,1	6,4	12,0	115,6
236	Печення по-домашньому (з м'ясом ялов. або свин.)	30/75	12,9	4,9	11,4	133,8	50/125	18,2	8,2	19,0	223,0
334	Кисіль з сух/фр.	170	0,3		32,4	131,8	170	0,3		32,4	131,8
к/к	Хліб житній	20	0,9	0,1	6,9	44,8	40	1,9	0,28	13,9	89,6
ВЕЧЕРЯ											
307/(128)	Капуста рання 2020р.тушков.(або цвітна капуста смаж.)	100	2,5	3,6	9,5	82,0	90	2,2	3,2	8,6	73,8
207	Шніцель рибний натуральний	40	6,4	6,4	4,3	86,9	75	12,1	9,1	8,2	163,0
291	Каша рисова в'язка	-					100	1,5	3,0	16,0	98,0
362	Сік	125	0,6		13,2	57,5	175	0,9		18,5	80,5
к/к	Хліб пшеничний (батон)	25	1,9	0,3	11,1	62,0	40	3,0	0,4	18,6	100,0
	Енерг. Цінність		43,2	33,9	166,5	1163,7		63,8	54,4	240,3	1739,1
ДЕНЬ III (середа)											
СНІДАНОК											
98	Суп молочний пшоняний на цільн./мол.	190	10,3	6,9	33,2	224,0	250	13,6	9,2	43,8	294,8
3	Бутерброд з маслом та сиром тв.	30/-/15	5,8	4,8	14,6	126,1	40/5/12	5,8	8,1	20,2	181,4
350/(349)	Чай з цукром та лимоном (або чай)	150/10/5	0,1		10,2	42,0	150/10/5	0,1		10,2	42,0
к/к	Конд вироби (печиво)	-					20	1,5	2,6	10,4	64,5
СНІДАНОК											
323/(345)	Фрукти (або яблуко печене)	45	0,2		4,4	19,3	100	0,4		9,8	43,0
ОБІД											
310	Кабачки тушков.в сметан. соусі	50	0,9	2,2	5,4	45,3	80	1,5	3,5	8,7	72,5
75	Суп картопляний /з рибою (або рибн. консерв.)	180/20	1,8	1,8	15,1	84,9	250/45	2,5	2,5	21,1	118,0
278	Птиця відварена (індичка або кури)	45	8,4	3,7	0,54	72,9	-				
280/314	Птиця тушков. в сметан. соусі (індичка або кури)	-					60/60	13,9	10,6	3,8	166,8
290	Каша гречана	65	2,0	2,4	10,2	71,5	80	2,5	3,0	12,6	88,0
330	Компот з сух.фруктів	175	0,5		27,5	112,5	200	0,6		31,5	129,0
к/к	Хліб житній/пшенич.	20/25	2,9	0,5	44,5	85,2	40/-	1,9	0,28	13,9	89,6

Директор

Л.А. Зеновська

ВЕЧЕРЯ											
169	Яйце варене	-					1/2 шт.	2,6	2,3	0,2	31,5
180	Вареники ліниві з маслом	105/5	14,7	11,8	15,4	240,4	140/7	21	16	20,5	310,6
358/(357)	Кисломол. прод.(або молоко кип'яч.)	170	5,1	10,2	7,0	145,0	150	4,5	9,0	6,2	128,0
к/к	Хліб пшеничний	-					40	3,0	0,4	18,6	100,0
	Енерг. Цінність		53,7	44,1	158,0	1269,1		75,3	67,4	231,5	1859,7
ДЕНЬ IV (четвер)											
СНІДАНОК											
97	Суп молочний з макаронами на цільн./мол.	190	9,3	5,6	16,1	170,6	250	12,3	7,6	21,3	224,5
3	Бутерброд з маслом та сиром тв.	25/5/-	1,9	4,5	12,5	93,6	40/5/12	5,8	8,1	20,2	181,4
326	Компот з свіж. яблук	150	0,2		20,9	84,7	175	0,2		24,4	98,9
к/к	Конд вироби (печиво)	13	1,0	1,6	6,7	41,8	35	2,6	4,5	18,2	112,8
СНІДАНОК											
323	Фрукти	-					55	0,2		5,4	23,7
ОБІД											
55/(54)	Ікра овочева (з свіжих овочів) / або з свіжих кабачків	60	1,0	3,1	5,4	55,2	90	1,5	4,7	8,1	82,8
60	Борщ з картоплею/ сметана	180/3,6	1,7	4,4	10,2	89,7	250/5	2,4	6,2	14,2	124,6
285	Котлета рубл.з м'яса птиці (індич.або кур)/м верш.	45/2,5	8,2	7,3	4,2	172,4	75/5	13,5	11,5	7,1	187,5
296	Картопля молода відварена/укроп	80/1	1,7	2,9	12,4	83,2	120/1,5	2,6	4,4	18,6	124,8
331(332)	Кисіль з замор. ягід (або свіж. яблук)	150	0,1		21,4	87,7	175	0,2		25,0	102,4
к/к	Хліб житній/ пшеничний	20/25	2,9	0,5	14,5	85,2	40/30	4,2	0,6	28,5	164,6
ВЕЧЕРЯ											
182	Сирники з медом	100/2,5	16,8	11,0	20,2	263,15	125/5	21,0	14,5	29,3	335,1
358/(357)	Кисломол. прод.(або молоко кип'яч.)	170	5,1	10,2	7,0	145,0	150	4,5	9,0	6,2	128,0
	Енерг. Цінність		49,9	50,9	151,5	1372,3		71,0	71,1	226,4	1891,0
ДЕНЬ V (п'ятниця)											
СНІДАНОК I											
36	Салат з білокачанної капусти ран. (врожай 2020р.)	70	1,7	2,5	6,6	57,4	90	2,2	3,2	8,6	73,8
287	Фрикадельки з м'яса птиці (індиче або курине)	60	6,8	15,2		143,5	65	7,4	16,5		155,5
295	Макарони відварені	70	2,6	2,3	16,5	98,0	100	3,7	3,3	23,7	140,0
к/к	Хліб пшеничний	25	1,9	0,3	11,1	62,0	40	3,0	0,4	18,6	100,0
350/(349)	Чай з цукром та лимоном (або чай)	150/10/5	0,1		10,2	42,0	150/10/5	0,1		10,2	42,0
СНІДАНОК II											
323	Фрукти	45	0,1		4,3	19,3	85	0,3		8,3	36,6
ОБІД											
116/(306)	Овочі (молод. буряк або морква) тушков.в смет.соусі	150	1,1	2,6	6,5	54,3	90	1,7	3,9	9,8	81,6
79	Суп картоплян. з рисом/ з мясом птиці відвар.	180/10	3,6	2,0	13,4	75,9	250/20	6,3	4,04	18,5	104,0

205	Товченики рибні	40	6,0	1,9	3,6	58,8					
206	або Ковбаска-рибна						75	11,3	20,4	3,7	244,5
298	Картопляне пюре з молоком	80	1,7	2,9	12,4	83,2	120	2,6	4,4	18,6	124,8
362	Сік	125	0,6		13,2	57,5	175	0,9		18,5	80,5
к/к	Хліб житній	20	0,9	0,1	6,9	44,8	40	1,9	0,28	13,9	89,6
	ВЕЧЕРЯ										
98	Суп молочний гречаний на цільн./мол.	190	10,3	6,9	33,2	224,0	250	13,6	9,2	43,8	294,8
3	Хліб пшенич. з маслом	25/-	1,9	0,3	11,1	62,0	40/8	3,0	10,5	19,2	159,2
371	Оладки (на мол.) з медом /(або пиріжок печен.)	60/2,5	4,7	5,2	13,6	105,8	135/5	10,7	14,1	28,4	219,5
354	Какао на цільному молоці	150	5,3	5,7	19,2	166,8	150	5,3	5,7	19,2	166,8
	Енерг. Цінність		49,3	47,5	181,7	1355,3		74,0	95,9	263,0	2113,1
	ДЕНЬ VI (понеділок)										
	СНІДАНОК										
149	Каша манна жидка на цільн. мол.з маслом	150/5	4,8	7,4	24,7	216,9	200/10	6,4	10,0	33,0	289,2
3	Бутерброд з маслом та сиром тв.	25/5/---	1,9	4,5	12,5	93,6	40/5/12	5,8	8,1	20,2	181,4
352/(354)	Кавовий напій(або какао) на цільн. мол.	150	4,9	5,3	18,6	157,9	170	5,5	5,9	21,0	179,0
к/к	Конд виробу (печиво)	10	0,8	1,3	5,2	32,2	20	1,5	2,6	10,4	64,5
	СНІДАНОК										
323/(345)	Фрукти (або яблуко печене)	30	0,1		2,9	12,9	85	0,3		8,3	36,6
	ОБІД										
75	Суп картопляний /з мясом ялов.відвар.	180/-	1,8	1,8	15,2	84,6	250/15	6,8	5,9	21,2	166,3
245/ (180Снігур)	Голубці українські (або слойні)з м'ясом ялов. або свин.	150	9,9	9,5	10,9	169,0	180	11,9	11,4	13,1	202,8
331(332)	Кисіль з замор. ягід (або свіж. яблук)	150	0,1		21,4	87,7	175	0,2		25,0	102,4
к/к	Хліб житній	20	0,9	0,1	6,9	44,8	40	1,9	0,28	13,9	89,6
	ВЕЧЕРЯ										
54-а	Ікраз буряка молодого/ філе оселедця	80/10	1,3	4,2	7,2	73,6	90/22	1,5	4,7	8,1	82,8
173	Омлет натур. на мол.	53	4,5	7,6	1,1	95	80	8,3	11,4	1,7	142,5
296	Картопля молода відварена/укроп	80/1	1,7	2,9	12,4	83,2	120/1,5	2,6	4,4	18,6	124,8
к/к	Хліб пшеничний	30	2,3	0,4	13,4	75	40	3,0	0,4	18,6	100,0
330	Компот з сух.фруктів	175	0,5		27,5	112,5	200	0,6		31,5	129,0
	Енерг. Цінність		35,5	44,6	179,9	1338,9		56,2	65,1	244,6	1890,9
	ДЕНЬ VII (вівторок)										
	СНІДАНОК										
98	Суп молочний пшоняний на цільн./мол.	190	10,3	6,9	33,2	224,0	250	13,6	9,2	43,8	294,8
к/к	Хліб пшеничний/масло верш.	25/5	1,9	4,5	12,5	93,6	40/5	2,3	4,4	19,0	137,0
к/к	Конд виробу (печиво)	15	1,1	1,9	7,8	48,3	35	2,6	4,5	18,2	112,8
350/(349)	Чай з цукром та лимоном (або чай)	150/10/5	0,1		10,2	42,0	150/10/5	0,1		10,2	42,0
	СНІДАНОК										
323	Фрукти	85	0,1		3,4	15,0	80	0,3		7,8	34,4

Л. А. Зеновська

Л. А. Зеновська

	ОБІД										
77	Суп овочевий з сметаною	180/3,6	1,5	4,6	8,6	11,2	250/5	2,1	6,4	12,0	15,6
194	Риба тушкована з овочами	30/30	6,5	4,0	3,3	72,0	50/50	10,9	6,6	5,6	120,0
298	Картопляне пюре з молоком	80	1,7	2,9	12,4	83,2	120	2,6	4,4	18,6	124,8
362	Сік	125	0,6		13,2	57,5	175	0,9		18,5	80,5
к/к	Хліб житній	20	0,9	0,1	6,9	44,8	40	1,9	0,28	13,9	89,6
	ВЕЧЕРЯ										
	Овочі натур. свіжі порціями (помід. або огір.) / укроп	70/1	2,0		0,4	11,2	85/1,5	2,4		0,5	13,6
247	Шніцель м'ясний (ялов. або свин.) натур. рубл.	50	9,6	14,9	5,8	205,3	75	14,5	23,9	8,8	308,0
295	Макарони відварені	70	2,6	2,3	16,5	98,0	95	3,5	3,1	22,5	133,0
352/(354)	Кавовий(або какао) напійна цільн. мол.	150	4,9	5,3	18,6	157,9	170	5,5	5,9	21,0	179,0
к/к	Хліб пшеничний	30	2,3	0,4	13,4	75,0	40	3,0	0,4	18,6	100,0
	Енерг. Цінність		46,1	47,5	166,2	1239,0		66,2	69,1	239,1	1785,1
	ДЕНЬ VIII (середа)										
	СНІДАНОК										
98	Суп молочний рисовий на цільн./мол.	190	9,3	6,4	31,9	217,2	250	12,3	8,6	42,0	285,8
3	Бутерброд з маслом та сиром тв.	30/-/15	5,8	4,7	15,6	130,5	40/5/12	5,8	8,1	20,2	181,4
326	Компот з свіж. яблук	150	0,1		20,9	84,7	175	0,2		24,4	98,9
	СНІДАНОК										
323/ (345)	Фрукти цитрус. (або яблуко печене)	30	0,1		2,9	12,9	80	0,3		7,8	34,4
	ОБІД										
303/(307)	Цвітна капуста відвар.(або капуста рання 2020р. тушков.)	75	1,8	2,6	7,1	61,5	90	2,2	3,2	8,6	73,8
79	Суп картопляний з пшенич. крупою	180	2,1	1,8	15,5	88,2	250	3,1	2,5	21,7	122
282/315	Птиця тушков. в соусі (індичка або кури)з овочами	35/70	8,0	9,1	11,1	164,5	60/120	15,5	15,7	19,1	282,0
334	Кисіль з сух. фруктів	170	0,3		32,4	131,8	170	0,3		32,4	131,8
к/к	Хліб житній/пшеничний	20/25	2,9	0,5	14,5	85,2	40/-	1,9	0,28	13,9	89,6
	ВЕЧЕРЯ										
169	Яйце варене	-					1/2 шт.	2,6	2,3	0,2	31,5
180	Вареники ліниві з маслом	105/5	14,7	11,8	15,4	240,4	140/7	21,0	16,0	20,5	310,6
358/(357)	Кисломол. прод.(або молоко кип'яч.)	170	5,1	10,2	7,0	145,0	150	4,5	9,0	6,2	128,0
к/к	Хліб пшеничний	-					40	3,0	0,4	18,6	100,0
	Енерг. Цінність		50,2	46,9	174,3	1361,9		72,6	66,1	235,6	1869,8
	ДЕНЬ IX (четвер)										
	СНІДАНОК										
97	Суп мол. з макаронами на цільн./мол.	190	9,3	5,6	16,1	170,6	250	12,3	7,6	21,3	224,5
3	Хліб пшеничний/масло верш.	25/5	1,9	2,5	12,5	93,6	40/5	2,3	4,4	19,0	137,0
350/(349)	Чай з цукром та лимоном (або чай)	150/10/5			10,2	42,0	150/10/5	0,1		10,2	42,0
к/к	Конд вироб (печиво)	-					20	1,5	2,6	10,4	64,5

	СНІДАНОК										
323/(345)	Фрукти (або яблуко печене)	30	0,1		2,9	12,9	85	0,3		8,3	36,6
	ОБІД										
55/(54)	Ікра овочева (з свіжих овочів) / або з свіжих кабачків	80	1,3	1,6	7,3	50,4	95	1,6	1,9	8,7	59,9
60	Борщ з картоплею/ сметана	180/3,6	1,7	4,4	10,2	89,7	250/8	2,5	6,8	14,2	131,0
285	Котлета рубл.з м'яса птиці (індиче або курине)	45	8,8	6,1	8,0	122,4	75	14,7	10,2	13,4	204,0
298	Картопляне пюре з молоком	80	1,7	2,9	12,4	83,2	120	2,6	4,4	18,6	124,8
331(332)	Кисіль з замор. ягід (або свіж. яблук)	150	0,1		21,4	87,7	175	0,2		25,0	102,4
к/к	Хліб житній/пшенич.	20/25	2,9	0,5	14,5	85,2	40/30	4,2	0,6	28,5	164,6
	ВЕЧЕРЯ										
182	Сирники з медом	100/2,5	16,8	11,0	20,2	263,15	125/5	21,0	14,5	29,3	335,1
358/(357)	Кисломол. прод.(або молоко кип'яч.)	170	5,1	10,2	7,0	145,0	150	4,5	9,0	6,2	128,0
	Енерг. Цінність		49,8	44,6	142,7	1245,9		67,8	62,0	213,1	1754,2
	ДЕНЬ Х (п'ятниця)										
	СНІДАНОК										
54-а	Ікра овочева (з молод. буряка або моркви)	80	1,3	4,2	7,2	73,6	95	1,6	4,7	8,6	87,4
287	Фрикадельки з м'яса птиці (індиче або курине)	60	6,8	15,2		143,5	65	7,4	16,5		155,5
291	Каша пшенич. в'язка	70	2,1	2,2	12,0	77,0	95	2,9	3,0	16,3	104,5
362	Сік	125	0,6		13,2	57,5	175	0,9		18,5	80,5
к/к	Хліб пшеничний	30	2,3	0,4	13,4	75,0	40	3,0	0,4	18,6	100,0
	СНІДАНОК										
323/(345)	Фрукти (або яблуко печене)	35	0,1		3,4	15,0	100	0,4		9,8	43,0
	ОБІД										
81	Суп картопляний з горохом/ з птицею відварен.	180/-	4,3	3,3	14,9	108,0	250/20	10,1	6,34	20,9	150,0
205	Товченики рибні	40	6,0	1,9	3,6	58,8					
206	або Ковбаска рибна						75	11,3	20,4	3,7	244,5
128/Снігур	Рагу з свіжих овочів	75	1,6	4,3	8,9	81,0	100	2,1	5,7	11,9	108,0
330	Компот з сух.фруктів	175	0,5		27,5	112,5	200	0,6		31,5	129,0
к/к	Хліб житній	20	0,9	0,1	6,9	44,8	40	1,9	0,28	13,9	89,6
	ВЕЧЕРЯ										
98	Суп мол. гречаний на цілн./мол.	190	10,3	6,9	33,2	224,0	250	13,6	9,2	43,8	294,8
к/к	Хліб пшеничний/масло верш.	25/-	1,9	0,3	11,1	62,0	40/8	3	10,5	19,2	159,2
371	Оладки (на мол.) з медом / (або пиріжок печен.)	75/2,5	5,9	7,8	16,7	121,3	150/5	11,9	15,7	31,6	243,8
351	Чай з молоком	150	1,1	1,2	13,0	67,0	150	1,1	1,2	13,0	67,0
	Енерг. Цінність		45,7	47,5	185,0	1321,0		71,8	93,9	261,2	2056,8
	Разом за 10 днів		465,6	455,9	1690,3	13050,3		581,4	716,5	2396,9	18847,7
	Середня 1 день		46,6	45,6	169,0	1305,0		68,1	71,7	239,7	1884,8

Меню склав головний інженер - технолог  Данилюк Н.І.