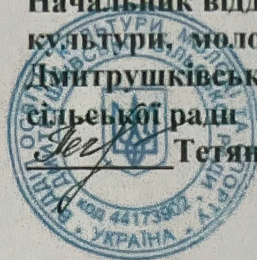


Погоджую  
 Начальник Уманського  
 управління головного  
 управління ДПСС  
 В Черкаській області  
 Лариса КАЧАНОВА

31.08.2023

Затверджую  
 Начальник відділу освіти,  
 культури, молоді та спорту  
 Дмитрушківської  
 сільської ради  
 Тетяна ПЕЧОНКІНА



### Примірне меню

для закладів загальної середньої освіти на осінній період 2023-2024 навчального року  
 для ГПД (полудник) 6-11 років

Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11 років				
	Вихід,г	525-630	18-21	17-21	73-88
2	3	4	5	6	7
		Енерго- цінність, ккал	Білки, г	Жири,г	Вугле-води, г
<b>1-й тиждень</b>					
<b>Понеділок</b>					
Морква з соусом вінігрет	100	66,7	1,0	3,6	7,5
Плов з курячим м'ясом	180	279,81	11,92	12,01	30,29
Чай без цукру з лимоном	200	2,26	0,06	0,01	0,20
Хліб ц.з.	30	71,00	1,80	2,40	11,25
Фрукти сезонні	100	89,00	1,50	0,10	21,80
Всього	610	508,78	16,29	18,15	70,99
<b>Вівторок</b>					
Салат з томатів з маринованою цибулею	100	33,84	0,60	1,90	3,70
Рулети яєчні з сиром твердим	60/15	149,50	9,03	12,00	1,12
Макарони відв. з маслом вершковим	120/3	161,30	4,20	3,34	27,95
Хліб ц.з.	30	71,00	1,80	2,40	11,25
Узвар з суміші сухофруктів	200	107,70	0,30	0,90	24,90
Фрукти сезонні	100	40	0,90	0,30	8,70
Всього	465	529,50	16,23	18,94	73,92
<b>Середа</b>					
Салат з капусти огірків і кропу	100	57,46	1,74	3,01	5,34
Рибні стіки	60	112,2	10,8	1,9	15,2
Соус «кетчуп»	25	13,2	0,3	0,0	3,0
Відварена картопля	120/3	139,3	2,1	6,5	17,9
Сир тв.	15	52,95	3,45	4,35	0
Сік	200	98,70	1,20	0	22,50
Фрукти сезонні	100	45,00	0,40	0,40	10,40
Всього	500	18,8	20,0	16,2	74,3
<b>Четвер</b>					
Ікра з буряка	100	61,90	1,79	0,09	29,27
Гречка з маслом вершковим	120/3	115,92	3,72	2,88	18,60