

ПОГОДЖЕНО

Заступник начальника управління –  
начальник Тростянецького відділу  
безпеки харчових продуктів та  
ветеринарної медицини Охтирського

управління Головного управління

Держпродспоживслужби

в Сумській області

Сергій ШАПОВАЛ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник відділу освіти

Боромлянської сільської ради

Світлана КАСЬЯНЕНКО

05.01.2022

#### 4-Х ТИЖНЕВЕ МЕНЮ

ліцею Боромлянської сільської ради  
5-9 класи на зимовий період 2022 року

#### І ТИЖДЕНЬ

№	Назва страви	Але рген	Вихід	Ціна	Білки	Жири	Вуглевод и	Ккалорії
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>ПОНЕДІЛОК</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп рисовий	МП ЗП	1/250	1,04	3,1	2,5	27,7	122
2	Кус-кус розсипчастий	МП Л ЗП	1/150	6,65	5,8	3,3	33,0	195,1
3	Яйце варене	Я	1/1	3,81	5,5	11,7	1,1	132
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
5	Сік		1/200	5,15	0,6	0	0	151
6	Фрукти		1/100	5,20	0,8	0,2	9,0	38
7	Салат з морквою та твердим сиром	МП Л	1/100	1,65	4,57	7,17	7,88	112,16
				<b>24,03</b>	<b>22,65</b>	<b>27,87</b>	<b>92,74</b>	<b>819,56</b>
<b>ВІВТОРОК</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп перловий з томатною пастою	МП ЗП	1/250	1,51	3,0	6,0	15,25	127
2	Куліш з курячим м'ясом	МП Л ЗП	1/250	15,95	21,7	16,9	37,0	375,1
3	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
4	Какао на молоці	МП Л	1/200	3,23	6,11	5,5	9,85	112,48
5	Фрукти		1/100	5,20	0,8	0,2	9,0	38



1	2	3	4	5	6	7	8	9
6	Ікра бурякова		1/75	1,30	3,86	10,89	19,39	191,27
				<b>27,72</b>	<b>37,75</b>	<b>42,49</b>	<b>104,55</b>	<b>913,15</b>
<b>СЕРЕДА</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп гороховий	МП	1/250	1,50	5,5	5,5	19,2	161,8
2	Макарони відварені	МП	1/150	2,15	5,6	5,0	46,2	210
3	Курка по італійські		1/85	15,45	17,2	3,5	1,5	105,4
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
5	Узвар		1/200	1,09	0,3	0,9	24,9	107,7
6	Фрукти		1/100	5,20	0,8	0,2	9,0	38
7	Салат з капостою, морквою та сметаною	МП Л	1/100	2,77	1,37	3,21	7,06	64,03
				<b>28,69</b>	<b>33,05</b>	<b>21,31</b>	<b>121,92</b>	<b>756,23</b>
<b>ЧЕТВЕР</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп пшеничний	МП ЗП	1/250	0,71	0,31	2,5	21,7	122
2	Картопляне пюре	МП	1/150	1,26	3,2	5,6	23,3	157
3	Смажена риба	Р Г	1/90	9,14	14,6	7	3,5	171
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
5	Твердий сир	МН	1/20	2,77	5,14	6,6	0	81,62
6	Чай з каркаде		1/200	0,67	0,6	0	21,0	10,0
7	Фрукти		1/100	5,20	0,4	0,4	11,8	52,4
8	Салат з капусти		1/100	0,50	1,13	3,47	3,05	47,96
				<b>20,78</b>	<b>27,67</b>	<b>26,35</b>	<b>98,41</b>	<b>711,28</b>
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп пшоняний	МП ЗП	1/250	0,70	2,2	5,4	14,2	115
2	Запіканка з творогу	МП Я Л Г	1/100	18,00	17,64	16,4	16,16	286,3
3	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
4	Узвар		1/200	1,09	0,3	0,9	24,9	107,7
5	Фрукти		1/100	5,20	0,4	0,4	11,8	52,4
6	Салат з капусти		1/100	0,50	1,13	3,47	3,05	47,96
				<b>26,02</b>	<b>23,95</b>	<b>29,57</b>	<b>84,17</b>	<b>678,60</b>



**4-Х ТИЖНЕВЕ МЕНЮ**  
ліцею Боромлянської сільської ради  
5-9 класи

**II ТИЖДЕНЬ**

№	Назва страви	Але рген	Вихід	Ціна	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккалорії
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>ПОНЕДІЛОК</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп гречаний	МП ЗП	1/250	1,04	2,5	2,6	16,8	102
2	Запіканка з творогу зі сметаною	МП Я Л Г	1/100	18,00	17,64	16,4	16,16	286,3
3	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
4	Чай з каркаде		1/200	0,67	0,6	0	21,0	10,0
5	Фрукти		1/100	5,20	0,8	0,2	9,0	38
6	Салат з капусти		1/100	0,50	1,13	3,47	3,05	47,96
				<b>25,94</b>	<b>24,95</b>	<b>25,67</b>	<b>80,07</b>	<b>553,56</b>
<b>ВІВТОРОК</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп гороховий	МП	1/250	1,50	5,5	5,5	19,2	161,8
2	Плов з курячим м'ясом	ЗП	1/250	16,07	20,72	16,69	42,07	388,62
3	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
4	Узвар		1/200	1,09	0,3	0,9	24,9	107,7
5	Фрукти		1/100	5,20	0,37	0,4	13,00	57
6	Салат з морквою та твердим сиром	МП	1/100	1,65	4,57	7,17	7,88	112,16
				<b>26,04</b>	<b>33,74</b>	<b>33,66</b>	<b>121,11</b>	<b>897,05</b>
<b>СЕРЕДА</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп рисовий	МП ЗП	1/250	0,76	2,1	2,4	18,3	104
2	Каша пшенична	МП Л Г ЗП	1/150	1,50	6,0	3,0	31,5	179,1
3	Курка тушкована в соусі		1/100	15,26	21,7	5,06	3,63	157,15
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
5	Какао на молоці	МП Л	1/200	3,23	6,11	5,5	9,85	112,48
6	Фрукти		1/100	5,20	0,37	0,4	13	57

1	2	3	4	5	6	7	8	9
7	Салат з капустою та морквою		1/100	0,50	1,13	3,47	3,05	47,96
				26,98	39,69	22,83	93,39	726,99
<b>ЧЕТВЕР</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп гороховий	МП	1/250	1,50	8,4	4,7	20	158
2	Картопляне пюре	МП	1/150	1,26	3,2	5,6	23,3	157
3	Риба тушкована з овочами	Р Г	1/90	8,90	12,7	4,2	2,5	91,3
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
5	Твердий сир	МП	1/20	2,77	5,14	6,6	0	81,62
6	Узвар		1/200	1,09	0,3	0,9	24,9	107,7
7	Фрукти		1/100	5,20	0,37	0,4	13	57
8	Салат з капусти та зеленим горошком		1/100	1,52	1,98	3,65	6,21	67,98
				22,77	33,43	27,05	97,00	740,23
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Борщ із сметаною	МП	1/250	2,80	3,0	6,6	25,9	171,7
2	Макарони відварені	МП	1/150	2,15	5,6	5,0	46,2	210
3	Омлет	МП Л Я	1/53/5	4,37	6,72	6,64	2,29	95,30
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
5	Сік		1/200	5,15	0,6	0	0	151
6	Фрукти		1/100	5,20	0,4	0,4	11,8	52,4
7	Салат з буряка з олією		1/100	0,60	1,55	3,19	9,23	69,25
				20,80	20,15	24,83	109,48	818,96



**4-Х ТИЖНЕВЕ МЕНЮ**  
ліцею Боромлянської сільської ради  
5-9 класи

**ІІІ ТИЖДЕНЬ**

№	Назва страви	Але рген	Вихід	Ціна	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккалорії
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>ПОНЕДІЛОК</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп гороховий	МП	1/250	1,50	5,9	4,7	20,7	150,0
2	Рис відварний	МП Л ЗП	1/150	2,80	4,6	3,6	37,7	204,5
3	Яйце варене	Я	1/1	3,81	5,5	11,7	1,1	132
3	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
4	Сік		1/200	5,15	0,6	0	0	151
5	Фрукти		1/100	5,20	0,8	0,2	9,0	38
6	Салат з моркви, твердого сиру, сметани	МП Л	1/100	1,65	2,08	4,25	2,7	57,45
				<b>20,64</b>	<b>21,76</b>	<b>27,45</b>	<b>85,26</b>	<b>802,25</b>
<b>ВІВТОРОК</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп пшоняний	МП ЗП	1/250	0,68	2,2	5,4	14,2	115
2	Плов з курячим м'ясом	ЗП	1/200	16,07	20,72	16,69	42,07	388,62
3	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
4	Какао на молоці	МП	1/200	3,23	6,11	5,5	9,85	112,48
5	Фрукти		1/100	5,20	0,37	0,4	13,00	57
6	Салат з капусти		1/100	0,50	1,13	3,47	3,05	47,96
				<b>26,21</b>	<b>32,81</b>	<b>34,46</b>	<b>96,23</b>	<b>790,36</b>
<b>СЕРЕДА</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Борщ із сметаною	МП	1/250	2,80	3,0	6,6	25,9	171,7
2	Булгур	Г ЗП	1/150	2,76	4,7	4,8	27,9	165,0
3	Шпундра з куркою	МП Л	1/150	15,27	23,4	6,5	15,1	213,0
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
5	Узвар		1/200	1,09	0,3	0,9	24,9	107,7
6	Фрукти		1/100	5,20	0,37	0,4	13	57

1	2	3	4	5	6	7	8	9
7	Салат з буряка зі сметаною	МП	1/100	1,52	1,82	3,37	8,63	71,63
				29,17	35,87	25,57	129,49	855,32
<b>ЧЕТВЕР</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп рисовий	МП ЗП	1/250	0,76	2,1	2,4	18,3	104
2	Картопляне пюре	МП	1/150	1,26	3,2	5,6	23,3	157
3	Риба смажена	Р Г	1/90	9,14	14,6	7	3,5	171
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
5	Твердий сир	МП	1/20	2,77	5,14	6,6	0	81,62
6	Чай каркаде		1/200	0,67	0,6	0	21,0	10,0
7	Фрукти		1/100	5,20	0,37	0,4	13	57
				20,33	28,29	25,0	93,16	649,92
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп перловий з томатною пастою	МП ЗП	1/250	1,51	3,0	6,0	15,25	127,0
2	Запіканка з творогу	МП Я Л Г	1/100	18,0	17,64	16,4	16,16	286,3
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
5	Узвар		1/200	1,09	0,3	0,9	24,9	107,7
6	Фрукти		1/100	5,20	0,37	0,4	13	57
7	Салат з капусти		1/100	0,50	1,13	3,47	3,05	47,96
				26,83	24,72	30,17	86,42	695,34



**4-Х ТИЖНЕВЕ МЕНЮ**  
ліцею Боромлянської сільської ради  
5-9 класи

**IV ТИЖДЕНЬ**

№	Назва страви	Але рген	Вихід	Ціна	Білки	Жири	Вуглеводи	Ккалорії
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>ПОНЕДІЛОК</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп гороховий	МП	1/250	1,50	5,5	5,5	19,2	161,8
2	Запіканка з тварогу	МП Я Л Г	1/100	18,00	17,64	16,4	16,16	286,3
3	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
4	Чай каркаде		1/200	0,67	0,6	0	21,0	10,0
5	Фрукти		1/100	5,20	0,4	0,4	11,8	52,4
6	Салат з капусти		1/100	0,50	1,13	3,47	3,05	47,96
				<b>26,40</b>	<b>27,55</b>	<b>28,77</b>	<b>85,27</b>	<b>627,76</b>
<b>ВІВТОРОК</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп рисовий	МП ЗП	1/250	0,76	2,1	2,4	18,3	104
2	Каша пшенична	МП Л Г ЗП	1/150	1,50	6,0	3,0	31,5	179,1
3	Чахохбілі з куркою	Г	1/150	16,26	22,8	6,7	7,9	189,4
3	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
4	Узвар		1/200	1,09	0,3	0,9	24,9	107,7
5	Фрукти		1/100	5,20	0,37	0,4	13,00	57
6	Салат з моркви, твердого сиру та сметани	МП Л	1/100	1,65	2,08	4,25	2,7	57,45
				<b>26,99</b>	<b>35,93</b>	<b>20,65</b>	<b>112,36</b>	<b>764,95</b>
<b>СЕРЕДА</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп пшоняний	МП ЗП	1/250	0,68	2,2	5,4	14,2	115
2	Каша гречана	МП ЗП	1/150	4,04	8,8	6,6	45,1	278
3	Курячі нагетси	МП Я Л Г	1/125	15,84	22,1	11,3	26,0	273,0
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3

1	2	3	4	5	6	7	8	9
5	Какао на молоці	МП	1/200	3,23	6,11	5,5	9,85	112,48
6	Фрукти		1/100	5,20	0,37	0,4	13	57
7	Салат з капусти		1/100	0,50	0,73	1,05	3,18	25,01
				<b>30,02</b>	<b>42,59</b>	<b>33,25</b>	<b>125,39</b>	<b>929,79</b>
<b>ЧЕТВЕР</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Суп пшеничний	МП ЗП	1/250	0,71	0,31	2,5	21,7	122
2	Картопляне пюре	МП	1/150	1,26	3,2	5,6	23,3	157
3	Стіки рибні	Р Г Я	3/105	11,04	16,1	2,8	22,7	168,2
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
5	Твердий сир	МП	1/20	2,77	5,14	6,6	0	81,62
6	Узвар		1/200	1,09	0,3	0,9	24,9	107,7
7	Фрукти		1/100	5,20	0,37	0,4	13	57
8	Салат з капусти		1/100	0,50	0,73	1,05	3,18	25,01
				<b>23,10</b>	<b>28,43</b>	<b>22,85</b>	<b>122,84</b>	<b>787,83</b>
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>								
<b>Сніданок</b>								
1	Борщ зі сметаною	МП	1/250	2,80	3,0	6,6	25,9	171,7
2	Булгур	Г ЗП	1/150	2,76	4,7	4,8	27,9	165,2
3	Омлет	МП Я Г	1/53/5	4,37	6,72	6,64	2,29	95,30
4	Хліб	Г	1/30	0,53	2,28	3,0	14,06	69,3
5	Сік		1/200	5,15	0,6	0	0	151
6	Фрукти		1/100	5,20	0,8	0,2	9,0	38,0
7	Салат з буряка зі сметаною	МП	1/100	1,52	1,82	3,37	8,63	71,63
				<b>22,93</b>	<b>21,47</b>	<b>27,8</b>	<b>97,01</b>	<b>831,38</b>

Середня вартість харчування – 24,92 29,57 27,42 96,96 758,40

Склав бухгалтер

У меню додані страви зі збірника рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах, Клопотенко Євген Вікторович суп з перловою крупою та томатом, чахохбілі з куркою, чай, масала, салат з капустию з олією, салат з моркви та твердим сиром



Інформація  
про вміст речовин та готові страви/вироби, які призводять до алергічних  
реакцій або непереносимості:

Індекс алергену або непереносимої речовини	Розшифровка індексів алергенів або непереносимих речовин
Г	глютен або його сліди
ЗП	злакові продукти
Л	лактоза
МП	молочні продукти
Р	риба
Я	яйця

№	Назва продукту	Алерген	Енергетична цінність	Білок	Жири	Вуглеводи	Калорії
Середній вміст							
1	Супи розведені	МП	1/250	1,08	3,1	5,5	122
2	Кур-кур (розморожений)	Я	1/250	6,65	5,3	3,3	140,3
3	М'ясо варене	Я	1/1	4,81	3,5	11,3	132
4	Хліб	Г	1/30	6,33	2,28	3,0	14,06
5	Біло	Г	1/100	4,15	0,8	0	151
6	Фрукти	Г	1/100	3,20	0,8	0,2	9,0
7	Салат з вареного та тваринного салону	МП Л	1/100	7,85	4,57	7,17	112,16
				14,83	11,65	21,87	92,74
ВІДГОТОВКА							
Середній вміст							
1	Супи перші з заморожених овочів	МП ЗП	1/250	1,31	3,0	5,0	15,25
2	Жульєн з курячим м'ясом	МП Я ЗП	1/250	10,95	21,7	16,0	375,3
3	Хліб	Г	1/30	6,33	2,28	3,0	14,06
4	Хліб з маком	МП Л	1/200	3,23	6,11	3,5	9,35
5	Фрукти	Г	1/100	3,20	0,8	0,2	9,0