«ПОГОДЖЕНО» **Начальник управління Державного нагляду за дотриманням санітарного законодавства головного управління Держпродспоживслужби** **В Дніпропетровській області** **О.Г. Губський** **2021 рік**	**«ЗАТВЕРДЖЕНО»** **Директор** **ТОВ «Контракт Продрезерв 5»** **Г.О. Авілко** **2021 рік**

Примірне чотиритижневе сезонне меню обідів для організації харчування у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 Додаток 5 до норм) (зі змінами)

1 ТИЖДЕНЬ

Загальне меню 1 тиждень	Вікова група		
ПОНЕДІЛОК	**від 6 до 11 років**	**від 11 до 14 років**	**від 14 до 18 років**
Обід	**Вихід, г**	**Вихід, г**	**Вихід, г**
Овочі різні свіжі (редис, огірки тощо)	**25**	**25**	**25**
Борщ український зі сметаною (Г, ЗП, Л, МП)	**250/10**	**250/10**	**250/10**
Котлети з яловичини або свинини запечені (Г, ЗП, Л, МП)	**95**	**135**	**160**
Паста з сиром твердим з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	**120/10/1,5**	**150/10/1,5**	**150/10/2**
Компот зі свіжих та заморожених фруктів	**200**	**200**	**200**
Фрукти свіжі (по сезону)	**60**	**60**	**60**
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	**30**	**50**	**50**

ВІВТОРОК	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Морква по-корейськи (власного виробництва)	60	60	55
Суп картопляний з бобовими	250	250	250
Свинина, тушкована з пшоном з маслом вершковим (ЗП, Л, МП)	50/120/3,5	70/150/4,5	80/150/5,5
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
СЕРЕДА	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з червоноголової капусти та яблук	30	30	30
Суп з овочів зі сметаною (Л, МП)	250/25	250/25	250/25
Шашлик "Ювілейний" з курячого м'яса запечений (Г, ЗП)	90	130	150
Картопля тушкована з маслом вершковим (Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
або Пюре картопляне з маслом вершковим (Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот зі свіжих плодів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	60	60	60
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
ЧЕТВЕР	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з відварених буряків	35	30	30
Суп картопляний з яйцями перепелиними (Я)	250/2 шт.	250/2 шт.	250/2 шт.
Рис по-пекінськи з маслом вершковим (ЗП, Л, МП, Я)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот із заморожених фруктів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	80	80	80
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
П'ЯТНИЦЯ	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з кабачків свіжих з кунжутом (К)	70	70	70
Суп картопляний з крупою пшоняною (ЗП)	250	250	250
М'ясо (свинина або яловичина), тушковане в сметані (Л, МП)	40/50	60/50	75/50
Сочевиця відварена з маслом вершковим (Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5

Компот зі свіжих плодів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	60	60	60
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50

Виконання НОРМ споживання основних груп харчових продуктів на обід згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню для організації харчування у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 Додаток 5 до норм) (зі змінами)

(1-й тиждень)

Найменування основних груп харчових продуктів	Вікова група від 6 до 11 років		% виконання	Вікова група від 11 до 14 років		% виконання	Вікова група від 14 до 18 років		% виконання
	НОРМА	ФАКТ		НОРМА	ФАКТ		НОРМА	ФАКТ	
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г Квашені овочі квашені овочі можуть пропонуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень, г	500	482,88	97	500	495,65	99	500	493,13	99
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	500	500	100	500	496	99	500	496	99
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолоджувачів, г	25	25	100	25	25	100	25	25	100
Крупи, (готова каша), 120г/150г/150г порція		240			300			300	
Макаронні (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій	4	4	100	4	4	100	4	4	100

Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	100	1	1	100	1	1	100
Хліб цільнозерновий, г	150	150	100	250	250	100	250	250	100
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порції без шкіри та кісток, г	70	70,2	100	100	101,4	101	120	117	98
Свинина, телятина, яловичина охолоджена/заморожена, нежирні (менше 15 г жиру на 100 г м'яса), г	210	210,7	100	300	303,1	101	360	361,3	100
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.	1	1	100	1	1	100	1	1	100
Сир твердий, норма 15г		10=0,67 порції			10=0,67 порції			10=0,67 порції	
Сметана 21% жирності, норма 25г		60=2,4 порції			60=2,4 порції			60=2,4 порції	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій	3	3,07	102	3	3,07	102	3	3,07	102
Масло вершкове масло вершкове, що містить не менше ніж 72 відсотки жиру, г	17,5	17,5	100	22,5	22,5	100	27,5	27,37	100
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	50	48,87	98	55	56,33	102	60	59,41	99
Сіль використовується лише йодована сіль, г	8,75	7,99	91	13,13	8,91	68	13,13	9,1	69
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	50	42,75	86	50	41,27	83	50	41,02	82

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню обідів у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305) (зі змінами)

(1-й тиждень)

Вікова група від 6 до 11 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієнтовна Норма (обід)	21-25	21-24	88-103	630-735
Факт середньоденний	25,28	31,21	93,28	755,12
Вікова група від 11 до 14 років	**Білки, г**	**Жири, г**	**Вуглеводи, г**	**Ккал**
Орієнтовна Норма (обід)	25-29	25-29	98-114	720-840
Факт середньоденний	33,16	39,48	109,64	926,54
Вікова група від 14 до 18 років	**Білки, г**	**Жири, г**	**Вуглеводи, г**	**Ккал**
Орієнтовна Норма (обід)	27-32	27-32	112-131	810-945
Факт середньоденний	35,86	43,97	110,63	981,69

Примітка: згідно з Постановою КМУ від 23.04.2021р. №305 пункт 7 "У разі дотримання добової калорійності раціону та калорійності раціону за окремими прийомами їжі розрахунок кількості білків, жирів та вуглеводів не проводиться".

2 ТИЖДЕНЬ

Загальне меню 2 тиждень	Вікова група		
ПОНЕДІЛОК	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Борщ буряковий зі сметаною (Л, МП)	250/25	250/25	250/25
Гуляш з яловичини або свинини (Г, ЗП)	50/50	70/50	80/50
Макаронні вироби відварні з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот із заморожених фруктів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	80	80	80
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50

ВІВТОРОК	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з редису з яйцем (Я)	100	100	100
Суп круп'яний гречаний з яйцями перепелиними (Я)	250/2 шт.	250/2 шт.	250/2 шт.
Пюре з квасолі з маслом вершковим (Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот зі свіжих плодів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	60	60	60
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
СЕРЕДА	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат зі свіжих огірків	80	80	80
Суп картопляний з галушками зі сметаною (Г, ЗП, Л, МП, Я)	250/25	250/25	250/25
Котлети особливі запечені (Г, ЗП)	80	120	150
Каша пшенична грузла з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Кисіль апельсиновий	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	60	60	60
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
ЧЕТВЕР	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з кабачками свіжими та яблуками	30	30	30
Борщ з капустою та картоплею зі сметаною (Л, МП)	250/25	250/25	250/25
Нагетси курячі запечені з соусом "Кетчуп" (Г, ЗП, Я)	85/35	125/35	150/35
Каша кукурудзяна грузла з маслом вершковим (ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот із заморожених фруктів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	70	70	70
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
П'ЯТНИЦЯ	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат із моркви з селерою (С)	25	20	20
Суп "Селянський" з крупою ячною (Г, ЗП)	250	250	250
Рагу зі свинини з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	50/120/3,5	70/150/4,5	85/150/5,5
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200

Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50

Виконання НОРМ споживання основних груп харчових продуктів на обід згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню для організації харчування у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 Додаток 5 до норм) (зі змінами)

(2-й тиждень)

Найменування основних груп харчових продуктів	Вікова група від 6 до 11 років		% виконання	Вікова група від 11 до 14 років		% виконання	Вікова група від 14 до 18 років		% виконання
	НОРМА	ФАКТ		НОРМА	ФАКТ		НОРМА	ФАКТ	
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г Квашені овочі квашені овочі можуть пропонуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень, г	500	499,56	100	500	501,29	100	500	501,29	100
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	500	500	100	500	500	100	500	500	100
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолоджувачів, г	25	25	100	25	25	100	25	25	100
Крупи, (готова каша), 120г/150г/150г порція		240			300			300	
Макаронні (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій	4	4	100	4	4	100	4	4	100

Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	100	1	1	100	1	1	100
Хліб цільнозерновий, г	150	150	100	250	250	100	250	250	100
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порції без шкіри та кісток, г	70	68	97	100	100	100	120	120	100
Свинина, телятина, яловичина охолоджена/заморожена, нежирні (менше 15 г жиру на 100 г м'яса), г	210	208	99	300	297,6	99	360	357,4	99
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.	1	1	100	1	1	100	1	1	100
Сир твердий, норма 15г									
Сметана 21% жирності, норма 25г		75=3 порції			75=3 порції			75=3 порції	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій	3	3	100	3	3	100	3	3	100
Масло вершкове масло вершкове, що містить не менше ніж 72 відсотки жиру, г	17,5	17,5	100	22,5	22,5	100	27,5	27,5	100
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	50	44,55	89	55	50,02	91	60	53,16	98
Сіль використовується лише йодована сіль, г	8,75	6,31	72	13,13	7,07	54	13,13	7,89	60
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	50	41,5	83	50	41,25	83	50	41,25	83

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню обідів у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305) (зі змінами)
(2-й тиждень)

Вікова група від 6 до 11 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієнтовна Норма (обід)	21-25	21-24	88-103	630-735
Факт середньоденний	23,72	30,77	90,39	733,38
Вікова група від 11 до 14 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієнтовна Норма (обід)	25-29	25-29	98-114	720-840
Факт середньоденний	31,56	38,88	107,13	904,7
Вікова група від 14 до 18 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієнтовна Норма (обід)	27-32	27-32	112-131	810-945
Факт середньоденний	34,73	43,85	109,22	970,42

Примітка: згідно з Постановою КМУ від 23.04.2021р. №305 пункт 7 "У разі дотримання добової калорійності раціону та калорійності раціону за окремими прийомами їжі розрахунок кількості білків, жирів та вуглеводів не проводиться".

3 ТИЖДЕНЬ

Загальне меню 3 тиждень	Вікова група		
ПОНЕДІЛОК	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з кабачків свіжих з морквою	70	70	70
Суп-харчо (ЗП)	250	250	250
Биточки з яловичини або свинини запечені (Г, ЗП, Л, МП)	95	135	160
Каша пшенична грузла з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
ВІВТОРОК	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років

Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Морква по-корейськи (власного виробництва)	50	50	50
Яйця курячі варені (Я)	0,5 шт.	0,5 шт.	0,5 шт.
Суп з овочів з яйцями перепелиними зі сметаною (Л, МП, Я)	250/2 шт./25	250/2 шт./25	250/2 шт./25
Картопля з куркумою запечена з маслом вершковим (Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот із заморожених фруктів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	80	80	80
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
СЕРЕДА	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Борщ український зі сметаною (Г, ЗП, Л, МП)	250/25	250/25	250/25
Гуляш з відвареної яловичини (Г, ЗП)	45/50	60/50	75/50
Каша пшоняна грузла з маслом вершковим (ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот зі свіжих плодів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	60	60	60
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
ЧЕТВЕР	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з білоголової капусти свіжої з морквою та кукурудзою (ЗП)	75	60	55
Суп гороховий з грінками (Г, ЗП)	250/10	250/10	250/10
Тюфтельки з м'яса курячого з овочами (Г, ЗП, Я)	105	150	180
Паста з сиром твердим з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/15/3,5	150/15/4,5	150/15/5,5
Компот зі свіжих та заморожених фруктів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	60	60	60
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	20	40	40
П'ЯТНИЦЯ	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з буряком з селерою (С)	50	50	50
Мінестроне (С)	250	250	250
Котлети зі свинини або яловичини запечені (Г, ЗП)	95	135	160
Каша вівсяна грузла з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Кисіль з яблук свіжих	200	200	200

Фрукти свіжі (по сезону)	70	70	70
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50

Виконання НОРМ споживання основних груп харчових продуктів на обід згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню для організації харчування у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 Додаток 5 до норм) (зі змінами)

(3-й тиждень)

Найменування основних груп харчових продуктів	Вікова група від 6 до 11 років		% виконання	Вікова група від 11 до 14 років		% виконання	Вікова група від 14 до 18 років		% виконання
	ФАКТ	НОРМА		ФАКТ	НОРМА		ФАКТ	НОРМА	
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г									
Квашені овочі квашені овочі можуть пропонуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень, г	500	492,87	99	500	489,22	98	500	491,23	98
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	500	500	100	500	500	100	500	500	100
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолоджувачів, г	25	25	100	25	25	100	25	25	100
Крупи, (готова каша), 120г/150г/150г порція		360			450			450	
Макаронні (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порція									

ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій	**4**	**4**	**100**	**4**	**4**	**100**	**4**	**4**	**100**
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція		**120**			**150**			**150**	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	**1**	**1**	**100**	**1**	**1**	**100**	**1**	**1**	**100**
Хліб цільнозерновий, г	**150**	**150**		**250**	**250**		**250**	**250**	
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порції без шкіри та кісток, г	**70**	**68,79**		**100**	**98,28**		**120**	**117,93**	
Свинина, телятина, яловичина охолоджена/заморожена, нежирні (менше 15 г жиру на 100 г м'яса), г	**210**	**213,5**		**300**	**297**		**360**	**365,7**	
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.	**1**	**1**		**1**	**1**		**1**	**1**	
Сир твердий, норма 15г		**15=1 порції**			**15=1 порції**			**15=1 порції**	
Сметана 21% жирності, норма 25г		**50=2 порції**			**50=2 порції**			**50=2 порції**	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій	**3**	**3**	**100**	**3**	**3**	**100**	**3**	**3**	**100**
Масло вершкове масло вершкове, що містить не менше ніж 72 відсотки жиру, г	**17,5**	**17,5**	**100**	**22,5**	**22,5**	**100**	**27,5**	**27,5**	**100**
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	**50**	**48,53**		**55**	**53,4**		**60**	**56,2**	

			97			97			94
Сіль використовується лише йодована сіль, г	8,75	8,28	94	13,13	9,33	71	13,13	9,75	74
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	50	44,75	90	50	44	88	50	43,75	88

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню обідів у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305) (зі змінами)
(3-й тиждень)

Вікова група від 6 до 11 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієнтовна Норма (обід)	21-25	21-24	88-103	630-735
Факт середньоденний	24,38	30,82	96,66	761,59
Вікова група від 11 до 14 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієнтовна Норма (обід)	25-29	25-29	98-114	720-840
Факт середньоденний	31,52	38,06	113,37	922,05
Вікова група від 14 до 18 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієнтовна Норма (обід)	27-32	27-32	112-131	810-945
Факт середньоденний	34,84	43	115,68	989,09

Примітка: згідно з Постановою КМУ від 23.04.2021р. №305 пункт 7 "У разі дотримання добової калорійності раціону та калорійності раціону за окремими прийомами їжі розрахунок кількості білків, жирів та вуглеводів не проводиться".

4 ТИЖДЕНЬ

Загальне меню 4 тиждень	Вікова група		
ПОНЕДІЛОК	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Ікра бурякова	70	70	70
Суп картопляний з галушками (Г, ЗП, Я)	250	250	250
Котлети домашні запечені (Г, ЗП, Я)	95	140	170
Каша ячна грузла з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Кисіль апельсиновий	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	60	60	60
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
ВІВТОРОК	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з томатів та огірків свіжих	25	20	20
Борщ з квасолею та картоплею зі сметаною (Л, МП)	250/25	250/25	250/25
М'ясо тушковане (свинина) (Г, ЗП)	50/50	70/70	80/80
Каша вівсяна грузла з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот зі свіжих плодів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	60	60	60
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
СЕРЕДА	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з пекінської капусти з апельсинами	55	55	55
Яйця курячі варені (Я)	0,5 шт.	0,5 шт.	0,5 шт.
Суп з горошком зеленим з яйцями перепелиними з грінками (Г,ЗП, Я)	250/2 шт./10	250/2 шт./10	250/2 шт./10
Картопля, запечена по-селянськи з маслом вершковим (Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	20	40	40
ЧЕТВЕР	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г

Морква по-корейськи (власного виробництва)	15	15	15
Борщ буряковий зі сметаною (Л, МП)	250/25	250/25	250/25
Курка з паприкою	55	80	95
Пюре з бобових з маслом вершковим (Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот із фруктів заморожених	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	80	80	80
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
П'ЯТНИЦЯ	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Суп овочевий зі сметаною (Л, МП)	250/25	250/25	250/25
Шніцель натуральний січений запечений (Г, ЗП, Я)	65	90	110
Макаронні вироби відварні з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Компот із свіжих плодів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	60	60	60
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50

Виконання НОРМ споживання основних груп харчових продуктів на обід згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню для організації харчування у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 Додаток 5 до норм) (зі змінами) (4-й тиждень)

Найменування основних груп харчових продуктів	Вікова група від 6 до 11 років		% виконання	Вікова група від 11 до 14 років		% виконання	Вікова група від 14 до 18 років		% виконання
		НОРМА		ФАКТ	НОРМА		ФАКТ	НОРМА	
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г									
Квашені овочі квашені овочі можуть пропонуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень, г	500	490,90	98	500	492,35	98	500	495,28	99
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	500	500	100	500	500	100	500	500	100

Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолоджувачів, г	25	25	100	25	25	100	25	25	100
Крупи, (готова каша), 120г/150г/150г порція		240			300			300	
Макаронні (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій	4	4	100	4	4	100	4	4	100
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	100	1	1	100	1	1	100
Хліб цільнозерновий, г	150	150	100	250	250	100	250	250	100
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порції без шкіри та кісток, г	70	68,75	98	100	100	100	120	118,75	99
Свинина, телятина, яловичина охолоджена/заморожена, нежирні (менше 15 г жиру на 100 г м'яса), г	210	212,21	101	300	301,02	100	360	358,9	100
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.	1	1	100	1	1	100	1	1	100
Сир твердий, норма 15г									
Сметана 21% жирності, норма 25г		75=3порц.			75=3порц.			75=3порц.	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій	3	3	100	3	3	100	3	3	100
Масло вершкове масло вершкове, що містить не менше ніж 72 відсотки жиру, г	17,5	17,5	100	22,5	22,5	100	27,5	27,5	100
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і	50	48,15		55	56,17		60	60,72	

менше ніж 40% поліненасичених жирів)			96			102			101
Сіль використовується лише йодована сіль, г	8,75	7,67	88	13,13	8,71	66	13,13	9,59	73
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	50	41,75	84	50	41,75	84	50	41,75	84

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню обідів у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305) (зі змінами)
(4-й тиждень)

Вікова група від 6 до 11 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієнтовна Норма (обід)	21-25	21-24	88-103	630-735
Факт середньоденний	24,58	32,06	93,11	759,32
Вікова група від 11 до 14 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієнтовна Норма (обід)	25-29	25-29	98-114	720-840
Факт середньоденний	31,99	40,62	108,48	927,45
Вікова група від 14 до 18 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієнтовна Норма (обід)	27-32	27-32	112-131	810-945
Факт середньоденний	34,89	45,75	109,74	990,24

Примітка: згідно з Постановою КМУ від 23.04.2021р. №305 пункт 7 "У разі дотримання добової калорійності раціону та калорійності раціону за окремими прийомами їжі розрахунок кількості білків, жирів та вуглеводів не проводиться".

Виконання НОРМ споживання основних груп харчових продуктів згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню обідів у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 Додаток 5 до норм) (зі змінами)

Найменування основних груп харчових продуктів	Вікова група від 6 до 11 років							
	Норма за тиждень	1 тиждень ФАКТ	2 тиждень ФАКТ	3 тиждень ФАКТ	4 тиждень ФАКТ	Норма за 4-ри тижні	Факт за 4-ри тижні	% виконання

Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г	500	482,88	499,56	492,87	490,9	2000	1966,21	98
Квашені овочі квашені овочі можуть пропонуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень, г	500	500	500	500	500	2000	2000	100
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	25	25	25	25	25	100	100	100
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолоджувачів, г		240	240	360	240		1080	
Крупи, (готова каша), 120г/150г/150г порція		120	120	120	120		480	
Макаронні (готова страва), 120г/150г/150г порція		120	120		120		360	
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порція	4	4	4	4	4	16	16	100
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій		120	120	120	120		480	
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція	1	1	1	1	1	4	4	100
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	150	150	150	150	150	600	600	100
Хліб цільнозерновий хліб з пшеничного або житнього борошна, г	70	70,2	68	68,79	68,75	280	275,74	99
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порції без шкіри та кісток, г	210	210,7	208	213,5	212,21	840	844,41	101
Свинина, телятина, яловичина охолоджена/заморожена, нежирні (менше 15 г жиру на 100 г м'яса), г	1	1	1	1	1	4	4	100
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.		10=0,67 порції		15=1 порції			25=1,67 порції	
Сир твердий, норма 15г		60=2,4 порції	75=3 порції	50=2 порції	75=3 порції		260=10,4 порції	
Сметана 21% жирності, норма 25г	3	3,07	3	3	3	12	12,07	100
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій	17,5	17,5	17,5	17,5	17,5	70	70	100
Масло вершкове масло вершкове, що містить не менше ніж 72 відсотки жиру, г	50	48,87	44,55	48,53	48,15	200	190,1	95
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	8,75	7,84	6,74	8,28	7,67	35	30,1	86
Сіль використовується лише йодована сіль, г	50	42,75	41,5	41,75	42,25	200	168,25	84
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г								

Найменування основних груп харчових продуктів	Вікова група від 11 до 14 років							
	Норма за тиждень	1 тиждень	2 тиждень	3 тиждень	4 тиждень	Норма за 4-ри тижні	Факт за 4-ри тижні	% виконання
		ФАКТ	ФАКТ	ФАКТ	ФАКТ			

Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г								
Квашені овочі квашені овочі можуть пропонуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень, г	**500**	**495,65**	**501,29**	**489,22**	**492,35**	**2000**	**1978,51**	**99**
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	**500**	**496**	**500**	**500**	**500**	**2000**	**1996**	**100**
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолоджувачів, г	**25**	**25**	**25**	**25**	**25**	**100**	**100**	**100**
Крупи, (готова каша), 120г/150г/150г порція		**300**	**300**	**450**	**300**		**1350**	
Макаронні (готова страва), 120г/150г/150г порція		**150**	**150**	**150**	**150**		**600**	
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порція		**150**	**150**		**150**		**450**	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**	**16**	**16**	**100**
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція		**150**	**150**	**150**	**150**		**600**	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**4**	**4**	**100**
Хліб цільнозерновий хліб з пшеничного або житнього борошна, г	**250**	**250**	**250**	**250**	**250**	**1000**	**1000**	**100**
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порції без шкіри та кісток, г	**100**	**101,4**	**100**	**98,28**	**100**	**400**	**399,68**	**100**
Свинина, телятина, яловичина охолоджена/заморожена, нежирні (менше 15 г жиру на 100 г м'яса), г	**300**	**303,1**	**297,6**	**297**	**301,2**	**1200**	**1198,9**	**100**
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**4**	**4**	**100**
Сир твердий, норма 15г		**10=0,67 порції**		**15=1 порції**			**25=1,67 порції**	
Сметана 21% жирності, норма 25г		**60=2,4 порції**	**75=3 порції**	**50=2 порції**	**75=3 порції**		**260=10,4 порції**	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій	**3**	**3,07**	**3**	**3**	**3**	**12**	**12,07**	**100**
Масло вершкове масло вершкове, що містить не менше ніж 72 відсотки жиру, г	**22,5**	**22,5**	**22,5**	**22,5**	**22,5**	**90**	**90**	**100**
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	**55**	**56,33**	**50,02**	**53,4**	**56,17**	**220**	**215,92**	**98**
Сіль використовується лише йодована сіль, г	**13,13**	**8,76**	**7,0,6**	**9,33**	**8,71**	**52,52**	**33,87**	**64**
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	**50**	**41,27**	**41,25**	**44**	**41,75**	**200**	**168,27**	**84**

Найменування основних груп харчових продуктів	**Вікова група від 14 до 18 років**

	Норма за тиждень	1 тиждень ФАКТ	2 тиждень ФАКТ	3 тиждень ФАКТ	4 тиждень ФАКТ	Норма за 4-ри тижні	Факт за 4-ри тижні	% виконання
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г								
Квашені овочі квашені овочі можуть пропонуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень, г	500	493,13	501,29	491,23	495,28	2000	1980,93	99
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	500	496	500	500	500	2000	1996	100
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолоджувачів, г	25	25	25	25	25	100	100	100
Крупи, (готова каша), 120г/150г/150г порція		300	300	450	300		1350	
Макаронні (готова страва), 120г/150г/150г порція		150	150	150	150		600	
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порція		150	150		150		450	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій	4	4	4	4	4	16	16	100
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція		150	150	150	150		600	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	1	1	1	4	4	100
Хліб цільнозерновий хліб з пшеничного або житнього борошна, г	250	250	250	250	250	1000	1000	100
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порції без шкіри та кісток, г	120	117	120	117,93	118,75	480	473,68	99
Свинина, телятина, яловичина охолоджена/заморожена, нежирні (менше 15 г жиру на 100 г м'яса), г	360	361,3	357,4	362	358,9	1440	1439,6	100
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.	1	1	1	1	1	4	4	100
Сир твердий, норма 15г		10=0,67 порції		15=1 порції			25=1,67 порції	
Сметана 21% жирності, норма 25г		60=2,4 порції	75=3 порції	50=2 порції	75=3 порції		260=10,4 порції	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій	3	3,07	3	3	3	12	12,07	100
Масло вершкове масло вершкове, що містить не менше ніж 72 відсотки жиру, г	27,5	27,37	27,5	27,5	27,5	110	109,87	100
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	60	59,41	53,16	56,2	60,72	240	229,49	96
Сіль використовується лише йодована сіль, г	13,13	8,95	7,89	9,75	9,59	52,52	36,18	69
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	50	41,25	45,25	43,75	41,75	200	172	86

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню обідів у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305) (зі змінами)

Енергія та поживна цінність	1 тиждень				2 тиждень				3 тиждень				4 тиждень				Середнє значення за 4-ри тижні			
Вікова група дітей від 6 до 11 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал, г
Орієнтовна Норма (обід)	21-25	21-24	88-103	630-735	21-25	21-24	88-103	630-735	21-25	21-24	88-103	630-735	21-25	21-24	88-103	630-735	21-25	21-24	88-103	630-735
Факт середньоденний	25,28	31,21	93,28	755,12	23,72	30,77	90,39	733,38	24,38	30,82	96,66	761,59	24,58	32,06	93,11	759,32	24,49	31,22	93,36	752,3525
Вікова група дітей від 11 до 14 років																				
Орієнтовна Норма (обід)	25-29	25-29	98-114	720-840	25-29	25-29	98-114	720-840	25-29	25-29	98-114	720-840	25-29	25-29	98-114	720-840	25-29	25-29	98-114	720-840
Факт середньоденний	33,16	39,48	109,64	926,54	31,56	38,88	107,13	904,7	31,52	38,06	113,37	922,05	31,99	40,62	108,48	927,45	32,058	39,26	109,66	920,19
Вікова група дітей від 14 до 18 років																				
Орієнтовна Норма (обід)	27-32	27-32	112-131	810-945	27-32	27-32	112-131	810-945	27-32	27-32	112-131	810-945	27-32	27-32	112-131	810-945	27-32	27-32	112-131	810-945
Факт середньоденний	35,86	43,97	110,63	981,69	34,73	43,85	109,22	970,42	34,84	43	115,68	989,09	34,89	45,75	109,74	990,24	35,08	44,14	111,32	982,86

Примітка: згідно з Постановою КМУ від 23.04.2021р. №305 пункт 7 "У разі дотримання добової калорійності раціону та калорійності раціону за окремими прийомами їжі розрахунок кількості білків, жирів та вуглеводів не проводиться".

Примірне чотиритижневе сезонне меню обідів для організації харчування в закладах загальної середньої освіти, що проводять освітню діяльність на певному рівні (рівнях) повної загальної середньої освіти, дитячих закладах оздоровлення та відпочинку у разі п'ятиденного перебування *на літній сезон* розроблене з урахуванням вимог Постанови Кабінету Міністрів України від 24.03.2021р №305 (Додаток 5). (зі змінами)

В примірному чотиритижневому сезонному меню обідів для організації харчування в закладах загальної середньої освіти, що проводять освітню діяльність на певному рівні (рівнях) повної загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування *на літній сезон дозволяється взаємозаміна овочів свіжих, салатів з овочів свіжих на овочі перероблені, салати з овочів перероблених, які рівноцінні за поживною та енергетичною цінністю.*

Технологічні карти на страви, що входять до складу обідів розроблені згідно з Методичним посібником «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах", 2014 р., Збірником рецептур страв та кулінарних виробів для ПГХ, 2005р,

Збірником рецептур національних страв і кулінарних виробів, 2000р., Збірником рецептур страв для харчування школярів, 1987р., Харчування дітей М.І. Снігур, 1988р., Збірниками рецептур фірмових страв Дніпропетровської області, Збірником рецептур страв для харчування дітей шкільного віку в організованих освітніх та оздоровчих закладах Є. Клопотенко.

В дужках, після назви страви, зазначено індекс алергену або непереносимої речовини.

Експертний висновок № 46/3-05 від 12.12.2021 р.
Протокол експертизи № 46/3-05 від 10.12.2021 р.

Голова експертної комісії: д.т.н., професор, завідувач кафедри харчових технологій в ресторанній індустрії — Ольга ГРИНЧЕНКО

члени експертної комісії:

к.т.н., доцент кафедри харчових технологій в ресторанній індустрії — Марина КОЛЕСНІКОВА

к.т.н., доцент кафедри харчових технологій в ресторанній індустрії — Світлана АНДРЄЄВА