

«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. Авліко
2021 рік

Примірне чотиритижневе сезонне меню обідів для організації харчування у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на осінній 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 тижень	Вікова група		
	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
ПОНЕДІЛОК			
Обід			
Овочі різні (огірки, помідори тощо)	Вихід, г 25	Вихід, г 25	Вихід, г 25
Борщ український зі сметаною (Г, ЗП, Л, МП)	250/10	250/10	250/10
Вигочки 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			
Обід	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Морква по-корейськи (власного виробництва)	Вихід, г 60	Вихід, г 60	Вихід, г 55
Суп картопляний з бобовими	250	250	250
Свинина, тушкована з пішоном 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					
Обід					
Салат зі свіжих помідорів і огірків	Вихід, г	від 6 до 11 років	Вихід, г	від 11 до 14 років	Вихід, г
Суп з овочів зі сметаною (Л, МП)	30		30		30
250/25			250/25		250/25
Шашлик "Ювілейний" з курячого м'яса запечений (Г, ЗП)	90		130		150
Картонли тушкована з маслом вершковим (Л, МП)	120/3,5		150/4,5		150/5,5
або Поре 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					
Обід					
Салат з відварених буряків	35		30		30
Суп картопляний з яйцями перепелиними (Я)	250/2 шт.		250/2 шт.		250/2 шт.
Рис по-пекинськи 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					
Обід					
Капушта тушкована (Г, ЗП)	Вихід, г	від 6 до 11 років	Вихід, г	від 11 до 14 років	Вихід, г
Суп картопляний з крупною пшоняною (ЗП)	55		55		55
М'ясо (свинина або яловичина), тушковане в сметані (Л, МП)	250		250		250
40/50			60/50		75/50
Сочевниця 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 чотириденним сезонним меню для організації харчування у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на осінній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 Додаток 5 до норм) (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
	НОРМ А	ФАКТ		НОРМ А	ФАКТ		НОРМ А	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	489,9	98	500	502,49	101	500	499,97	100
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
Дійня варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготувані до повної готовності, шт.	1	1	100	1	1	100	1	1	100
Сир твердий, норма 15г		10=0,67 порцій 60=2,4 порції			10=0,67 порцій 60=2,4 порцій			10=0,67 порцій 60=2,4 порцій	
Сметана 21% жирності, норма 25г									
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	47,22	94	55	54,7	100	60	57,78	96
Сіль використується лише йодована сіль, г	8,75	7,84	90	13,13	8,76	67	13,13	8,95	68
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	50	38,75	78	50	38,63	77	50	38,38	77

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню обідів у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на осінній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305) (1-й тиждень)

Вікова група від 6 до 11 років		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієтлова Норма (обід)	21-25	21-24	88-103	630-735	
Факт середньоденний	25,45	31,24	92,75	753,96	
Вікова група від 11 до 14 років		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієтлова Норма (обід)	25-29	25-29	98-114	720-840	
Факт середньоденний	33,33	39,51	109,12	925,38	
Вікова група від 14 до 18 років		Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієтлова Норма (обід)	27-32	27-32	112-131	810-945	
Факт середньоденний	36,03	44,01	110,11	980,54	

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 тижднів		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	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Борщ буряковий зі сметаною (Л, МП)		250/25	250/25	250/25	250/25	250/25	250/25
Гуляш з яловичини або свинини (Г, ЗП)		50/50	50/50	70/50	70/50	80/50	80/50
Макаронні вироби відварні з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)		120/3,5	120/3,5	150/4,5	150/4,5	150/5,5	150/5,5

Компот із заморожених фруктів	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	80	80	80
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
ВІТРОРОК			
Обід			
Салат з овочів (Я)	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Суп круп'яний гречаний з яйцями перемеленими (Я)	100	100	100
Пюре з квасолі з маслом вершковим (Л, МП)	250/2 шт.	250/2 шт.	250/2 шт.
Компот зі свіжих плодів	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Фрукти свіжі (по сезону)	200	200	200
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	60	60	60
	30	50	50
СЕРЕДА			
Обід			
Салат з буряком та сухарями (Г, ЗП)	Від 6 до 11 років	Від 11 до 14 років	Від 14 до 18 років
Суп картопляний з галушками зі сметаною (Г, ЗП, Л, МП, Я)	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Котлети особливі запечені (Г, ЗП)	95	95	95
Каша пшенична гуща з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	250/25	250/25	250/25
Кисіль апельсиновий	80	120	150
Фрукти свіжі (по сезону)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	200	200	200
	60	60	60
	30	50	50
ЧЕТВЕР			
Обід			
Салат з гарбузом та яблуками	Від 6 до 11 років	Від 11 до 14 років	Від 14 до 18 років
Борщ з капустою та картоплею зі сметаною (Л, МП)	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Нагетси курячі запечені з соусом "Кетчуп" (Г, ЗП, Я)	30	30	30
Каша кукурудзяна гуща з маслом вершковим (ЗП, Л, МП)	250/25	250/25	250/25
Компот із заморожених фруктів	85/35	125/35	150/35
Фрукти свіжі (по сезону)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	200	200	200
	70	70	70
	30	50	50

		П'ЯТНИЦЯ			
		Обід			
		від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років	
		Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат із моркви з селерою (С)		25	20	20	20
Суп "Селянський" з крупною ячною (Г, ЗП)		250	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	200
Фрукти свіжі (по сезону)		100	100	100	100
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)		30	50	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 осінній сезон м. Дніпро на 2022 р.

(Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 Додаток 5 до норм)
(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	500,68	100	500	502,41	100	500	502,41	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 порції		240			300				300	
Макаронні (готова страва), 120г/150г порції		120			150				150	
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порції		120			150				150	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій	4	4	100	4	4	100	4	4	4	100
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порції		120			150				150	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	100	1	1	100	1	1	1	100
Хліб цільнозерновий, г	150	150	100	250	250	100	250	250	250	100
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоглавної, вага порції без шкіри та кісток, г	70	68	97	100	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, приготвлені до повної готовності, шт.	1	1	100	1	1	100	1	1	1	100
Сир твердий, норма 15г										
Сметана 21% жирності, норма 25г		75=3 порц.			75=3 порц.			75=3 порц.		
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій	3	3	100	3	3	100	3	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	45	90	55	50,47	92	60	54	90
Сіль використовується лише йодована сіль, г	8,75	6,74	77	13,13	7,5	57	13,13	8,32	63
Цукор (об'єднується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	50	46,25	93	50	46	92	50	46	92

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

Вікова група від 6 до 11 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієтвоя Норма (обід)	21-25	21-24	88-103	630-735
Факт середньоденний	24,31	31,02	95,49	758,36
Вікова група від 11 до 14 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієтвоя Норма (обід)	25-29	25-29	98-114	720-840
Факт середньоденний	32,14	39,13	112,23	929,68
Вікова група від 14 до 18 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал
Орієтвоя Норма (обід)	27-32	27-32	112-131	810-945
Факт середньоденний	35,32	44,10	114,32	995,40

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		
		від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
ПОНЕДІЛОК				
Обід				
Салат з буряком з горошком зеленим	Вихід, г	65	65	65
Суп-харчо (ЗП)	250	250	250	250
Биточки з яловичини або свинини запечені (Г, ЗП, Л, МП)	95	135	160	160
Каша пшенична ГРУЗЛА з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5	150/5,5
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100	100
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	50
ВІТОРОК				
Обід				
Морква по-корейськи (власного виробництва)	Вихід, г	Від 11 до 14 років	Від 14 до 18 років	Вихід, г
Яйця курячі варені (Я)	50	50	50	50
Суп з овочів з яйцями перепелиними зі сметаною (Л, МП, Я)	0,5 шт.	0,5 шт.	0,5 шт.	0,5 шт.
Картопля з куркумою запечена з маслом вершковим (Л, МП)	250/2 шт./25	250/2 шт./25	250/2 шт./25	250/2 шт./25
Компот із заморожених фруктів	120/3,5	150/4,5	150/5,5	150/5,5
Фрукти свіжі (по сезону)	200	200	200	200
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	80	80	80	80
	30	50	50	50
СЕРЕДА				
Обід				
Борш український зі сметаною (Г, ЗП, Л, МП)	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років	Вихід, г
Гуляш з відвареної яловичини (Г, ЗП)	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Каша пшопана ГРУЗЛА з маслом вершковим (ЗП, Л, МП)	250/25	250/25	250/25	250/25
Компот зі свіжих плодів	45/50	60/50	75/50	75/50
Фрукти свіжі (по сезону)	120/3,5	150/4,5	150/5,5	150/5,5
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	200	200	200	200
	60	60	60	60
	30	50	50	50

ЧЕТВЕР			
Обід			
	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Салат з білоголової капуста свіжої з морквою та кукурудзою (ЗП)	Вихід, г 75	Вихід, г 60	Вихід, г 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			
Обід			
	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Салат з буряком з селерою (С)	Вихід, г 50	Вихід, г 50	Вихід, г 50
Мінестроне (С)	250	250	250
Котлети зі свинини або яловичини запечені (Г, ЗП)	95	135	160
Каша вівсяна густа 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 осінній сезон м. Дніпро на 2022 р.
(Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 Додаток 5 до норм)
(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
	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	493,97	99	500	490,32	98	500	492,33	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 підолоджувачів, 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
	150	150	100	250	250	100	250	250	100
Птиця охладжена/заморожена, крім водоплавної, вага порції без шкіри та кісток, г	70	68,79	98	100	98,28	98	120	117,93	98
	Свинина, телятина, яловичина охладжена/заморожена, нежирні (менше 15 г жиру на 100 г м'яса), г	210	213,5	102	300	297	99	360	365,7
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		15=1 норм.					15=1 норм.	
Сметана 21% жирності, норма 25г		50=2 норм.			50=2 норм.			50=2 норм.	
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
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	50	48,38	97	55	54,15	98	60	58,05	97

Сіль використовується лише йодована сіль, г	8,75	8,28	94	13,13	9,33	71	13,13	9,77	74
Цукор (обмежується додання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	50	44,5	89	50	43,75	88	50	43,5	87

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню обідів у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на осінній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305) (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		24,5	30,76	97,3	764,04
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		31,63	37,99	114,01	924,5
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		34,96	42,94	116,32	991,54

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
Коглети домашні запечені (Г, ЗП, Я)		95	140	170
Каша ячна гуща 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
ВІТРОРОК		від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Обід		Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Овочі різні (отірки, помідори тощо)		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 гуща 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 пекинської капусти з апельсинами		55	50	45
Йогурт 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
Борш 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			
Обід	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
	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 осінній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 Додаток 5 до норм) (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
	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	492,65	99	500	493,75	99	500	496,68	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 ЗДАКОВИХ 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 володелавної, 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 менше ніж 40% поліненасичених жирів)	50	47,4	95	55	55,57	101	60	60,12	100
Сіль використовується лише йодована сіль, г	8,75	7,56	86	13,13	8,62	66	13,13	9,57	73
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	50	41	82	50	41	82	50	41	82

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню обідів у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на осінній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305) (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	24,57	31,91	92,97	757,34
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	31,98	40,5	108,37	925,84
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	34,88	45,62	109,63	988,64

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 осінній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постанова КМУ від 24.03.2021 р. №305 Додаток 5 до норм)

Найменування основних груп харчових продуктів	Норма за тиждень	Вікова група від 6 до 11 років				Норма за 4-ри тижні	Факт за 4-ри тижні	% виконання
		1 тиждень ФАКТ	2 тиждень ФАКТ	3 тиждень ФАКТ	4 тиждень ФАКТ			
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г	500	489,9	500,68	493,97	492,65	2000	1977,2	99
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	500	500	500	500	500	2000	2000	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		240	240	360	240		1080	
Макаронні (готова страва), 120г/150г/150г порція		120	120	120	120		480	
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порція		120	120		120		360	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій	4	4	4	4	4	16	16	100
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція		120	120	120	120		480	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	1	1	1	4	4	100
Хліб цільнозерновий хліб з пшеничного або житнього борошна, г	150	150	150	150	150	600	600	100
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порції без шкіри та кісток, г	70	70,2	68	68,79	68,75	280	275,74	99
Свинина, телятина, яловичина охолоджена/заморожена, нежирні (менше 15 г жиру на 100 г м'яса), г	210	210,7	208	213,5	212,21	840	844,41	101
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 порцій	15=1 порц.	25=1,67 порц.				
Сметана 21% жирності, норма 25г		60=2,4 порцій	75=3 порц.	50=2 порц.	75=3 порц.		260=10,4 порц.	
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	17,5	17,5	17,5	17,5	17,5	70	70	100
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	50	47,22	45	48,38	47,4	200	188	94
Сіль використовується лише йодована сіль, г	8,75	7,84	6,74	8,28	7,56	35	30,42	87
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	50	38,75	46,25	44,5	41	200	170,5	85

Найменування основних груп харчових продуктів

Вікова група від 11 до 14 років

	Норма за тиждень	1				2				3				4				Норма за 4-ри тижні	Факт за 4-ри тижні	% виконання
		тиждень	ФАКТ	тиждень	ФАКТ	тиждень	ФАКТ	тиждень	ФАКТ	тиждень	ФАКТ	тиждень	ФАКТ	тиждень	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	502,49	502,41	490,32	493,75	2000	1988,97	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												
Пшени охолоджена/заморожена, крім водошлавної, вага порцій 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	301,02	1200	1198,72	100												
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготівлені до повної готовності, шт.	1	1	1	1	1	4	4	100												
Сир твердий, норма 15г		10=0,67 порцій		15=1 порц.			25=1,67 порц.													
Сметана 21% жирності, норма 25г		60=2,4 порцій	75=3 порц.	50=2 порц.	75=3 порц.		260=10,4 порц.													
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	22,5	90	90	100
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	55	54,7	50,47	54,15	55,57	220	214,89	98	
Сіль використовується лише йодована сіль, г	13,13	8,76	7,5	9,33	8,62	52,52	34,21	65	
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	50	38,63	46	43,75	41	200	169,38	85	

Найменування основних груп харчових продуктів	Норма за тиждень	Вікова група від 14 до 18 років				Норма за 4-ри тижні	Факт за 4-ри тижні	% виконання
		1 тиждень	2 тиждень	3 тиждень	4 тиждень			
		ФАКТ	ФАКТ	ФАКТ	ФАКТ			
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г	500	499,97	502,41	492,33	496,68	2000	1991,39	100
Квашені овочі квашені овочі можуть пропонуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень, г	500	496	500	500	500	2000	1996	100
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
Крупяні (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 порцій 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	365,7	358,9	1440	1443,3	100
Діяця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготдовлені до повної готовності, шт.	1	10=0,67 порцій	1	15=1 порц.	1	4	4	100
Сир твердий, норма 15г		60=2,4 порції	75=3 порц.	50=2 порц.	75=3порц.		25=1,67порц.	
Сметана 21% жирності, норма 25г							260=10,4порц.	
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	57,78	54	58,05	60,12	240	229,95	96
Сіль використовується лише йодована сіль, г	13,13	8,95	8,32	9,77	9,57	52,52	36,61	70
Цукор (обмежується додавання цукру та мелу під час приготування страв і напоїв), г	50	38,38	46	43,5	41	200	168,88	84

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

Енергія та поживна цінність	1 тиждень				2 тиждень				3 тиждень				4 тиждень				Середнє значення за 4-ри тижні			
	Вілок, г	Жирні, г	Вуглеводк. г	Калор. г	Вілок, г	Жирні, г	Вуглеводк. г	Калор. г	Вілок, г	Жирні, г	Вуглеводк. г	Калор. г	Вілок, г	Жирні, г	Вуглеводк. г	Калор. г	Вілок, г	Жирні, г	Вуглеводк. г	Калор. г
Вікова група дітей від 6 до 11 років	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
Орієнтовна Норма (обід)	25,45	31,24	92,75	753,96	24,31	31,02	95,49	758,36	24,5	30,76	97,3	764,04	24,57	31,91	92,97	757,34	24,708	31,23	94,628	758,425
Факт середньодобовий																				
Вікова група дітей від 11 до 14 років	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
Орієнтовна Норма (обід)	33,33	39,51	109,12	925,38	32,14	39,13	112,23	929,68	31,63	37,99	114,01	924,5	31,98	40,5	108,37	925,84	32,27	39,28	110,93	926,35
Факт середньодобовий																				
Вікова група дітей від 14 до 18 років	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
Орієнтовна Норма (обід)	36,03	44,01	110,11	980,54	35,32	44,1	114,32	995,4	34,96	42,94	116,32	991,54	34,88	45,62	109,63	988,64	35,298	44,17	112,6	989,03
Факт середньодобовий																				

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 осінній сезон розроблене з урахуванням вимог Постанови Кабінету Міністрів України від 24.03.2021р. №305 (Додаток 5).

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 осінній сезон дозволяється використовувати овочів свіжих, салатів з овочів свіжих на овочі перероблені, салатів з овочів перероблених, які дієтичні за поживною та енергетичною цінністю.

Технологічні карти на страви, що входять до складу обідів для організації харчування у закладах загальної середньої освіти у разі підвищеного перебування, 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. Клопопенко.

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

Експертний висновок № 46/3-01 від 12.11.2021 р.
Протокол експертизи № 46/3-01 від 10.11.2021 р.

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

Члени експертної комісії:

д.т.н., доцент кафедри харчових технологій в ресторанній індустрії
д.т.н., доцент кафедри харчових технологій в ресторанній індустрії

Ольга ГРИНЧЕНКО

Марина КОЛЕСНИКОВА
Світлана АНДРЕЄВА

