

«ПОГОДЖЕНО»

Начальник управління Державного нагляду за дотриманням  
санітарного законодавства головного управління  
Держпродспоживслужби  
В Дніпропетровській області



О.Г. Губський  
2021 рік

«ЗАТВЕРДЖЕНО»

Директор  
ТОВ «Контракт Продсерв 5»



Г.О. Авліко  
2021 рік

Примірне чотириденне сезонне меню обідів для організації харчування у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на весняний 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		
	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
<b>ПОНЕДІЛОК</b>			
<b>Обід</b>	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Овочі різні квашені (огірки, помідори тощо)	25	25	25
або овочі різні свіжі (редис, огірки тощо)	25	25	25
Борщ український зі сметаною (Г, ЗП, Л, МП)	250/10	250/10	250/10
Биточки 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
<b>ВІТОРОК</b>	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
<b>Обід</b>	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Морква по-корейськи (власного виробництва)	60	60	55

Суп картопляний з бобовими	250	250	250
Свинина, тушкована з шином 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
<b>СЕРЕДА</b>			
<b>Обід</b>			
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
<b>ЧЕТВЕР</b>			
<b>Обід</b>			
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
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>			
<b>Обід</b>			
Капуста тушкована (Г, ЗП)	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
або салат з кабахчів свіжих з кунжутом (К)	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Суп картопляний з крупою пшонаною (ЗП)	55	55	55
М'ясо (свинина або яловичина), тушковане в сметані (Л, МП)	70	70	70
Сочевниця відварена з маслом вершковим (Л, МП)	250	250	250
Компот зі свіжих плодів	40/50	60/50	75/50
Фрукти свіжі (по сезону)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	60	60	60



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 весняний 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
	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	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 підсолджувачів, 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	
<b>ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій</b>	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 порцій 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 порцій 60=2,4 порцій			10=0,67 порцій 7 порцій 60=2,4 порцій			10=0,67 порцій 7 порцій 60=2,4 порцій	
Сметана 21% жирності, норма 25г		60=2,4 порцій			60=2,4 порцій			60=2,4 порцій	
<b>ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій</b>	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 весняний 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
Орієтлова 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
Орієтлова 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
Орієтлова 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			
ПОНЕДЛОК	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
<b>ВИТОРОК</b>			
<b>Обід</b>			
Салат з овочів (Я)	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
або салат з редису з яйцем (Я)	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
100	100	100	100
250/2 шт.	250/2 шт.	250/2 шт.	250/2 шт.
Суп круп'яний гречаний з яйцями перепелиними (Я)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Пюре з квасолі з маслом вершковим (Л, МП)	200	200	200
Компот зі свіжих плодів	60	60	60
Фрукти свіжі (по сезону)	30	50	50
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
<b>СЕРВЕДА</b>			
<b>Обід</b>			
Салат з квашеної капусти (Г, ЗП)	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
80	80	80	80
або 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 г루зла з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
200	200	200	
Кисіль англійський	60	60	60
Фрукти свіжі (по сезону)	30	50	50
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
<b>ЧЕТВЕР</b>			
<b>Обід</b>			
Салат з гарбузом та яблуками	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
30	30	30	30
або 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
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>			
<b>Обід</b>			
Салат із моркви з селерою (С)	від 6 до 11 років Вихід, г	від 11 до 14 років Вихід, г	від 14 до 18 років Вихід, г
Суп "Селянський" з крупною ячною (Г, ЗП)	25	20	20
Рагу зі свинини з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	250	250	250
Компот із суміші сухофруктів	50/120/3,5	70/150/4,5	85/150/5,5
Фрукти свіжі (по сезону)	200	200	200
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	100	100	100
	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 весняний 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 порції		120				150				150		
Бобони (готова страва), 120г/150г/150г порція		120				150				150		
<b>ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій</b>	4	4	100	4	4	4	100	4	4	4	100	
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порції		120				150				150		
<b>ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій</b>	1	1	100	1	1	1	100	1	1	1	100	
Хліб цільнозерновий, г	150	150	100	250	250	250	100	250	250	250	100	
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порцій без шкіри та кісток, г	70	68	97	100	100	100	100	120	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	99		
Йодид варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені 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.		
<b>ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій</b>	3	3	100	3	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	100		
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів	50	44,55		55	50,02		60	53,16				



і менше ніж 40% поліненасичених жирів)			89			91			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 весняний 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
Орієтлова 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
Орієтлова 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
Орієтлова 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 буряком з горошком зеленим		65	65	65
або 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 гурзла 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
ВІТОРОК		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 (ягасного 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 гурзла 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
або салат з білоголової капусти ранньої 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, Д)	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
Фрукти свіжі (по сезону)	20	40	40
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
П'ЯТНИЦЯ	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Обід			
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 густа з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5
Каша вівсяна рідка з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	200	200	200
Кисіль з яблук свіжих	70	70	70
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 чотириденним сезонним меню для організації харчування у закладах загальної середньої освіти у разі її втиленого перебування на весняний 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	500	492,87		500	489,22		500	491,23	

Квашені овочі квашені овочі можуть пропонуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень, г			99				98			98
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	500	500	100	500	500	500	100	500	500	100
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолджувачів, г	25	25	100	25	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										
<b>ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій</b>	4	4	100	4		4	100	4	4	100
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція		120				150			150	
<b>ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій</b>	1	1	100	1		1	100	1	1	100
Хліб цільнозерновий, г	150	150		250		250		250	250	
Птиця охолоджена/заморожена, крім водолавної, вага порцій 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 порц.			15=1 порц.			15=1 порц.		
Сметана 21% жирності, норма 25г		50=2 порц.			50=2 порц.			50=2 порц.		
<b>ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій</b>	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	97	55	53,4	97	60	56,2	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 весняний 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 середньодобовий		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 середньодобовий		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			
	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років	Вихід, г
<b>ПОНЕДІЛОК</b>				
<b>Обід</b>	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Ікра бурякова	70	70	70	70
Суп картопляний з галушками (Г, ЗП, Я)	250	250	250	250
Котлети домашні запечені (Г, ЗП, Я)	95	140	170	170
Каша вчйна ГРУЗЛА з маслом вершковим (Г, ЗП, Л, МП)	120/3,5	150/4,5	150/5,5	150/5,5
Кисіль ангельсиновий	200	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	60	60	60	60
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	50
<b>ВІТОРОК</b>				
<b>Обід</b>	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років	Вихід, г
Релька з олією	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
або салат з редису з огірками свіжими	25	20	20	20
	25	20	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 грізла 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
<b>СЕРЕДА</b>			
<b>Обід</b>			
Салат з пекінської капуста з апельсинами	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Яйця курячі варені (Я)	55	55	55
	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
<b>ЧЕТВЕР</b>			
<b>Обід</b>			
Морква по-корейськи (власного виробництва)	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
	15	15	15
Борщ буряковий зі сметаною (Л, МП)	250/25	250/25	250/25
Курка з паприкою	55	80	95
Пиоре 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
<b>П'ЯТНИЦЯ</b>			
<b>Обід</b>			
Суп овочевий зі сметаною (Л, МП)	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
	250/25	250/25	250/25
Шніцель натуральний січений запечений (Г, ЗП, Я)	65	90	110
Макаронні виробы 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 весняний 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	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	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	
Макарони (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
<b>ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій</b>	4	4	100	4	4	100	4	4	100
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	
<b>ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій</b>	1	1	100	1	1	100	1	1	100



Хліб цільнозерновий, г	150	150	100	250	250	100	250	250	250	100
Птиця охолоджена/заморожена, крім водолавної, вага порції без шкіри та кісток, г	70	68,75	98	100	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	100
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.	1	1	100	1	1	100	1	1	100	100
Сир твердий, норма 15г										
Сметана 21% жирності, норма 25г		75=3порц.			75=3порц.			75=3порц.		
<b>ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій</b>	3	3	100	3	3	100	3	3	100	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	100
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	50	48,15	96	55	56,17	102	60	60,72	101	101
Сіль використовується лише йодована сіль, г	8,75	7,67	88	13,13	8,71	66	13,13	9,59	73	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	84

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню обідів у закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на весняний 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 весняний 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	Норма за тиждень	Вікова група від 6 до 11 років				Норма за 4-ри тижні	Факт за 4-ри тижні	% виконання
		1 тиждень	2 тиждень	3 тиждень	4 тиждень			
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г	500	482,88	499,56	492,87	490,9	2000	1966,21	98







Найменування основних груп харчових продуктів	Норма за тиждень	Вікова група від 11 до 14 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	495,65	501,29	489,22	492,35	2000	1987,51	99
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
Крупи, (готова каша), 120г/150г/150г порція		300	300	450	300		1350	
Макаронні (готова страва), 120г/150г/150г порція		150	150	150	150		600	
Бобови (готова страва), 120г/150г/150г порція		150	150		150		450	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порції	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 володелавної, 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 60=2,4 порції	75=3 порц.	15=1 порц.	50=2 порц.	25=1,67 порц.	25=1,67 порц.	
Сметана 21% жирності, норма 25г		60=2,4 порції	75=3 порц.	50=2 порц.	75=3 порц.	260=10,4 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	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 додання 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	Норма за тиждень	Вікова група від 14 до 18 років				Норма за 4-ри тижні	Факт за 4-ри тижні	% виконання
		1 тиждень ФАКТ	2 тиждень ФАКТ	3 тиждень ФАКТ	4 тиждень ФАКТ			
		1	2	3	4			
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г	500	493,13	501,29	491,23	495,28	2000	1980,93	99
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	25	25	25	25	25	100	100	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 порцій 60=2,4 порцій	75=3 порц.	15=1 порц. 50=2 порц.	75=3порц.		25=1,67порц. 260=10,4порц.	
Сметана 21% жирності, норма 25г								
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 олії (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 весняний 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			
	Білк. г	Жирн. г	Вуглевод. г	Кал. г	Білк. г	Жирн. г	Вуглевод. г	Кал. г	Білк. г	Жирн. г	Вуглевод. г	Кал. г	Білк. г	Жирн. г	Вуглевод. г	Кал. 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
Орієнтовна Норма (обід)	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
Факт середньоденний																
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
Орієнтовна Норма (обід)	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
Факт середньоденний																
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
Орієнтовна Норма (обід)	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
Факт середньоденний																

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 весняний 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 весняний сезон дозволяється взаємозаміна овочів свіжих, салатів з овочів свіжих на овочі перероблені, салати з овочів перероблених, які рівноцінні за поживною та енергетичною цінністю.



