

<p>«ПОГОДЖЕНО» Начальник управління Державного нагляду за дотриманням санітарного законодавства головного управління Держпродспоживслужби В Дніпропетровській області</p> <p style="text-align: right;">  Губський 2021 рік </p>	<p>«ЗАТВЕРДЖЕНО» Директор ТОВ «Контракт-Продсерв 5»</p> <p style="text-align: right;">  Г.О. Авілко 2021 рік </p>
--	---

Приміряне чотиригодинне сезонне меню для організації одноразового харчування в закладах загальної середньої освіти у разі п'ятиденного перебування на літній сезон м. Дніпро на 2022 р. (Постапова КМУ від 24.03.2021 р. №305) (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	
ПОНЕДІЛОК				
Сніданок				
Салат з білоголової капусти свіжої з огірками свіжими	Вихід, г 100	Вихід, г 100	Вихід, г 100	Вихід, г 100
Омлет натуральний запечений (Л, Л, МП)	50	50	50	50
Рис розсипчастий з овочами з маслом вершковим (ЗП, Л, МП)	120/3	150/4	150/4	150/4,5
Сир твердий (Л, МП)	14	14	14	14
Чай	200	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100	100
Хліб пшеничний (Г, ЗП)	30	50	50	50

ВІВТОРОК		від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
		Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Сніданок				
Салат з пекінської капусти з кминном		110	110	110
Биточки з курячого м'яса запечені (ЗП, Г)		90	130	150
Каша вівсяна густа з маслом вершковим (Л, МП, ЗП, Г)		120/3	150/4	150/4,5
Какао на молоці (МП, Л)		200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)		100	100	100
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)		30	50	50
СЕРЕДА				
Сніданок		від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
		Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат із свіжих огірків		100	100	100
Каша гречана густа з маслом вершковим (Л, МП)		120/3	150/4	150/4,5
Пудинг з сиру кисломолочного (Л, МП, ЗП, Г, Я)		130	130	130
Сік фруктовий		200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)		100	100	100
ЧЕТВЕР				
Сніданок		від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
		Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат із моркви з родзинками		105	105	105
Кнелі рибні припущені (Р, Я, Г, ЗП)		85	125	170
Картопля відварена з маслом вершковим (Л, МП)		120/3	150/4	150/4,5
або Пюре картопляне з маслом вершковим (Л, МП)		120/3	150/4	150/4,5
Йогурт (Л, МП)		125	125	125
Фрукти свіжі (по сезону)		100	100	100
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)		30	50	50
П'ЯТНИЦЯ				
Сніданок		від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
		Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з редису та свіжих огірків		100	90	90
Філе, тушковане в сметані (Л, МП)		50/50	70/50	85/50
Макаронні вироби відварні з маслом вершковим (Л, МП, ЗП, Г)		120/3	150/4	150/4,5
Напій з плодів шипшини		200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)		100	100	100

Виконання НОРМ споживання основних груп харчових продуктів згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню для організації одноразового харчування в 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 9 до норм) (зі змінами)

І ТИЖДЕНЬ

Найменування основних груп харчових продуктів	Вікова група від 6 до 11 років		% виконання	Вікова група від 11 до 14 років		% виконання	Вікова група 14-18 років		% виконання
	НОРМА	ФАКТ		НОРМА	ФАКТ		НОРМА	ФАКТ	
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г									
Квашені овочі різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г	500	492,35	98	500	486,86	97	500	486,86	97
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	500	500	100	500	500	100	500	500	100
Соки фруктові, овочеві, фруктово-ягідні, фруктово-овочеві пастеризовані соки без додавання цукрів, мл	200	200	100	200	200	100	200	200	100
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолджувачів, г	50	50	100	50	50	100	50	50	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 порції	120	120	150	150	150	150	150	150	150
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Хліб цільнозерновий, г	90	90	100	150	150	100	150	150	100
Риба різні сорти морської риби, г	60	60,40	101	90	88,89	99	120	120,89	101
Птиця охладжена/заморожена, крім водоплавної, вага порцій без шкіри та кісток, г	140	142,20	102	200	202,20	101	240	239,40	100
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.	1	0,94	94	1	0,94	94	1	0,94	94
Молоко, норма 200 г		214,15=1,0 7 порцій			214,15=1,0 7 порцій			214,15=1,0 7 порцій	
Йогурт або кефір, норма 125г		125=1 порції			125=1 порції			125=1 порції	
Сир кисломолочний не менше 5% жирності, норма 125г		100=0,8 порції			100=0,8 порції			100=0,8 порції	
Сир твердий, норма 15г		14=0,93 порції			14=0,93 порції			14=0,93 порції	
Сметана 21% жирності, норма 25г		28,9=1,16 порції			28,9=1,16 порції			28,9=1,16 порції	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій	5	4,96	99	5	4,96	99	5	4,96	99
Масло вершкове масло вершкове, що містить не менше ніж 72 відсотки жиру, г	15	15,00	100	20	20,00	100	22,5	22,50	100
Рослинні жири рафінована оля (більше 50%)	27,5	27,85		32,5	30,75		37,5	33,35	

мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)					101				95				90
Сіль використовується лише йодована сіль, г	8,75	5,060	13,125	5,920	45	13,125	6,290						48
Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	37,5	24,75	37,5	24,75	66	37,5	24,75		66	37,5	24,75		66
Какао без додавання цукрів та підсолоджувачів, г	6	6	6	6	100	6	6		100	6	6		100
Чай без вмісту кофеїну, без додавання цукрів та підсолоджувачів, г	0,5	0,5	0,5	0,5	100	0,5	0,5		100	0,5	0,5		100

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотириденним сезонним меню для організації одноразового харчування в 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			
	Вікова група дітей від 6 до 11 років				Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал, г
Орієнтовна Норма (сніданок)					18-21	17-21	73-88	525-630
Факт середньоденний					25,29	17,54	80,19	579,76
Орієнтовна Норма (сніданок)					21-25	21-25	81-98	600-720
Факт середньоденний					31,35	19,9	91,99	672,445
Орієнтовна Норма (сніданок)					23-27	23-27	93-112	675-810
Факт середньоденний					34,48	21,14	93,1	700,54

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 тиждень	Вікова група			
	Від 6 до 11 років Вихід, г	Від 11 до 14 років Вихід, г	Від 14 до 18 років Вихід, г	Від 14 до 18 років Вихід, г
ПОНЕДІЛОК				
Сніданок				
Салат з пекінської капусти з апельсинами	100	100	100	100
Омлет з горошком зеленим запечений (Я, МП, Л)	60	60	60	60
Каша вівсяна густа з маслом вершковим (Л, МП, ЗП, Г)	120/3	150/4	150/4,5	150/4,5
Кефір (Л, МП)	125	125	125	125
Фрукти свіжі (по сезону)	85	85	85	85
ВІВТОРОК				
Сніданок				
Салат з білоголової капусти свіжої з огірками свіжими	75	55	55	55
Рис "Паелья" з маслом вершковим (Л, МП, ЗП)	170/3	225/4	235/4,5	235/4,5
Какао на молоці (Л, МП)	200	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100	100
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	50
СЕРЕДА				
Сніданок				
Ікра кабачкова власного приготування	6-11 років Вихід, г	11-14 років Вихід, г	14-18 років Вихід, г	14-18 років Вихід, г
Фрикадельки з м'яса курячого припущені з маслом вершковим (МП, Л, ЗП, Г)	60	60	60	60
Картопляний гратен (Л, МП)	90/1	120/1,5	155/2	155/2
або Піоре картопляне з маслом вершковим (Л, МП)	120	150	150	150
Компот із суміші сухофруктів	120/2	150/2,5	150/2,5	150/2,5
Сир твердий (МП, Л)	200	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	9	8	8	8
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	100	100	100	100
Сніданок	30	50	50	50
ЧЕТВЕР				
Сніданок				
Салат з буряків з сиром твердим та часником (МП, Л)	6-11 років Вихід, г	11-14 років Вихід, г	14-18 років Вихід, г	14-18 років Вихід, г
	95	90	90	90

Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	500	500	100	500	100	500	100	500	100	500,00	100
Соки фруктові, овочеві, фруктово-ягідні, фруктово-овочеві пастеризовані соки без додавання цукрів, мл	200	200	100	200	100	200	100	200	100	200	100
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолджувачів, г	50	50	100	50	100	50	100	50	100	50	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	480 (4)	4	100	600 (4)	4	4	100	600 (4)	4	4	100
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція	120 (1)	120		150 (1)		150		150 (1)		150	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	100	1	1	1	100	1	1	1	100
Хліб цільнозерновий, г	90	90	100	150	100	150	100	150	100	150	100
Риба різні сорти морської риби, г	60	60,50	101	90	101	88,00	98	120	96	115,5	96
Штуча охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порції без шкіри та кісток, г	140	139,64	100	200	100	197,77	99	240	100	238,95	100
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру.	1	1,00		1		1,00		1		1	

Чай без вмісту кофеїну, без додавання цукрів та підсолоджувачів, г	0,5	0,5	100	0,5	0,5	100	0,5	0,5	100
	0,5	0,5	100	0,5	0,5	100	0,5	0,5	100

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню для організації одноразового харчування в 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			2 тиждень		
	Вікова група дітей від 6 до 11 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал, г	
Орієнтовна Норма (сніданок)		18-21	17-21	73-88	525-630	
Факт середньоденний		24,53	17,33	79,33	571,39	
Вікова група дітей від 11 до 14 років		21-25	21-25	81-98	600-720	
Орієнтовна Норма (сніданок)		30,45	19,74	91,08	663,8	
Факт середньоденний						
Вікова група дітей від 14 до 18 років		23-27	23-27	93-112	675-810	
Орієнтовна Норма (сніданок)		33,5	20,67	91,83	687,37	
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".

3 ТИЖДЕНЬ

Загальне меню 3 тиждень	Вікова група		
ПОНЕДІЛОК	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Сніданок	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г

Салат зі свіжих помідорів з солодким перцем	65	60	60
Пряжена гудульська (Я, Л, МП, ЗП, Г)	60	60	60
Каша гречана з овочами та томатом з маслом вершковим (Л, МП)	120/3	150/4	150/4,5
Чай	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100
Сир твердий (Л, МП)	7	7	7
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
ВІВТОРОК	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Сніданок			
Овочі різні свіжі (редис, огірки, томати тощо)	25		
Котлети з курячого м'яса припущені (ЗП, Г)	85	130	150
Квасоля з солодким перцем з маслом вершковим (Л, МП)	120/3	150/4	150/4,5
Какао на молоці (Л, МП)	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
Сніданок	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат з білоголової капусти ранньої з огірками	85	85	85
Пюре картопліне з морквою з маслом вершковим (Л, МП)	120/2	150/3	150/3,5
Дудинг сирно-яблучний зі сметаною (Л, МП, ЗП, Г, Я)	100/5	100/5	100/5
Напій з плодів шипшини	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	80	80	80
ЧЕТВЕР	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Сніданок	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат із моркви з селерою (С)	75	65	60
Риба (філе) припущена (Р)	50	75	100
Каша рисова з овочами з маслом вершковим (Л, МП, ЗП)	120/3	150/4	150/4,5
Йогурт (Л, МП)	125	125	125
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100
Хліб цільнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50
П'ЯТНИЦЯ	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років
Сніданок	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г

Салат з капусти пекінської з кунжутом (К)	100	100	100	100
Філе куряче, тушковане в сметанному соусі з куркумою (МП, Л, ЗП, Г)	50/40	70/35	85/35	
Полента з маслом вершковим (МП, Л)	120/3	150/4	150/4,5	
Сік фруктовий	200	200	200	
Фрукти сушені (родзинки або курага)	25	25	25	
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100	

Виконання НОРМ споживання основних груп харчових продуктів згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню для організації одноразового харчування в 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 9 до норм) (зі змінами)

3 ТИЖДЕНЬ

Найменування основних груп харчових продуктів	Вікова група 6-11 років		% виконання	Вікова група 11-14 років		% виконання	Вікова група 14-18 років		% виконання
	НОРМА	ФАКТ		НОРМА	ФАКТ		НОРМА	ФАКТ	
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г	500	492,64	99	500	496,56	99	500	498,06	100
Квашені овочі квашені овочі можуть пропонуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень									
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	500	500	100	500	500	100	500	500	100
Соки фруктові, овочеві, фруктові-ягідні, фруктові-овочеві пастеризовані соки без додавання цукрів, мл	200	200	100	200	200	100	200	200	100
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолоджувачів, г	50	50	100	50	50	100	50	50	100
Крупи, (готова каша), 120г/150г/150г порція		360			450			450	
Макаронні (готова страва), 120г/150г/150г порція									
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порція		120			150			150	

ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій	480 (4)	4	100	600 (4)	4	100	600 (4)	4	100
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція	120 (1)	120		150 (1)	150		150 (1)	150	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	100	1	1		1	1	100
Хліб цільнозерновий, г	90	90	100	150	150	100	150	150	100
Риба різні сорти морської риби, г	60	60,67	101	90	91,00	101	120	121,34	101
Циця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порцій без шкіри та кісток, г	140	138,30	99	200	202,20	101	240	239,4	100
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.	1	1,00	100	1	1,00	100	1	1	100
Молоко, норма 200 г		255,76=1,28 порцій			270=1,35 порцій			270=1,35 порцій	
Йогурт або кефір, норма 125г		125=1 порція			125=1 порція			125=1 порція	
Сир кисломолочний не менше 5% жирності, норма 125г		61=0,49 порцій			61=0,49 порцій			61=0,49 порцій	
Сир твердий, норма 15г		7=0,47 порцій			7=0,47 порцій			7=0,47 порцій	
Сметана 21% жирності, норма 25г		42,4=1,7 порцій			39,9=1,6 порцій			39,9=1,6 порцій	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій	5	4,94	99	5	4,91	98	5	4,91	98
Масло вершкове масло вершкове, що містить не менше ніж 72 відсотки жиру, г	15	15,00	100	20	20,00	100	22,5	22,5	100
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	27,5	27,40	100	32,5	29,81	92	37,5	34	91
Сіль використовується лише йодована сіль, г	8,75	4,92	56	13,125	5,67	43	13,125	5,92	45

Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	37,5	30,85	82	37,5	32,50	87	37,5	32,25	86
Какао без додавання цукрів та підсолоджувачів, г	6	6	100	6	6	100	6	6	100
Чай без вмісту кофеїну, без додавання цукрів та підсолоджувачів, г	0,5	0,5	100	0,5	0,5	100	0,5	0,5	100

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню для організації одноразового харчування в 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	3 тиждень					
	Вікова група дітей від 6 до 11 років	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Ккал, г	
Орієнтовна Норма (сніданок)	18-21	17-21	73-88	525-630		
Факт середньоденний	23,46	16,7	75,91	547,78		
Вікова група дітей від 11 до 14 років						
Орієнтовна Норма (сніданок)	21-25	21-25	81-98	600-720		
Факт середньоденний	29,75	18,82	87,27	637,41		
Вікова група дітей від 14 до 18 років						
Орієнтовна Норма (сніданок)	23-27	23-27	93-112	675-810		
Факт середньоденний	32,64	19,5	87,6	656,36		

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 тижень	Вікова група			
	від 6 до 11 років Вихід, г	від 11 до 14 років Вихід, г	від 14 до 18 років Вихід, г	від 14 до 18 років Вихід, г
ПОНЕДІЛОК				
Сніданок				
Салат з морквою та сиром твердим (Л, МП)	90	85	85	85
Омлет з орегано запечений (Я, Л, МП)	55	55	55	55
Овочева паелья з маслом вершковим (Л, МП, ЗП)	120/3	150/4	150/4,5	150/4,5
Компот із суміші сухофруктів	200	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100	100
Хліб пшеничнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	50
ВІВТОРОК	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років	від 14 до 18 років
Сніданок				
Салат з білоголової капусти свіжої з морквою або огірками	100	95	95	95
Кебаб з сиром запечений (Л, МП, Я)	60	85	85	105
Макаронні вироби відварні з овочами з маслом вершковим (Л, МП, ЗП, Г)	120/3	150/4	150/4,5	150/4,5
Кефір (Л, МП)	120	120	120	120
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100	100
СЕРЕДА	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років	від 14 до 18 років
Сніданок	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г
Салат "Вітамінний"	95	90	90	90
Фрикадельки з курячого м'яса запечені з соусом сметанный з томатом (Л, МП, ЗП, Г)	100/50	145/50	170/50	170/50
Каша пшенична грукла з маслом вершковим (Л, МП, ЗП, Г)	120/3	150/4	150/4,5	150/4,5
Чай	200	200	200	200
Фрукти свіжі (по сезону)	100	100	100	100
Сир твердий (Л, МП)	7	7	7	7
Хліб пшеничнозерновий (Г, ЗП)	30	50	50	50
ЧЕТВЕР	від 6 до 11 років	від 11 до 14 років	від 14 до 18 років	від 14 до 18 років
Сніданок	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г	Вихід, г

Соки фруктові, овочеві, фруктово-ягідні, фруктово-овочеві пастеризовані соки без додавання цукрів, мл	200	200	100	100	100	100	100	100	100	100	200	200	100
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолоджувачів, г	50	50	100	100	50	50	50	50	50	50	50	50	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	480 (4)	4	100	100	600 (4)	4	600 (4)	600 (4)	600 (4)	600 (4)	4	4	100
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порція	120 (1)	120			150 (1)	150	150 (1)	150 (1)	150 (1)	150 (1)	150	150	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	100	100	1	1	1	1	1	1	1	1	100
Хліб цільнозерновий, г	90	90	100	100	150	150	150	150	150	150	150	150	100
Риба різні сорти морської риби, г	60	60,67	101	101	90	91,00	90	90	90	90	121,33	121,33	101
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порцій без шкіри та кісток, г	140	138,46	99	99	200	198,46	200	200	200	200	238,83	238,83	
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.	1 шт.	1 шт.			1 шт.	1 шт.	1 шт.	1 шт.	1 шт.	1 шт.	1 шт.	1 шт.	
Молоко, норма 200 г		235=1,18 порцій				235=1,18 порцій					235=1,18 порцій	235=1,18 порцій	
Йогурт або кефір, норма 125г		120=0,96 порцій				120=0,96 порцій					120=0,96 порцій	120=0,96 порцій	
Сир кисломолочний не менше 5% жирності, норма 125г		59,8=0,48 порцій				61,8=0,49 порцій					63,4=0,51 порцій	63,4=0,51 порцій	

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню для організації одноразового харчування в 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 тижднів				Ккал, г
	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г		
Енергія та поживна цінність					
Вікова група дітей від 6 до 11 років					
Орієнтовна Норма (сніданок)	18-21	17-21	73-88		525-630
Факт середньоденний	23,55	16,76	78,59		559,37
Вікова група дітей від 11 до 14 років					
Орієнтовна Норма (сніданок)	21-25	21-25	81-98		600-720
Факт середньоденний	29,6	19,14	90,57		652,94
Вікова група дітей від 14 до 18 років					
Орієнтовна Норма (сніданок)	23-27	23-27	93-112		675-810
Факт середньоденний	32,75	20,36	91,51		680,26

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 для організації одноразового харчування в 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 9 до норм) (зі змінами)

Найменування основних груп харчових продуктів	Вікова група від 6 до 11 років								% виконання
	Норма за тиждень	1 тиждень ФАКТ	2 тижднів ФАКТ	3 тижднів ФАКТ	4 тижднів ФАКТ	Норма за 4-ри тижні	Факт за 4-ри тижні		
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г	500	492,35	484,83	492,64	486,34	2000	1956,16	98	
Квашені овочі квашені овочі можуть пролонгуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень									
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	500	500	500	500	500	2000	2000	100	

ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ ЗЛАКОВИХ ТА БОБОВИХ, порцій	4	4	4	4	4	4	4	4	4	16	16	100
Картопля (готова страва), 120г/150г/150г порцій	150	150	150	150	150	150	150	150	150	600	600	100
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	100
Хліб цільнозерновий хліб з пшеничного або житнього борошна, г	150	150	150	150	150	150	150	150	150	600	600	100
Риба різні сорти морської риби, г	90	88,89	88,00	88,00	91,00	91,00	91,00	91,00	91,00	360,00	358,89	100
Птиця охолоджена/заморожена, крім водоплавної, вага порцій без шкіри та кісток, г	200	202,20	197,77	197,77	202,20	202,20	202,20	202,20	198,46	800,00	800,63	100
Яйця варені, смажені, з додаванням мінімальної кількості жиру, приготовлені до повної готовності, шт.	1	0,94	1,00	1,00	0,96	0,96	0,96	0,96	1,00	4,00	3,94	99
Молоко, норма 200 г		214,15=1,07 порцій	293,1=1,47 порцій	293,1=1,47 порцій	270=1,35 порцій	270=1,35 порцій	270=1,35 порцій	270=1,35 порцій	235=1,18 порцій	1012,25=5,06порц.	1012,25=5,06порц.	
Йогурт або кефір, норма 125г		125=1 порцій	125=1 порцій	125=1 порцій	125=1 порцій	125=1 порцій	125=1 порцій	125=1 порцій	120=0,96 порцій	495=3,96порц.	495=3,96порц.	
Сир кисломолочний не менше 5% жирності, норма 125г		100=0,8 порцій	70=0,56 порцій	70=0,56 порцій	61=0,49 порцій	61=0,49 порцій	61=0,49 порцій	61=0,49 порцій	61,8=0,49 порцій	292,8=2,34порц.	292,8=2,34порц.	
Сир твердий, норма 15г		14=0,93 порцій	15,58=1,04 порцій	15,58=1,04 порцій	7=0,47 порцій	7=0,47 порцій	7=0,47 порцій	7=0,47 порцій	17,2=1,15 порцій	53,78=3,69порц.	53,78=3,69порц.	
Сметана 21% жирності, норма 25г		28,9=1,16 порцій	21,25=0,85 порцій	21,25=0,85 порцій	39,9=1,6 порцій	39,9=1,6 порцій	39,9=1,6 порцій	39,9=1,6 порцій	29,75=1,19 порцій	119,8=4,79порц.	119,8=4,79порц.	
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ МОЛОКА ТА МОЛОКОПРОДУКТІВ, порцій	5	4,96	4,92	4,92	4,91	4,91	4,91	4,91	4,97	20,00	19,74	99
Масло вершкове масло вершкове, що містить не менше ніж 72 відсотки жиру, г	20	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	80,00	80,00	100
Рослинні жири рафінована олія (більше 50% мононенасичених жирів і менше ніж 40% поліненасичених жирів)	32,5	30,75	30,70	30,70	29,81	29,81	29,81	29,81	29,86	130,00	121,12	93
Сіль використовується лише йодована сіль, г	13,125	5,92	5,62	5,62	5,67	5,67	5,67	5,67	6,23	52,50	23,44	45

Цукор (обмежується додавання цукру та меду під час приготування страв і напоїв), г	37,5	24,25	31,25	32,50	30,00	150,00	118,00	79
Какао без додавання цукрів та підсолоджувачів, г	6	6	6	6	6	24	24	100
Чай без вмісту кофеїну, без додавання цукрів та підсолоджувачів, г	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	2,0	2,0	100

Найменування основних груп харчових продуктів	Вікова група від 14 до 18 років												% виконання
	Норма за тиждень	1 тиждень		2 тиждень		3 тиждень		4 тиждень		Норма за 4-ри тижні	Факт за 4-ри тижні		
		ФАКТ	ФАКТ	ФАКТ	ФАКТ	ФАКТ	ФАКТ	ФАКТ					
Овочі різні різноманітні, сезонні, крім картоплі; свіжі, заморожені або квашені, г	500	486,86	487,29	498,06	490,96	2000,00	1963,17	98					
Квашені овочі квашені овочі можуть пропонуватися не частіше ніж 1 раз на тиждень													
Фрукти та ягоди різноманітні, сезонні, або свіжі, або заморожені, г	500	500	500,00	500	500	2000	2000,00	100					
Соки фруктові, овочеві, фруктові-ягідні, фруктові-овочеві пастеризовані соки без додавання цукрів, мл	200	200	200	200	200	800	800	100					
Фрукти та ягоди сушені різноманітні, без додавання цукрів і підсолоджувачів, г	50	50	50	50	50	200	200	100					
Крупи, (готова каша), 120г/150г/150г порція		450	450	450	450		1800						
Макаронні (готова страва), 120г/150г/150г порція		150	150	150	150		450						
Бобові (готова страва), 120г/150г/150г порція				150			150						
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	150		600						
ЗАГАЛЬНА КІЛЬКІСТЬ КАРТОПЛІ, порцій	1	1	1	1	1	4	4						

Какао без додавання цукрів та підолоджувачів, г	6	6	6	6	6	24	24	24	100
Чай без вмісту кофеїну, без додавання цукрів та підолоджувачів, г	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	2	2	2,0	100

Поживна та енергетична цінність згідно з примірним чотиритижневим сезонним меню для організації одноразового харчування в 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		
	Білок, г	Жир, г	Вуглеводк., г	Білок, г	Жир, г	Вуглеводк., г	Білок, г	Жир, г	Вуглеводк., г	Білок, г	Жир, г	Вуглеводк., г	Білок, г	Жир, г	Вуглеводк., г
Вікова група дітей від 6 до 11 років	18-21	17-21	73-88	18-21	17-21	73-88	18-21	17-21	73-88	18-21	17-21	73-88	18-21	17-21	73-88
Орієнтовна Норма (сніданок)	18-21	17-21	73-88	18-21	17-21	73-88	18-21	17-21	73-88	18-21	17-21	73-88	18-21	17-21	73-88
Факт середньодобовий	25,29	17,54	80,19	24,53	17,33	79,33	23,46	16,7	75,91	23,55	16,76	78,59	24,208	17,08	78,51
Вікова група дітей від 11 до 14 років	21-25	21-25	81-98	21-25	21-25	81-98	21-25	21-25	81-98	21-25	21-25	81-98	21-25	21-25	81-98
Орієнтовна Норма (сніданок)	21-25	21-25	81-98	21-25	21-25	81-98	21-25	21-25	81-98	21-25	21-25	81-98	21-25	21-25	81-98
Факт середньодобовий	31,35	19,9	91,99	672,445	30,45	19,74	91,08	663,8	29,75	18,82	87,27	637,41	29,6	19,14	90,57
Вікова група дітей від 14 до 18 років	23-27	23-27	93-112	23-27	23-27	93-112	23-27	23-27	93-112	23-27	23-27	93-112	23-27	23-27	93-112
Орієнтовна Норма (сніданок)	23-27	23-27	93-112	23-27	23-27	93-112	23-27	23-27	93-112	23-27	23-27	93-112	23-27	23-27	93-112
Факт середньодобовий	34,48	21,14	93,1	700,54	33,5	20,67	91,83	687,37	32,64	19,5	87,6	656,36	32,75	20,36	91,51

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 для організації одноразового 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 розроблене з урахуванням вимог Постанови Кабінету Міністрів України від 24.03.2021р. №305 (Додаток 9) (зі змінами).

В примірному чотиритижневому сезонному меню для організації одноразового 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 та кулінарні вироби, що входять до складу сніданків розроблені згідно з Методичним посібником «Організація харчування дітей у дошкільних навчальних закладах», 2014 р.,

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 звіт/номер: № 46/3-05 від 12.12.2021 р.
Протокол засідання комісії: № 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 АНДРУСОВА