

ПОГОДЖЕНО:

Начальник Тлумацького відділу
Івано-Франківського управління
Головного управління держпродспоживслужби
в Івано-Франківській області

Білий

ЗАТВЕРДЖУЮ:

Директор Жуківської гімназії
Обертинської селищної ради
Г. Павлішин

2023 р

Перспективне меню

Жуківської гімназії II семестр 2022/2023 н.р.

(відповідно до Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти)

I тиждень

II тиждень

Понеділок			Понеділок		
		Вага			Вага
1	Салат з капусти свіжої	50	1	Капуста тушена	50
2	Макарони відварні Г.ЗП	120	2	Рагу овочеве з сметаною МП.Л	120/25
3	Курячий шніцель	70	3	Котлета з курячого філе	85
4	Компот з сухофруктів	200/25	4	Компот з сухофруктів	200
5	Хліб з маслом Г.ЗП, Л.МП	20/4	5	Хліб з маслом Г.ЗП, Л.МП	20/4
6			6		
Вівторок			Вівторок		
		Вага			Вага
1	Салат з бурячка	50	1	Салат з буряка	50
2	Каша гречана ЗП з маслом МП.Л	120/4	2	Картопля пюре з сметаною МП.Л	120/25
3	Яйце варене	1шт	3	Хек тушений з овочами	90
4	Чай	200	4	Чай	200
5	Хліб (Г)	20	5	Хліб з маслом Г МП.Л	20/4
6	Яблуко свіже	100	6	Яблуко свіже	100
7	Йогурт	125	7		
Середа			Середа		
		Вага			Вага
1	Огірок квашений	100	1	Вінегрет	100
2	Плов з курячим м'ясом Г.ЗП	120/48	2	Гречка з маслом МП.Л	120/4
3	Какао з молоком Л.МП	180/20/6	3	Яйце варене Я	1шт
4	Хліб з маслом Г.ЗП, Л.МП	20/4	4	Молоко 2,6% МП.Л	200
5	Груша свіжа	100	5	Хліб	20
6			6	Груша свіжа	100
			7		
Четвер			Четвер		
		Вага			Вага
1	Вінегрет	100	1	Огірок квашений	100
2	Хек тушений з овочами РГ,З	90	2	Макарон з маслом МП.Л	120/2
3	Картопляне пюре з маслом МП,Л	120/4	3	Сирна запіканка МП.Л	100
4	Чай	200	4	Узвар	200
5	Хліб Г	20	5	Хліб	20/4,5
6	яблуко	100	6		
7					
П'ятниця			П'ятниця		
		Вага			Вага
1	Салат з свіжої капусти	50	1	Салат з свіжої капусти	50
2	Горохове пюре Г.ЗП	120	2	Плов з курячим м'ясом Г.ЗП	120/100
3	Компот із сухофруктів	200	3	Хліб з маслом Г.ЗП, Л.МП	20/4
4	Хліб з маслом Г.ЗП, Л.МП	20/4	4	Яблуко свіже	100
5	Йогурт	125	5	йогурт	125
6			6		

3 тиждень

4 тиждень

Понеділок			Понеділок		
		Вага			Вага
1	Капуста тушена	50	1	Салат з буряка з сметаною	50/25
2	Каша гречана з маслом МП.Л	120/4	2	Плов з курячим мясом	120/70
3	Яйце варене Я	1 шт	3	Компот з сухофруктів	200
4	Чай	200	4	Хліб з маслом Г.ЗП, Л.МП	20/4
5	Хліб Г.ЗП	20	5		
6	яблуко	100	6		
7	Йогурт	125	7		
Вівторок			Вівторок		
		Вага			Вага
1	Вінегрет	50	1	Огірок квашений	100
2	Горохове пюре	120	2	Картопля пюре з маслом	250/4
3	Хек тушений з овочами Р	90	3	Курячий шніцель	70
4	Чай	200	4	Чай	200
5	Хліб з маслом Г.ЗП, Л.МП	20/4	5	Хліб Г.ЗП,	20
6	Яблуко свіже	100	6	Йогурт	125
7			7	Яблуко свіже	100
Середа			Середа		
		Вага			Вага
1	Салат з буряка	50	1	Вінегрет	100
2	Картопля пюре з сметаною МП.Л	120/4	2	Галушки з сметаною	120/25
3	Шніцель з курячого філе	70	3	Чай	200
4	Чай	200	4	Хліб з маслом Г.ЗП, Л.МП	20/4
5	Хліб з маслом Г.ЗП, Л.МП	20/4/	5	Груша	100
6	Яблуко свіже	100	6		
7			7		
Четвер			Четвер		
		Вага			Вага
1	Салат з капусти	50	1	Салат з капусти	50
2	Вівсяні пластівці з маслом МП.Л	120/2	2	Каша гречана з маслом Г.ЗП, МП.Л	120/4
3	Сирна запіканка МП.Л	100	3	Сирна запіканка Л.МП	100
4	Чай	200	4	Компот з сухофруктів	200
5	Хліб Г.ЗП,	20	5	Хліб Г.ЗП	20
6	Груша свіжа	100	6		
7			7		
П'ятниця			П'ятниця		
		Вага			Вага
1	Огірок квашений	100	1	Салат з моркви	50
2	Макарон з маслом Г.ЗП, МП.Л	120/4	2	Макарон відварний Г.ЗП	120
3	Котлета куряча	85	3	Хек тушений з овочами РГ,З	90
4	Чай	200	4	Какао з молоком Л.МП	180/20/6
5	Хліб Г.ЗП,	20	5	Хліб з маслом Г.ЗП, Л.МП	20/4
6	Йогурт	125	6	Яблуко свіже	100
7	Яблуко свіже	100	7		

Кухар  Г.М. Моздір