ПОГОДЖУЮ
Начальник відділу Державного нагляду за дотриманням
санітарного регламенту Житомирського міського управління
Головного управління Держпродспоживслужби
в Житомирській області
_____ Галина ШАРАПА
«__» _____ 2024 року

ЗАТВЕРДЖУЮ
Директор департаменту освіти
Житомирської міської ради
_____ Валентин АРЕНДАРЧУК
«__» _____ 2024 року

ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ СЕЗОННЕ МЕНЮ
НА ОСІННІЙ ПЕРІОД
для харчування дітей у закладах дошкільної освіти м. Житомира
(в грамах на одну дитину)

Нормативно-технологічна документація	I тиждень				Нормативно-технологічна документація	II тиждень				Нормативно-технологічна документації	III тиждень				Нормативно-технологічна документації	IV тиждень			
	АЛЕРГЕН	Назва страв і продуктів	Вага (гр.)			АЛЕРГЕН	Назва страв і продуктів	Вага (гр.)			АЛЕРГЕН	Назва страв і продуктів	Вага (гр.)			АЛЕРГЕН	Назва страв і продуктів	Вага (гр.)	
			1-4	4-6 (7)				1-4	4-6 (7)				1-4	4-6 (7)				1-4	4-6 (7)
ПОНЕДІЛОК																			
СНІДАНОК					**СНІДАНОК**					**СНІДАНОК**					**СНІДАНОК**				
№ 1/со	Я Л	Омлет	58	58	№ 72/со	Г Л Я МП ЗП	Пудинг овочевий	75	100	№ 144/со	МП Г	Морква тушкована в сметанному соусі	61	82	№ 215/со	Л МП ЗП Г	Котлети морквяні	67/19	110/25
№ 2/со	Г	Кабачки смажені з помідорами	40	43	№ 73/со	ЗП Л МП	Макаронні вироби відварені з молоком	190	245	№ 145/со	ЗП Л МП	Каша «Янтарна» (із пшона з яблуками)	100	125	№ 216/со	ЗП Л МП Я	Каша боярська	80	85

№ 3/со	ЗП МП Л	Каша в'язка пшоняна з фруктами та соусом фруктовим	127/30	157/40	№ 74/со		Сік	120	180	№ 146/со		Соус фруктовий	41	58	№ 217/со		Соус ягідний	30	30
№ 4/со	Л	Какао з молоком	150	180	№ 75/со		Фрукти свіжі (банани)	60	80	№ 147/со		Сік	120	180	№ 218/со	Л	Какао з молоком	150	180
№ 4а/со		Фрукти свіжі (мандарини)	36	50		Г	Хліб цільно зерновий	30	30		Г	Хліб цільно зерновий	30	30	№ 219/со		Фрукти свіжі (груші)	40	60
	Г	Хліб цільно зерновий	30	30												Г	Хліб цільно зерновий	30	30
ОБІД					**ОБІД**					**ОБІД**					**ОБІД**				
№ 5/со		Огірки свіжі або солоні	9	14	№ 76/со		Овочі натуральні (огірки свіжі)	26	36	№ 148/со	ЗП МП	Суп рисовий з помідорами	150	200	№ 220/со		Салат із свіжих помідорів	22	-
№ 6/со	МП	Суп з цвітною капустою із сметаною	150/7	200/9	№ 77/со	ЗП	Суп з пшоняною крупою	200	250	№ 149/со	Р Г Л Я	Рулет з риби	67	100	№ 221/со		Помідори натуральні свіжі або солоні	-	32
№ 7/со	Р Г	Биточки рибні	62	93	№ 78/со	Р	Риба тушкована з помідорами та цибулею	73	70	№ 150/со	Г ЗП МП	Макарони відварені з сиром	65	80	№ 222/со	Б	Суп із сочевицею	200	250
№ 8/со	Б	Пюре із бобових з цибулею	88	110	№ 79/со	Л МП	Пюре картопляне	95	118	№ 151/со		Кабачки припущені	16	16	№ 223/со	Р Я Г	Шніцель рибний натуральний	47	70
№ 9/со		Компот із свіжих фруктів	120	150	№ 80/со		Напій з винограду	150	180	№ 152/со		Компот із свіжих фруктів	150	180	№ 224/со	МП	Картопля тушкована	95	120
№ 10/со		Фрукти свіжі (сливи)	40	50	№ 81/со		Фрукти свіжі (груші)	40	50	№ 153/со		Фрукти свіжі (яблука)	30	45	№ 225/со		Компот із свіжих фруктів	150	180
	Г	Хліб цільнозерновий	30	30		Г	Хліб цільнозерновий	30	30		Г	Хліб цільнозерновий	30	30	№ 226/со		Фрукти свіжі (банани)	30	45

																Г	Хліб цільнозерновий	30	30
ВЕЧЕРЯ					**ВЕЧЕРЯ**					**ВЕЧЕРЯ**					**ВЕЧЕРЯ**				
№ 11/со	Г	Котлети січені з м'яса курки	58	77	№ 82/со		Борани з курей із баклажанами	60	80	№ 154/со	Г	Чахохбілі	70	90	№ 227/со	МП	Сир (порціями)	6	10
№ 12/со	ЗП МП	Каша в'язка гречана	80	100	№ 83/со	ЗП МП	Каша в'язка рисова	80	100	№ 155/со	Г	Котлети картопляні	50	50	№ 228/со	Г	Кабачки, фаршировані овочами	45/17	60/22
№ 13/со	Г МП	Баклажани смажені з сиром	49	65	№ 84/со	МП	Кукурудза припущена	15	20	№ 156/со	ЗП МП Я Г	Запіканка пшенична з гарбузом	110	126	№ 229/со	Г Я	Котлети натуральні з філе курки паніровані в сухарях	48	65
№ 14/со	Л	Кисіль молочний	150	180	№ 85/со	Л	Кисіль молочний	150	200	№ 157/со	Л	Какао з молоком	140	190	№ 230/со	МП	Каша в'язка гречана	80	100
															№ 231/со		Відвар із плодів шипшини	150	180
ВІВТОРОК																			
СНІДАНОК					**СНІДАНОК**					**СНІДАНОК**					**СНІДАНОК**				
№ 15/со		Салат із свіжих помідорів	45	60	№ 86/со	Я Г	Яєшня з хлібом і цибулею	67	67	№ 158/со	МП	Сир (порціями)	9	13	№ 232/со		Ікра овочева	43	58
№ 16/со	Г МП Л Я	Тюфтельки з вареного м'яса курки	53/25	72/30	№ 87/со	Г	Капуста смажена в сухарях	45	64	№ 159/со		Салат «Полонинський»	38	52	№ 233/со	Я Г	Суфле із м'яса курки	46	63
№ 17/со	ЗП МП	Каша в'язка ячна	80	100	№ 88/со	МП	Каша в'язка гречана	82	102	№ 160/со	Л МП Г Я	Суфле із м'яса курки з цвітною капустою	60	82	№ 234/со	ЗП МП	Каша в'язка кус-кус	80	100
№ 18/со	МП	Кефір (йогурт)	100	125	№ 89/со		Яблука печені	56	72	№ 161/со	ЗП	Каша розсипчаста	88	110	№ 235/со		Кефір (йогурт)	100	125

												ячна з цибулею							
№ 19/со		Апельсини з цукром	40/ 7,5	50/ 7,5	№ 90/со	МП	Кефір (йогурт)	100	125	№ 162/со		Компот із суміші свіжих плодів і баштанних	150	180	№ 236/со		Апельсини з цукром	60/7,5	80/7,5
	Г	Хліб цільнозерновий	30	30						№ 163/со		Фрукти свіжі (банани)	30	46		Г	Хліб цільнозерновий	30	30
ОБІД					**ОБІД**					**ОБІД**					**ОБІД**				
№ 20/со	МП	Суп із овочів	150	200	№ 91/со		Овочі натуральні	16	20	№ 164/со	Я Г МП	Суп-пюре з яйцем із фрикадельками	150/12	200/16	№ 237/со	МП	Борщ чернігівський	150	200
№ 21/со	Г Я МП	Мафіни з овочами та сиром твердим	53	70	№ 92/со	МП	Борщ з картоплею	180/5	200/8	№ 165/со	ЗП Г	Перець фарширований курячим м'ясом та рисом	80	105	№ 238/со	МП	Філе курки запечене під сиром	55	73
№ 22/со	ЗП МП	Плов з родзинками	90	110	№ 93/со	МП	Кури з яблуками в сметані	60	80	№ 166/со	Б МП Г	Бобові в сметанному соусі	82	100	№ 239/со	ЗП МП	Каша в'язка вівсяна	80	100
№ 23/со		Компот із свіжих фруктів	120	150	№ 94/со	ЗП МП	Каша в'язка вівсяна	80	100	№ 167/со		Відвар із липи	150	180	№ 240/со		Відвар ароматний	150	180
№ 24/со		Плоди або ягоди свіжі (персики)	45	60	№ 95/со		Узвар з родзинок	180	200	№ 168/со		Фрукти свіжі (мандарини	40	55	№ 241/со		Фрукти свіжі (яблука)	37	45
	Г	Хліб цільнозерновий	30	30	№ 96/со		Фрукти свіжі (персики)	42	52		Г	Хліб цільнозерновий	30	30		Г	Хліб цільнозерновий	30	30
						Г	Хліб цільнозерновий	30	30										

ВЕЧЕРЯ					**ВЕЧЕРЯ**					**ВЕЧЕРЯ**					**ВЕЧЕРЯ**				
№ 25/со	МП Л Я ЗП	Пудинг сирно-яблучний	105	135	№ 97/со	Г МП	Овочі припущені з соусом	82	115	№ 169/со	МП	Гарбуз, запечений з фруктами	84	110	№ 242/со	ЗП Л	Каша в'язка пшоняна з гарбузом	157	207
№ 26/со	Л МП	Каша гарбузова	95	120	№ 98/со	Г МП Л Я	Оладки курячі	62	80	№ 170/со	ЗП Г	Биточки рисові	80	100	№ 243/со	МП Г Я	Вареники ліниві з соусом із кураги	78/19	100/36
№ 27/со		Сік	120	180	№ 99/со	ЗП МП	Каша розсипчаста кус-кус	80	100	№ 171/со	МП	Йогурт (кефір)	100	125	№ 244/со		Сік	120	180
					№ 100/со		Відвар з ромашки	150	180		Г	Хліб цільно зерновий	30	30					
СЕРЕДА																			
СНІДАНОК					**СНІДАНОК**					**СНІДАНОК**						**СНІДАНОК**			
№ 28/со	МП	Сир (порціями)	8	10	№ 101/со		Салат із свіжих помідорів і огірків	61	81	№ 172/со		Ікра кабачкова	25	30	№ 245/со		Салат з білоголової капусти	37	55
№ 29/со	Г	Гуляш із м'яса курки	30/ 20	40/ 30	№ 102/со		Биточки січені з м'яса курки (парові)	58	78	№ 173/со	Я Л МП	Омлет з сиром	57	60	№ 246/со	Я Л	Омлет з морквою (запечений)	66	66
№ 30/со	ЗП МП	Каша в'язка кус-кус	80	100	№ 103/со	ЗП МП	Каша в'язка пшенична	80	100	№ 174/со	ЗП МП Л	Каша в'язка кус-кус з морквою	90	120	№ 247/со	ЗП Л МП	Каша рідка молочна рисова	150	205
№ 31/со	Г МП	Рагу із кабачків з томатами	35	50	№ 104/со	Л	Кисіль із какао	150	200	№ 175/со		Напій із винограду	120	150	№ 248/со		Груші або яблука з сиропом	150	180
№ 32/со		Відвар з ромашки сушеної	150	180	№ 105/со		Фрукти свіжі (кавуни)	45	60	№ 176/со		Фрукти свіжі (груші)	30	45	№ 249/со		Фрукти свіжі (виноград)	30	40

№ 33/со		Фрукти свіжі (банани)	45	60		Г	Хліб цільно зерновий	30	30		Г	Хліб цільно зерновий	30	30		Г	Хліб цільно зерновий	30	30
	Г	Хліб цільно зерновий	30	30															
ОБІД					**ОБІД**					**ОБІД**					**ОБІД**				
№ 34/со		Салат із білоголової капусти	27	40	№ 106/со		Салат морквяно-яблучний	34	49	№ 177/со		Салат із білоголової капусти та моркви	37	49	№ 250/со	МП	Суп овочевий	150	200
№ 35/со	ЗП МП	Кулешик із помідорами з сметаною	200 /8	180 /5	№ 107/со	МП	Юшка гуцульська з картоплею	150	200	№ 178/со	Б Г	Суп-пюре із бобових з грінками	150/20	200/20	№ 251/со	Г МП	Бефстроганов	58	76
№ 36/со	МП Г	М'ясо варене з яблучним соусом	27 /30	36 /40	№ 108/со		Чалав (м'ясо тушковане з цибулею)	45	60	№ 179/со	Г Я МП	Вареники з курячим м'ясом	81	108	№ 252/со	Б МП	Пюре із гороху	80	100
№ 37/со	Л МП	Картопляне пюре	94	117	№ 109/со	Б МП	Пюре із сочевиці	80	100	№ 180/со		Фрукти свіжі (апельсини)	60	80	№ 253/со	ЗП	Кукурудза відварена	20	20
№ 38/ со		Узвар	180	200	№ 110/со		Компот із плодів або ягід швидкозаморожених	150	180	№ 181/со		Відвар із липового цвіту	150	180	№ 254/со		Компот із свіжих фруктів	150	180
№ 39/со		Фрукти свіжі (сливи)	45	60	№ 111/со		Фрукти свіжі (мандарини)	31	37		Г	Хліб цільно зерновий	30	30	№ 255/со		Фрукти свіжі (банани)	40	55
	Г	Хліб цільно зерновий	30	30		Г	Хліб цільно зерновий	30	30							Г	Хліб цільно зерновий	30	30
ВЕЧЕРЯ					**ВЕЧЕРЯ**					**ВЕЧЕРЯ**					**ВЕЧЕРЯ**				
№ 40/со		Капуста цвітна припущена з овочами	50	65	№ 112/со	Я Л Г МП	Драчена	50	50	№ 182/со	ЗП Л МП Г	Кнелі із курячого м'яса з рисом в сметанно-томатному соусі	55/ 32	80/ 56	№ 256/со		Овочі натуральні	35	45

№ 41/со	ЗП Л МП	Банош по - гуцульськи	80/4	100 /6	№ 113/со	ЗП МП Л Я Г	Зрази рисові з овочами	112	140	№ 183/со	ЗП Я Г МП	Запіканка овочева	90	112	№ 257/со	Г	Рагу із м'яса курки	97	138
№ 42/со		Напій із винограду	150	180	№ 114/со	МП Л Г	Соус сметанний з томатом	30	67	№ 184/со		Кисіль із кураги	150	180	№ 258/со	ЗП МП Я	Локшина запечена з сиром із соусом	110 /30	132 /30
					№ 115/со		Відвар яблучний	120	150						№ 259/со	Л	Какао з молоком	150	180
ЧЕТВЕР																			
СНІДАНОК					**СНІДАНОК**					**СНІДАНОК**					**СНІДАНОК**				
№ 43/со	ЗП Г МП Л	Каша молочна вівсяна з гарбузом	120	152	№ 116/со	Г	Рагу овочеве	70	90	№ 185/со	МП	Сир (порціями)	-	6	№ 260/со	МП	Сир (порціями)	8,5	13
№ 44/со	МП Я Г	Сирники рожеві	74	96	№ 117/со	ЗП Л МП	Каша рідка молочна ячмінна	145	215	№ 186/со	МП	Кури з яблуками в сметані	60	80	№ 261/со	Л Г Я МП	Пудинг із цвітної капусти	61	83
№ 45/со		Чай	150	180	№ 118/со		Чай	150	180	№ 187/со	МП	Каша в'язка гречана	80	100	№ 262/со	Г Я	Нагетси курячі	58	78
№ 46/со		Фрукти свіжі (персики)	60	80	№ 119/со		Фрукти свіжі (сливи)	60	80	№ 188/со	МП	Капуста смажена	43	55	№ 263/со	ЗП	Каша розсипчаста пшенична з цибулею	88	110
	Г	Хліб цільно зерновий	30	30		Г	Хліб цільно зерновий	30	30	№ 189/со		Груші або яблука з сиропом	150	180	№ 264/со		Яблука печені	53	70
											Г	Хліб цільно зерновий	30	30	№ 265/со		Чай	150	180

																Г	Хліб цільно зерновий	30	30
ОБІД					**ОБІД**					**ОБІД**					**ОБІД**				
№ 47/со		Овочі натуральні	10	14	№ 120/со		Овочі натуральні	-	14	№ 190/со	МП	Борщ по-бахмацьки	150	200	№ 266/со		Буряки тушковані з чорносливом	40	55
№ 48/со	МП	Борщ з капустою та картоплею	150 /5	200 /8	№ 121/со	МП	Суп із курей з локшиною	150/8	200/19	№ 191/со	Я	Суфле м'ясне з овочами	38	52	№ 267/со	ЗП МП Г	Суп-пюре із крупів рисових з грінками	150 /20	200 /20
№ 49/со	Г Я	Котлети з філе курки	48	65	№ 122/со	ЗП МП	Голубці ліниві з м'ясом курки	80	80	№ 192/со	ЗП МП	Каша в'язка кукурудзяна	70	85	№ 268/со	Р МП Г	Риба запечена з картоплею	122	193
№ 50/со	ЗП Г МП	Макарони відварені з маслом	80	-	№ 123/со		Узвар	180	200	№ 193/со		Кисіль із слив	150	180	№ 269/со		Компот із свіжих фруктів	150	180
	ЗП Г МП	Макарони відварені з маслом із сиром	-	100/3	№ 124/со		Фрукти свіжі (груші)	60	80	№ 194/со		Фрукти свіжі (банани)	30	40	№ 270/со		Фрукти свіжі (абрикоси)	30	45
№ 51/со		Відвар з плодів шипшини	150	180		Г	Хліб цільно зерновий	30	30		Г	Хліб цільно зерновий	30	30		Г	Хліб цільно зерновий	30	30
№ 52/со		Фрукти свіжі (яблука)	60	80															
	Г	Хліб цільно зерновий	30	30															
ВЕЧЕРЯ					**ВЕЧЕРЯ**					**ВЕЧЕРЯ**					**ВЕЧЕРЯ**				
№ 53/со		Салат з помідорів	40	50	№ 125/со		Ікра із гарбуза	25	30	№ 195/со	ЗП МП	Каша гарбузова	86	110	№ 271/со	ЗП	Макарони відварені з овочами	68	85
№ 54/со	Р	Риба тушкована в томаті з овочами	57	89	№ 126/со	Р Г Л МП	Котлети рибні «Бужок»	60	90	№ 196/со	МП Я ЗП Г	Пудинг із сиру (запечений)	78/ 20	110/20	№ 272/со	МП ЗП Я Л	Пудинг сирно-морквяний	127	165

						Я													
№ 55/со	ГЯМП	Ньокі (картопляні галушки)	120	150	№ 127/со		Картопля тушкована	95	120	№ 197/со		Сік	120	180	№ 273/со		Сік	120	180
№ 56/со	МПЗПЛЯГ	Запіканка рисова з сиром	112	140	№ 128/со	ЗПЛЯМПГ	Пудинг пшоняний	82	100										
№ 57/со		Сік	120	180	№ 129/со		Сік	120	180										
П'ЯТНИЦЯ																			
СНІДАНОК					**СНІДАНОК**					**СНІДАНОК**					**СНІДАНОК**				
№ 58/со	ЯЛМП	Омлет з морквою (запечений)	54	-	№ 130/со	ГМП	Кури тушковані по-домашньому	30/75	40/100	№ 198/со	ЯЛ	Омлет з морквою (запечений)	60	60	№ 274/со		Салат «Осінній»	42	62
	ЯЛМП	Омлет з морквою (запечений), огірки свіжі чи солоні	-	54/8	№ 131/со	ЗПМП	Каша в'язка кукурудзяна із сиром твердим	86	110	№ 199/со	МПГ	Баклажани тушковані з помідорами	43	63	№ 275/со	ЯЛГМП	Драчена з овочами	80	80
№ 59/со	ЗПМПЛЯ	Шарлотка з пшона та овочів	115	140	№ 132/со		Напій із винограду	150	180	№ 200/со	ЗПЛМП	Каша рідка молочна вівсяна	145	215	№ 276/со	ЗПМП	Каша в'язка вівсяна	80	100
№ 60/со	Л	Кисіль із какао	150	180	№ 133/со		Фрукти свіжі (банани)	40	60	№ 201/со		Компот із свіжих фруктів	150	180	№ 277/со	Л	Кисіль молочний	120	180
№ 61/со		Фрукти свіжі (банани)	60	80		Г	Хліб цільно зерновий	30	3 0	№ 202/со		Фрукти свіжі (апельсини)	30	45	№ 278/со		Фрукти свіжі (банани)	50	70
	Г	Хліб цільно зерновий	30	30							Г	Хліб цільно зерновий	30	30		Г	Хліб цільно зерновий	30	30

ОБІД					ОБІД					ОБІД					ОБІД				
№ 62/со	Г МП	Суп-пюре з гороху із грінками	150/16	200/16	№ 134/со	МП	Салат із буряків з сиром	33	51	№ 203/со		Овочі натуральні свіжі	22	-	№ 279/со		Цибуля зелена (ріпчаста) свіжа	18	21
№ 63/со	Г Я	Зрази картопляні з курячим м'ясом	95	110	№ 135/со	МП	Шурва (суп картопляний з помідорами)	180	200	№ 204/со		Овочі натуральні солоні	-	32	№ 280/со	МП Г	Борщ український з пампушками	150 /30	200 /30
№ 64/со	МП	Бігос овочево-курячий зі сметаною	10/ 34	17/ 50	№ 136/со	Я ЗП Г	Пукучяй (кульки м'ясні)	56	74	№ 205/со	МП	Юшка селянська	150	200	№ 281/со	Я Г	Ковбаски «Львівські»	51	68
№ 65/со		Відвар з кураги	150	180	№ 137/со	МП	Каша в'язка гречана	82	102	№ 206/со	Г МП	Гуляш	45	62	№ 282/со	ЗП МП	Каша в'язка кукурудзяна	80	100
№ 66/со		Фрукти свіжі (апельсини)	60	80	№ 138/со		Компот із плодів або ягід швидкоза морожених	150	180	№ 207/со	Б МП	Пюре із бобових	80	100	№ 283/со		Відвар яблучний	150	180
					№ 139/со		Фрукти свіжі (диня)	40	50	№ 208/со		Яблука печені	55	75	№ 284/со		Фрукти свіжі (груші)	40	50
						Г	Хліб цільно зерновий	30	30	№ 209/со		Чай	150	180		Г	Хліб цільно зерновий	30	30
											Г	Хліб цільно зерновий	30	30					
ВЕЧЕРЯ					ВЕЧЕРЯ					ВЕЧЕРЯ					ВЕЧЕРЯ				
№ 67/со	МП	Сир (порціями)	10	15	№ 140/со	Г	Капуста тушкована	27	43	№ 210/со		Пюре з буряків	38	49	№ 285/со	МП	Сир (порціями)	7	11
№ 68/со		Салат із свіжих огірків	47	67	№ 141/со	ЗП	Макарони відварені з овочами	73	84	№ 211/со	Р Г Я Л МП	Котлети рибні любительські із сметанним соусом	59/ 20	88/ 30	№ 286/со	МП	Капуста смажена	2 5	33

№ 69/со		Бозартма із курей (печеня з курей)	53	63	№ 142/со	МП ЗП Я	Запіканка з сиру	90	123	№ 212/со	Л МП	Картопляне пюре	94	117	№ 287/со	Г МП	Зрази із курей фаршировані рисом	77	100
№ 70/со	ЗП МП	Каша розсипчаста булгур	80	100	№ 143/со		Соус абрикосовий	45	65	№ 213/со	ЗП Л Я МП	Галушки круп'яні	80	100	№ 288/со	Б	Товчанка	128	145
№ 71/со		Відвар з ромашки	150	180	№ 144а/ со		Чай	150	180	№ 214/со		Напій із плодів шипшини	150	180	№ 289/со		Узвар	150	180

При внесенні змін меню буде допогоджуватись.

Інженер-технолог департаменту освіти
Житомирської міської ради — Ольга ЛІСОГУРСЬКА

Інженер-технолог — Анфіса ОСІПЧУК