

ПОГОДЖЕНО

Заступник начальника управління
начальник відділу державного нагляду
за дотриманням санітарного законодавства
Управління безпеки харчових продуктів
та ветеринарної медицини, державного нагляду
за дотриманням санітарного законодавства
Білоцерківського району
Головний управління Держпродспожислужби
в Київській області



ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Дроздівської гімназії - початкової школи



Людмила Боруженя

31 серпня 2026 рік

ПРИМІРНЕ ЧОТИРИТИЖНЕВЕ СЕЗОННЕ МЕНЮ ДЛЯ ЗДІЙСНЕННЯ ХАРЧУВАННЯ ДІТЕЙ В
ДРОЗДІВСЬКОЇ ГІМНАЗІЇ - ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ БІЛОЦЕРВСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ КИЇВСЬКОЇ ОБЛАСТІ
НА ОСІННІЙ ПЕРІОД

2026/2027 НАВЧАЛЬНОГО РОКУ

(при одноразовому харчуванні згідно Додатку № 9 до Постанови 305)

I- тиждень													
№ з/п			Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.				
				вихід гр.	525-630	18-21	17-21	73-88	вихід г	600-720	21-25	21-25	81-98
				Енерго- цінність ккал	Білки,г.	Жири,г		Вуглеводи, г.		Енерго- цінність ккал	Білки,г.	Жири г	Вуглеводи, г.
ПОНЕДІЛОК													
1	Пром.вир	МП,Л.	Сир твердий	15	54	4	4,1	0	15	54	4	4,1	0
2	01.06	Л,Я,МП.	Салат з яєць та яблук зі сметаною	75	90,6	6,15	6,3	2,25	75	90,6	6,15	6,3	2,25
3	08.16	МП,Л,С.	Овочева паелья	150	200,7	4,4	5,4	33,1	200	267,6	5,8	7,2	44,2
4	Пром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
5	Пром.вир	-	Сік натуральний	200	98,7	1,2		22,5	200	98,7	1,2		22,5
6	12.01	-	Яблука свіжі	100	48	0,5	0,3	10	100	48	0,5	0,3	10
Всього				570	563	18,25	18,1	77,85	640	676,9	20,65	21,9	95,65
ВІВТОРОК													
1	1.11	-	Салат з огірків,петрушки з часником	100	52,4	1,59	3,23	4,02	120	62,88	1,9	3,88	4,82
2	4.14	Л,МП.	Бігос з гречкою та курячм м'ясом	200	234,64	23,56	7,3	21,26	200	234,64	23,56	7,3	21,26
3	Пром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
4	11.12	МП,Л.	Йогурт	125	86	2	6,3	5,3	125	86	2	6,3	5,3
5	12.01	-	Банани свіжі	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
Всього				555	539,04	30,65	19,03	62,38	595	596,52	31,96	21,68	69,88
СЕРЕДА													
1	08.18	-	Овочеве соте "Літне"	100	84,8	1,7	5,5	6,7	120	101,76	2,04	6,6	8,04
2	07.10	МП,Я,Л,Г.	Запіканка сирна з морквою зі сметанок	195	359,58	23,02	17,72	26,09	215	396,1	25,53	19,35	28,94
3	11.03	-	Узвар з суміші сухофруктів	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
4	12.01	-	Мандарини свіжі	100	38	0,8	0,2	9	100	38	0,8	0,2	9
Всього				545	563,18	25,72	24,12	60,49	585	616,66	28,57	26,85	64,68
ЧЕТВЕР													
1	1.39	Л,МП,С.	Салат з буряка та селери з сиром	100	94,43	3,2	5,47	8,67	120	113,3	3,84	6,56	10,4
2	08.13	МП,Л.	Картопляне пюре з орегано	100	133,51	2,36	6,18	17,59	150	203,27	3,54	9,27	26,39
3	4.17	Г.	Чахохбілі з куркою	100	126,29	15,2	4,48	5,3	100	126,29	15,2	4,48	5,3
4	11.05	МП,Л.	Какао з молоком	200	112,48	6,11	5,5	9,85	200	112,48	6,11	5,5	9,85
5	12.01	-	Яблука свіжі	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8
Всього				600	519,11	27,27	22,03	53,21	670	607,74	29,09	26,21	63,74

			П'ЯТНИЦЯ										
1	01.02	-	Салат зі свіжих томатів з солодким пер	100	49,51	1,02	3,38	3,97	120	59,41	1,22	4,06	4,76
2	08.04	МП,Л.	Макарони відварені	150	210	5,5	5	35,5	200	280	7,4	6,6	47,4
3	06.03	Р.	Риба тушкована з овочами під том. соу	60	60,9	8,5	2,8	1,7	90	91,3	12,7	4,2	2,5
4	Пром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
5	Пром.вир	МП,Л.	Сир твердий	15	54	4	4,1	0	15	54	4	4,1	0
6	11.11	-	Чай з каркаде	200	10	0,6	0	1	200	10	0,6	0	1
7	12.01	-	Банан свіжі	100	42	0,4	0,3	11	100	42	0,4	0,3	11
			Всього	655	497,41	22,02	17,58	63,17	775	654,71	29,32	23,26	83,36

II- тиждень													
№ з/п			Найменування страв	Енергетична цінність для дітей 6-11р.					Енергетична цінність для дітей 11-14 р.				
				вихід г	525-630	18-21	17-21	73-88	вихід гр.	600-720	21-25	21-25	81-98
					Енерго- цінність ккал	Білки,г.	Жири,г.	Вуглев оди, г.		Енерго- цінність ккал	Білки,г.	Жири,г.	Вугле води, г.
ПОНЕДІЛОК													
1	1.29	-	Салат з капусти,огірків та кропу	100	57,46	1,46	3,22	4,5	120	68,95	1,75	3,86	5,4
2	03.03	МП,Л,Я,Г.	Пухкий омлет з орегано	50	87	6	6	0,4	50	87	6	6	0,4
3	08.05	МП,Л,С.	Ризотто з горошком та тв.сиром (15 гр.)	150	238,4	7,6	8,7	32,6	200	317,9	10,1	11,6	43,5
4	Пром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
5	Пром.вир	-	Сік натуральний	200	98,7	1,2		22,5	200	98,7	1,2		22,5
6	12.01	-	Банани свіжі	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8
			Всього	630	604,96	18,66	20,32	81,8	720	742,95	22,45	25,86	100,3
ВІВТОРОК													
1	08.18	-	Овочеve cote "Літне"	100	84,8	1,7	5,5	6,7	120	101,76	2,04	6,6	8,04
2	08.25	Г.	Булгур розсипчастий	150	165	4,7	4,8	27,9	150	165	4,7	4,8	27,9
3	4.10	-	Запечене філе курки з орегано	50	89,9	14,6	3,1		75	134,8	21,9	4,7	
4	Пром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
5	11.12	МП,Л.	Йогурт	125	86	2	6,3	5,3	125	86	2	6,3	5,3
6	12.01	-	Яблука свіжі	100	48	0,5	0,3	10	100	48	0,5	0,3	10
			Всього	555	544,7	25,5	22	59,9	620	653,56	34,14	26,7	67,94
СЕРЕДА													
1	1.23	-	Салат з капусти, зел. горошку з насінням	100	94,37	2,95	6,56	5,21	120	113,24	3,55	7,87	6,25
2	07.20	МП,Я,Л,Г.	Вареники ліниві	165	303,9	21,25	13,9	23,15	195	358,4	25,45	16,1	27,65
3	11.03	-	Узвар з суміші сухофруктів	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
4	12.01	-	Мандарин свіжі	100	42	0,4	0,3	11	100	42	0,4	0,3	11
			Всього	515	521,07	24,8	21,46	58,06	565	594,44	29,6	24,97	63,6
ЧЕТВЕР													
1	01.01	-	Салат з томатів та цибулі маринованої	100	49,51	1,02	3,38	3,97	120	59,41	1,22	4,06	4,76
2	4.16	Л,МП.	Печеня по домашньому з куркою	180	235,7	17,5	7,9	22	250	327,4	24,3	10,9	30,6
3	11.05	МП,Л.	Какао з молоком	200	112,48	6,11	5,5	9,85	200	112,48	6,11	5,5	9,85
4	12.01	-	Банани свіжі	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
			Всього	580	492,69	26,13	16,98	57,62	670	594,29	33,13	20,66	67,01

			П'ЯТНИЦЯ										
1	1.37	МП,Л.	Салат з буряком та чорносливом зі см.	100	82,83	1,77	2,21	14,15	120	99,4	2,12	2,65	16,98
2	08.01	МП,Л.	Гречана каша з чебрецем	200	221,1	6,88	5,18	40,1	200	221,1	6,88	5,18	40,1
3	06.05	Р,Я.	Фрикадельки рибні	60	48,7	8,9	1,5	1,1	90	73	13,4	2,2	1,6
4	Пром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
5	Пром.вир	МП,Л.	Сир твердий	15	54	4	4,1	0	15	54	4	4,1	0
6	11.07	-	Напій з лимонів,апельсинів	200	24,02	0,45	0,2	7	200	24,02	0,45	0,2	7
7	12.01	-	Апельсини свіжі	100	50	0,9	0,2	11	100	50	0,9	0,2	11
			Всього	705	551,65	24,9	15,39	83,35	775	639,52	30,75	18,53	93,38

III- тиждень

III- тиждень													
№			Найменування страв	енергетична цінність для дітей 6-11					енергетична цінність для дітей 11-14				
s/n				вихід г	525-630	18-21	17-21	73-88	вихід г	600-720	21-25	21-25	81-98
				Енерг оцінніс ть ккал	Білки,г	Жири,г	Вугл евод и, г.		Енерго- цінніст ь ккал	Білки,г	Жири,г	Вугл евод и, г.	
ПОНЕДІЛОК													
1	Пром.вир	МП,Л.	Сир твердий	15	54	4	4,1	0	15	54	4	4,1	0
2	01.07	Я.	Салат з яєць та зеленого горошку	75	96	6	5,55	5,7	75	96	6	5,55	5,7
3	08.16	МП,Л,С.	Овочева паелья з куркумою	150	200,7	4,4	5,4	33,1	200	267,6	5,8	7,2	44,2
4	Пром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
5	Пром.вир	-	Сік натуральний	200	98,7	1,2		22,5	200	98,7	1,2		22,5
6	12.01	-	Яблука свіжі	100	48	0,5	0,3	10	100	48	0,5	0,3	10
			Всього	570	568,4	18,1	17,35	81,3	640	682,3	20,5	21,15	99,1
ВІВТОРОК													
1	08.18	-	Овочеве соте "Літне"	100	84,8	1,7	5,5	6,7	120	101,76	2,04	6,6	8,04
2	04.03	-	Кулиш з курячим м'ясом	180	270,1	15,6	12,2	26,7	250	375,1	21,7	16,9	37
3	Пром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
4	11.12	МП,Л.	Йогурт	125	86	2	6,3	5,3	125	86	2	6,3	5,3
5	12.01	-	Мандарини свіжі	100	38	0,8	0,2	9	100	38	0,8	0,2	9
			Всього	535	549,9	22,1	26,2	57,7	645	718,86	29,54	34	76
СЕРЕДА													
1	1.45	-	Салат з гречки та овочів	100	89,4	2,3	3,4	13,4	180	160,9	4,1	6,1	24,2
2	07.12	МП,Л,Г.	Запіканка сирна з бананом та сметанок	165	305,5	17,01	13,41	28,8	195	360,39	20,32	15,49	34,4
3	11.03	-	Узвар з суміші сухофруктів	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
4	12.01	-	Яблука свіжі	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8
			Всього	515	528,1	19,91	17,91	72,7	625	654,49	25,02	22,69	89,1

ЧЕТВЕР													
1	1.40	Л,Я,МП.	Салат з буряка ,яєць зі сметаною	100	93,35	4,16	5,26	7,45	120	112,02	4,99	6,31	8,94
2	08.13	МП,Л.	Картопляне пюре з орегано	100	133,5	2,36	6,18	17,6	150	203,27	3,54	9,27	26,4
3	4.08	Л,Я,МП.	Шніцель курячий	70	148,5	13,1	6,9	11,3	100	212,09	18,7	9,85	16,2
4	11.05	МП,Л.	Какао з молоком	200	112,5	6,11	5,5	9,85	200	112,48	6,11	5,5	9,85
5	12.01	-	Апельсини свіжі	100	42	0,4	0,3	11	100	42	0,4	0,3	11
			Всього	570	529,8	26,13	24,14	57,2	670	681,86	33,74	31,23	72,4
П'ЯТНИЦЯ													
1	1.43	К.	Салат Овочеве Асорті	100	86,44	1,98	6,25	5,33	120	103,73	2,38	7,5	6,4
2	08.15	МП,Л.	Пшенична каша	150	195,1	5,8	3,3	33	200	260,2	7,8	4,4	44
3	06.03	Р.	Риба тушкована з овочами під том. соус	60	60,9	8,5	2,8	1,7	90	91,3	12,7	4,2	2,5
4	Пром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
5	Пром.вир	МП,Л.	Сир твердий	15	54	4	4,1	0	15	54	4	4,1	0
6	11.09		Чай трав'яний	200	0,96	0	0	0,2	200	0,96	0	0	0,2
7	12.01	-	Банани свіжі	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
			Всього	655	563,4	23,78	18,65	72	775	723,19	31,38	24,4	91,6

IV- тиждень													
№ з/п			Найменування страв	енергетична цінність для дітей 6-11					енергетична цінність для дітей 11-14				
				вихід г	525-630	18-21	17-21	73-88	вихід г	600-720	21-25	21-25	81-98
					Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вугл евод и, г.		Енерго- цінність ккал	Білки, г	Жири, г	Вугл евод и, г.
ПОНЕДІЛОК													
1	01.11	-	Салат з огірків,петрушки з часником	100	52,4	1,59	3,23	4,02	120	62,88	1,9	3,88	4,82
2	03.03	МП,Л,Я,Г.	Пухкий омлет з орегано	50	87	6	6	0,4	50	87	6	6	0,4
3	08.05	МП,Л,С.	Ризотто з горошком та тв.сиром (15гр.	150	238,4	7,6	8,7	32,6	200	317,9	10,1	11,6	43,5
4	Іром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
5	Іром.вир	-	Сік натуральний	200	98,7	1,2		22,5	200	98,7	1,2		22,5
6	12.01	-	Мандарини свіжі	100	38	0,8	0,2	9	100	38	0,8	0,2	9
			Всього	630	585,5	19,19	20,13	78,5	720	722,5	23	25,68	96,9
ВІВТОРОК													
1	01.02	-	Салат зі свіжих томатів з солодким пер	100	49,51	1,02	3,38	3,97	120	59,41	1,22	4,06	4,76
2	08.26	МП,Л,Г.	Каша пшенична	120	143,3	4,8	2,4	25,2	150	179,1	6	3	31,5
3	4.13	-	Курка тушкована в соусі гуляш	70	110	15,2	3,5	2,5	100	157,2	21,7	5,06	3,63
4	Іром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
5	11.12	МП,Л.	Йогурт	125	86	2	6,3	5,3	125	86	2	6,3	5,3
6	12.01	-	Банани свіжі	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
			Всього	545	554,8	26,52	17,78	68,8	645	694,7	35,42	22,62	83,7
СЕРЕДА													
1	08.18	-	Овочеve соте "Літне"	100	84,8	1,7	5,5	6,7	120	101,8	2,04	6,6	8,04
2	07.13	МП,Я,Л,Г.	Львівський сирник з морквою та см.	165	327,7	19,05	17,26	23,7	195	387	22,77	20,11	28,3
3	11.03	-	Узвар з суміші сухофруктів	150	80,8	0,2	0,7	18,7	150	80,8	0,2	0,7	18,7
4	12.01	-	Груши свіжі	100	42	0,4	0,3	11	100	42	0,4	0,3	11
			Всього	515	535,3	21,35	23,76	60,1	565	611,6	25,41	27,71	66

			ЧЕТВЕР										
1	01.08	Я.	Салат з овочів та яєць	100	65,9	2,54	4,48	3,26	120	79,08	3,05	5,38	3,91
2	4.16	Л,МП.	Печеня по домашньому з куркою	180	235,7	17,5	7,9	22	250	327,4	24,3	10,9	30,6
3	11.05	МП,Л.	Какао з молоком	200	112,5	6,11	5,5	9,85	200	112,5	6,11	5,5	9,85
4	12.01	-	Яблука свіжі	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8
			Всього	580	466,5	26,55	18,28	46,9	670	571,4	33,86	22,18	56,2
			П'ЯТНИЦЯ										
1	1.37	МП,Л.	Салат з буряком та чорносливом зі см.	100	82,83	1,77	2,21	14,2	120	99,4	2,12	2,65	17
2	08.25	Г.	Булгур розсипчастий	150	165	4,7	4,8	27,9	200	220	6,2	6,4	37,2
3	06.07	Р,Я.	Котлети рибні	60	53,2	9,1	1,5	2,1	90	79,8	13,6	2,2	3,2
4	Пром.вир	Г.	Хліб цільнозерновий	30	71	2	2	10	50	118	3	4	16,7
5	Пром.вир	МП,Л.	Сир твердий	15	54	4	4,1	0	15	54	4	4,1	0
6	11.07	-	Напій з лимонів,апельсинів	200	24,02	0,45	0,2	7	200	24,02	0,45	0,2	7
7	12.01	-	Апельсини свіжі	100	48	0,5	0,3	10	100	48	0,5	0,3	10
			Всього	655	498,1	22,52	15,11	71,2	775	643,2	29,87	19,85	91,1