

ПОГОДЖЕНО

Начальник Сумського
управління Головного управління
Держпродспоживслужби
в Сумській області


О.А.Скварча

2021 рік



ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Сумського НВК № 42
м. Суми, Сумської області


Л.А.Демидова

2021 рік



ПРИМІРНЕ ДВОТИЖНЕВЕ МЕНЮ
на літній період 2021 року
Сумського навчально-виховного комплексу
«Загальноосвітня школа І ступеня – дошкільний навчальний заклад № 42»
м. Суми, Сумської області

Перший день

№	Меню	Вихід страв		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккал	
		Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад
<i>Допомога</i>											
Сніданок											
1.	Макарони відварні з сиром	75	100	1,7	2,26	4,25	5,66	9,9	13,2	91,99	122,66
2.	Салат з помідорів	70	100	1,1	2,19	0,18	0,36	6,81	13,62	31,95	36,9
3.	Хліб	30	40	1,1	2,19	0,18	0,36	6,81	13,62	31,95	63,9
4.	Чай	150	180	2,8	2,8	3,1	3,1	18,75	18,75	120,5	120,5
5.	Печиво	20	30	1,5	2,28	0,12	0,18	10,9	16,4	46,6	69,9
6.	Масло	4	5	0,03	0,05	2,34	3,9	0,02	0,04	21,27	35,45
				8,23	11,77	10,17	13,56	53,19	75,63	344,26	449,41
	10.00 Фрукти	40	50	2,05	2,35	-	-	4,05	5,15	18,1	23,0
Обід											
1.	Суп овочевий з вершковим маслом	150	180	1,56	2,6	2,22	3,7	10,86	18,1	90,5	259,1
2.	М'ясний шніцель	60	70	19,76	28,35	16,19	27,02	5,7	9,5	187,5	246,64
3.	Пшоняна каша	96	128	0,29	0,38	0,29	3,04	11,75	15,67	78,58	104,77
4.	Салат з капусти	60	80	0,71	1,37	3,05	4,06	4,68	6,6	49,97	68,01
5.	Хліб	40	60	2,19	3,23	0,36	0,54	13,62	20,43	63,9	95,85
6.	Сік фруктовий	100	180	0,5	1	-	-	9,1	18,2	38	76
				25,01	36,93	20,11	38,36	55,71	88,5	508,45	850,37
Полуденок											
1.	Манні зрази	100	120	6,51	8,68	10,71	14,28	30,77	31,02	256,5	342,96
2.	Кава	150	180	2,1	2,8	2,4	3,2	18,5	24,66	99,6	132,8
3.	Сметанный соус	35	35	4,23	8,46	-	-	9,25	18,5	41,4	82,8
				12,84	19,94	13,11	17,48	58,52	74,18	397,5	558,56
	Всього за день			48,35	69,97	45,39	69,4	171,72	245,85	1280,36	1872,39

Другий день

№	Меню	Вихід страв		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккал	
		Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад
<i>Кітторок</i>											
Сніданок											
1.	Товченики рибні	60	85	9,5	12,0	4,9	7,9	2,1	4,51	81,25	153,6
2.	Картопляне пюре	120	150	2,79	3,49	5,4	6,75	21,84	27,3	120,86	161,08
3.	Салат з капусти	60	80	0,71	1,37	3,05	4,06	4,68	6,6	49,97	68,01
4.	Чай	150	180	2,1	2,8	2,4	3,2	18,5	24,66	99,6	132,8
5.	Булка	30	40	1,5	2,28	0,12	0,18	10,9	16,4	46,6	69,9
6.	Масло	10	15	0,03	0,05	2,34	3,9	0,02	0,04	63,81	106,35
7.	Сир	5	10	1,28	2,56	1,37	2,73	4,1	-	18,05	36,1
				17,91	24,55	19,58	28,72	62,14	79,51	484,14	727,84
	10.00 Сік фруктовий	70	100	0,19	0,3	-	-	9,89	14,5	31,45	48,9
Обід											
1.	Куліш з вершковим маслом	150	200	1,72	2,86	1,46	2,44	10,13	16,88	78,79	131,32
2.	Вареники з м'ясом	72	120	10,92	18,2	7,74	15,9	17,88	29,8	156,24	260,4
3.	Кабачки тушковані	70	100	1,1	2,19	0,18	0,36	6,81	13,62	31,95	36,9
4.	Хліб	40	60	2,19	3,23	0,36	0,54	13,62	20,43	63,9	95,85
5.	Компот із сухофруктів	150	180	0,4	0,53	-	-	20,1	26,8	69,2	92,2
				16,33	27,01	9,74	19,24	68,46	107,53	400,08	616,67
Полуденок											
1.	Суфле сирне	100	126	10,2	15,0	12,33	15,54	13,86	17,46	220,73	278,12
2.	Сметанний соус солодкий	25	30	0,87	1,74	1,31	3,94	4,6	9,2	61,44	122,87
3.	Какао	150	180	2,1	2,8	2,4	3,2	18,5	24,66	99,6	132,8
				13,17	19,54	16,04	22,68	36,96	51,32	381,77	533,79
	Всього за день			47,6	71,4	45,36	70,64	177,45	252,86	1297,44	1927,2

Третій день

№	Меню	Вихід страв		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккал	
		Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад
<i>середн</i> Сніданок											
1.	Рис тушкований з курячим м'ясом	120	170	9,18	14,68	7,98	12,76	8,46	13,54	89,81	143,7
2.	Помідор	60	80	0,71	1,37	3,05	4,06	4,68	6,6	49,97	68,01
3.	Хліб	20	30	1,1	2,19	0,18	0,36	6,81	13,62	31,95	63,9
4.	Чай	150	180	2,8	2,8	3,1	3,1	10,75	14,6	120,5	120,5
5.	Булка	30	40	1,5	2,28	0,12	0,18	10,9	16,4	46,6	69,9
6.	Масло	8	10	0,03	0,05	2,34	3,9	0,02	0,04	42,54	70,9
				15,32	23,37	16,77	24,36	41,62	64,8	332,37	536,91
	10.00 Фрукти	40	50	2,05	2,35	-	-	4,05	5,15	18,1	23,0
Обід											
1.	Суп з м'ясними фрикадельками і вершковим маслом	150	200	2,55	3,5	2,21	3,6	10,85	18,0	89,5	156,3
2.	Пиріжок з картоплею	100	136	16,2	23,9	12,33	20,54	13,86	17,46	220,73	308,12
3.	Салат з огірків	75	100	0,29	0,38	0,29	3,04	11,75	15,67	78,58	104,77
4.	Хліб	40	60	2,19	3,23	0,36	0,54	13,62	20,43	63,9	95,85
5.	Компот із сухофруктів	150	180	0,4	0,53	-	-	20,1	26,8	69,2	92,2
				21,63	31,54	15,19	27,72	70,18	98,36	521,91	757,24
Полуденок											
1.	Молочна гречана каша з вершковим маслом	150	180	6,51	8,68	10,71	14,28	27,0	33,02	256,5	342,96
2.	Чай	150	180	2,1	2,8	2,4	3,2	17,5	19,5	99,6	132,8
3.	Печиво	15	20	0,57	1,14	0,74	1,47	11,46	22,92	53,7	107,4
				9,18	12,62	13,85	18,95	55,96	75,44	409,8	583,16
	Всього за день			48,18	69,88	45,81	71,03	171,81	243,75	1282,18	1900,31

Четвертий день

№	Меню	Вихід страв		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккал	
		Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад
<i>четвер</i> Сніданок											
1.	Картопля тушкована з м'ясом	120	150	8,5	12,4	8,9	17,9	9,4	12,7	189,4	277,3
2.	Салат з капусти	40	50	0,65	1,13	1,7	2,83	3,96	6,6	36,8	61,33
3.	Хліб	30	40	1,1	2,19	0,18	0,36	6,81	13,62	31,95	63,9
4.	Чай	150	180	2,1	2,8	2,4	3,2	18,5	24,66	99,6	132,8
5.	Булка	20	30	1,5	2,28	0,12	0,18	10,9	16,4	46,6	69,9
6.	Масло	4	5	0,03	0,05	2,34	3,9	0,02	0,04	21,27	35,45
				13,88	20,85	15,64	28,37	49,37	49,59	425,62	640,68
	10.00 Сік фруктовий	70	100	0,19	0,3	-	-	9,89	14,5	31,45	48,9
Обід											
1.	Суп гороховий з вершковим маслом	150	200	1,72	2,86	1,46	2,44	10,13	16,88	78,79	131,32
2.	Печіночні биточки	30/30	50/50	10,32	17,2	6,5	10,6	1,56	2,6	106,0	176,6
3.	Перлова каша	105	140	2,79	3,49	5,4	6,75	21,84	27,3	144,86	181,08
4.	Огірок	30	50	0,65	1,13	1,7	2,83	3,96	6,6	36,8	61,33
5.	Хліб	40	60	2,19	3,23	0,36	0,54	13,62	20,43	63,9	95,85
6.	Компот з сухофруктів	150	180	0,5	1	-	-	9,1	18,2	38	76
				18,17	27,91	15,42	23,16	60,21	92,01	518,35	822,18
Полуденок											
1.	Домашня булочка	100	126	12,2	15,64	12,33	15,54	38,86	47,46	220,73	278,12
2.	Какао	150	200	2,1	2,8	2,4	3,2	18,5	24,66	99,6	132,8
				14,3	18,44	14,73	18,74	56,36	42,12	320,33	410,92
	Всього за день			46,54	68,5	45,79	70,27	176,05	252,65	1295,75	1922,68

П'ятий день

№	Меню	Вихід страв		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккал	
		Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад
Сніданок											
	<i>Артишок</i>										
1.	Запіканка сирна	100	126	12,2	17,64	10,33	15,54	13,86	17,46	220,73	278,12
2.	Сметанний соус солодкий	25	30	0,87	1,74	1,31	8,94	4,6	9,2	61,44	122,87
3.	Чай	150	180	2,8	2,8	3,1	3,1	18,75	18,75	120,5	120,5
4.	Булка	30	40	1,5	2,28	0,12	0,18	10,9	16,4	46,6	69,9
5.	Масло	8	10	0,03	0,05	2,34	3,9	0,02	0,04	42,54	70,9
				17,4	24,51	17,2	31,6	48,13	61,85	391,81	562,29
	10.00 Фрукти	40	50	2,05	2,35	-	-	4,05	5,15	18,1	23,0
Обід											
1.	Розсольник з вершковим маслом	150	200	1,55	2,5	2,21	3,6	10,85	18,0	89,5	156,3
2.	Риба смажена	70	90	8,48	6,96	4,67	9,34	0,33	0,66	87,67	145,34
3.	Картопляне пюре	120	150	5,79	3,49	5,4	6,75	21,84	27,3	114,86	181,08
4.	Буряк тушкований/ салат з моркви	30	50	0,65	11,13	1,7	2,83	3,96	6,6	36,8	61,33
5.	Хліб	40	60	2,19	3,23	0,36	0,54	13,62	20,43	63,9	95,85
6.	Компот із сухофруктів	150	180	0,4	0,53	-	-	20,1	26,8	69,2	92,2
				19,05	27,84	14,34	23,06	70,7	99,79	486,43	732,1
Полуденок											
1.	Макарони молочні з вершковим маслом	150	180	6,51	13,68	10,71	14,28	30,77	41,02	256,5	342,96
2.	Кава	150	180	2,1	2,8	2,4	3,2	8,5	14,66	79,6	132,8
3.	Печиво	15	20	0,57	1,14	0,74	1,47	11,46	22,92	53,7	107,4
				9,18	17,62	13,85	18,95	50,73	78,6	389,8	583,16
	Всього за день			47,68	70,32	45,36	73,67	173,61	245,39	1286,14	1900,55

Шостий день

№	Меню	Вихід страв		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккал	
		Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад
<i>Сніданок</i>											
1.	М'ясна підлива	40	50	8,92	11,3	7,34	12,6	0,54	0,9	164,0	194,0
2.	Пшенична каша в'язка	105	140	1,36	1,7	4,04	5,3	7,92	9,9	73,6	92
3.	Салат з свіжих овочів	40	60	0,71	1,37	3,05	4,06	4,68	6,6	49,97	68,01
4.	Чай	150	180	0,015	0,02	-	-	10,95	14,6	44,93	59,9
5.	Печиво	20	30	1,5	2,28	0,12	0,18	10,9	16,4	46,6	69,9
6.	Масло	8	10	0,06	0,1	4,68	7,8	0,04	0,08	42,54	70,9
				12,56	16,77	19,23	29,94	34,03	46,48	411,64	564,71
	10.00 Фрукти	40	50	2,05	2,35	-	-	4,05	5,15	18,1	23,0
<i>Обід</i>											
1.	Борщ український з вершковим маслом	150	200	1,56	2,6	2,22	3,7	10,86	18,1	90,5	159,1
2.	М'ясні тюфтели з овочами	65	90	15,76	22,35	11,83	7,02	5,7	9,5	240	3500
3.	Макарони відварні з вершковим маслом.	75	100	0,29	0,38	0,29	3,04	41,75	55,67	78,58	104,77
4.	Хліб	40	60	2,19	3,23	0,36	0,54	13,62	20,43	63,9	95,85
5.	Сік фруктовий	150	180	0,4	0,53	-	-	20,1	26,8	69,2	92,2
				20,2	29,09	14,7	24,3	92,03	130,58	542,18	801,92
<i>Полуденок</i>											
1.	Омлет	46	89	6,92	12,54	7,27	10,12	9,92	11,3	60,94	139,3
2.	Салат з капусти	70	100	2,78	3,56	1,55	2,4	14,95	17,14	95,3	149,76
3.	Хліб	20	30	1,46	2,19	0,24	0,36	9,08	12,62	42,6	63,9
4.	Кава на молоці	150	180	2,1	2,8	2,4	3,2	18,5	20,66	99,6	132,8
				13,26	21,06	11,46	16,08	40,61	61,72	298,44	492,76
	Всього за день			48,07	69,27	45,39	70,05	170,72	243,93	1290,36	1872,39

Сьомий день

№	Меню	Вихід страв		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккал	
		Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад
<i>Вітрок</i> Сніданок											
1.	Риба тушкована з овочами	60\20	85\30	4,59	9,75	3,02	6,43	1,38	2,93	81,35	209,12
2.	Картопляне пюре	120	150	2,79	3,49	5,4	6,75	21,84	27,3	144,86	181,08
3.	Хліб	30	40	1,1	2,19	0,18	0,36	6,81	13,62	31,95	63,9
4.	Чай	150	180	2,1	2,8	2,4	3,2	18,5	24,66	99,6	132,8
5.	Булка	20	30	1,5	2,28	0,12	0,18	10,9	16,4	46,6	69,9
6.	Масло	10	15	0,03	0,05	2,34	3,9	0,02	0,04	63,81	106,35
				12,11	20,56	13,46	20,82	59,45	84,95	468,17	763,15
	10.00 Сік фруктовий	70	100	0,19	0,3	-	-	9,89	14,5	31,45	48,9
Обід											
1.	Суп Болгарський з яйцем вершковим маслом	150	180	1,72	2,86	1,46	2,44	10,13	16,88	78,79	131,32
2.	Голубці по дитячому	100	160	13,2	18,54	16,76	27,26	20,58	17,63	176,67	334,45
3.	Хліб	40	60	2,19	3,23	0,36	0,54	13,62	20,43	63,9	95,85
4.	Компот із сухофруктів	150	180	0,4	0,53	-	-	20,1	26,8	69,2	92,3
5.	Печиво	15	20	0,57	1,14	0,74	1,47	11,46	30,92	53,7	107,4
				18,08	30,3	19,32	31,71	75,71	112,66	520,47	731,32
Полуденок											
1.	Ватрушка з сиром	95	120	12,07	15,25	12,2	15,4	13,72	17,32	173,36	218,98
2.	Какао	150	180	2,1	2,8	2,4	3,2	18,5	24,66	99,6	162,8/
				14,17	18,05	14,6	18,6	32,22	41,98	272,9	381,78
	Всього за день			44,55	69,21	47,38	71,13	177,45	254,06	1293,05	1293,05

Восьмий день

№	Меню	Вихід страв		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккал	
		Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад
<i>середнє</i> Сніданок											
1.	Омлет	60	80	6,92	11,54	7,27	12,12	2,58	4,3	100,94	168,24
2.	Салат з капусти	75	100	0,29	0,38	0,29	3,04	11,75	15,67	78,58	104,77
3.	Хліб	30	40	1,1	2,19	0,18	0,36	6,81	13,62	31,95	63,9
4.	Чай з молоком	150	2180	2,8	2,8	3,1	3,1	18,75	18,75	120,5	120,5
5.	Булка	20	30	1,5	2,28	0,12	0,18	10,9	16,4	46,6	69,9
6.	Масло	10	15	0,03	0,05	2,34	3,9	0,02	0,04	63,81	106,35
7.	Сир	5	10	1,28	2,56	1,37	2,73	4,1	-	18,05	36,1
				13,92	21,8	14,67	25,43	54,91	68,78	460,79	669,76
	10.00 Фрукти	40	50	2,05	2,35	-	-	4,05	5,15	18,1	23,0
Обід											
1.	Борщ зелений з вершковим маслом	150	200	1,33	2,21	2,37	3,95	8,74	14,56	61,01	101,68
2.	М'ясна котлета	60	70	15,76	22,35	8,19	12,02	5,7	9,5	87,5	146,64
1.	Рисова каша в'язка	84	112	0,29	0,38	0,29	3,04	11,75	15,67	78,58	104,77
3.	Огірок	60	80	0,71	1,37	3,05	4,06	4,68	6,6	49,97	68,01
4.	Хліб	40	60	2,19	3,23	0,36	0,54	13,62	20,43	63,9	95,85
5.	Компот із сухофруктів	150	180	0,4	0,53	-	-	20,1	26,8	69,2	92,3
				20,68	30,07	14,26	23,61	64,59	93,56	410,16	609,25
Полуденок											
1.	Молочна перлова каша	150	180	6,51	8,68	10,71	14,28	60,77	41,02	256,5	342,96
2.	Домашня булочка	70	90	3,28	5,45	3,04	5,04	21,44	35,59	110,68	183,73
3.	Кава	150	180	2,1	2,8	2,4	3,2	18,5	24,66	99,6	132,8
				11,89	16,93	16,15	22,52	51,71	76,27	396,78	601,49
	Всього за день			48,4	70,55	45,08	71,56	171,21	244,06	1285,83	1903,5

Дев'ятий день

№	Меню	Вихід страв		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккал	
		Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад
<i>Четвер</i>											
Сніданок											
1.	Печінка тушкована з овочами	60\20	85\30	4,59	9,75	3,02	6,43	1,38	2,93	51,35	109,12
2.	Пшенична каша	105	140	2,78	3,7	3,15	4,2	24	28,4	128,33	171,1
3.	Хліб	30	40	1,1	2,19	0,18	0,36	6,81	13,62	31,95	63,9
4.	Чай	150	180	2,1	2,8	2,4	3,2	18,5	24,66	99,6	132,8
5.	Булка	30	40	1,5	2,28	0,12	0,18	10,9	16,4	46,6	69,9
6.	Масло	8	10	0,03	0,05	2,34	3,9	0,02	0,04	63,81	106,35
				12,1	20,77	11,21	18,27	61,61	86,05	421,64	653,17
	10.00 Сік фруктовий	70	100	0,19	0,3	-	-	9,89	14,5	31,45	48,9
Обід											
1.	Суп з галушками і вершковим маслом	150	200	1,72	2,86	1,46	2,44	10,13	16,88	78,79	131,32
2.	Кури відварені	70	90	12,8	18,1	13,03	18,09	0,29	0,48	105,06	194,2
3.	Капуста тушкована	75	100	1,7	2,26	4,25	5,66	9,9	13,2	91,99	122,66
4.	Хліб	40	60	2,19	3,23	0,36	0,54	13,62	20,43	63,9	95,85
5.	Компот із сухофруктів	150	180	0,5	1	-	-	9,1	18,2	38	76
6.	Печиво	15	20	0,57	1,14	0,74	1,47	11,46	22,92	53,7	107,4
				19,48	28,59	20,84	28,2	54,5	92,11	431,44	727,43
Полуденок											
1.	Грінка	90	115	13,55	17,34	11,93	15,27	42,25	45,69	431,44	370,48
2.	Молоко	150	180	0,87	1,74	1,31	8,94	4,6	9,2	61,44	122,87
				14,42	19,08	13,24	24,21	46,85	54,89	412,3	493,35
	Всього за день			46,19	68,74	45,29	70,68	177,46	247,55	1296,83	1922,85

Десятий день

№	Меню	Вихід страв		Білки		Жири		Вуглеводи		Ккал	
		Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад	Ясла	Сад
<i>п'ятниця</i>											
Сніданок											
1.	Ліниві вареники	100	126	12,2	17,64	12,33	15,54	13,86	17,46	220,73	278,12
2.	Сметанний соус солодкий	25	30	0,87	1,74	1,31	8,94	4,6	9,2	61,44	72,87
3.	Молоко	150	180	0,87	1,74	1,31	8,94	4,6	9,2	61,44	72,87
4.	Булка	30	40	1,5	2,28	0,12	0,18	10,9	16,4	46,6	73,35
5.	Масло	10	15	0,03	0,05	2,34	3,9	0,02	0,04	63,81	73,35
				15,47	23,45	17,41	34,5	33,98	52,3	454,02	567,11
	10.00 Фрукти	40	50	2,05	2,35	-	-	4,05	5,15	18,1	23,0
Обід											
2.	Суп польовий з вершковим маслом	150	200	1,56	2,6	2,22	3,7	10,86	18,1	90,5	159,1
3.	Рибна котлета	70	90	14,72	22,54	7,88	10,14	23,30	30,03	97,6	139,34
4.	Картопляне пюре	120	150	2,79	3,49	5,4	6,75	21,84	27,3	114,86	181,08
5.	Салат з свіжих овочів	60	80	0,71	1,37	3,05	4,06	4,68	6,6	29,97	68,01
6.	Хліб	40	60	2,19	3,23	0,36	0,54	13,62	20,43	63,9	95,85
7.	Компот із сухофруктів	150	180	0,4	0,53	-	-	20,1	26,8	69,2	92,3
				22,57	33,76	18,91	25,19	94,4	129,26	456,06	745,46
Полуденок											
1.	Молочна пшенична каша	150	200	6,51	8,68	10,71	11,28	20,77	27,02	256,5	342,96
2.	Кава	150	180	2,1	2,8	2,4	1,2	8,5	14,66	99,6	132,8
				8,61	11,48	13,11	12,48	29,27	41,98	325,0	531,0
	Всього за день			48,41	71,04	49,43	72,17	161,7	228,69	1253,18	1866,57

Примітка: можлива заміна страв на кращий або рівноцінний варіант. Ціна регулюється виходом страв. Кисломолочна продукція вживається тільки після термообробки, овочі і фрукти у натуральному вигляді згідно сезону або тушковані та запечені.

I тиждень

Понеділок: м'ясна тюфтелька може бути замінена битком м'ясним, котлетою м'ясною, м'ясом шніцелем.

Вівторок: риба відварна з овочами може бути замінена на рибу тушковану з овочами; вареники з м'ясом можуть бути замінені на пиріжок з м'ясом, манні зрази.

Середа: рис тушкований з м'ясом може бути замінений на гуляш м'ясний з кашею пшеничною.

Четвер: печіночні битки може бути замінена на печінку тушковану з овочами.

П'ятниця: запіканка сирна зі сметанним соусом може бути замінена на суфле сирне зі сметаною; риба смажена - на рибу тушковану з овочами, рибу варену, рибні котлети.

II тиждень

Понеділок: М'ясний шніцель може бути замінений битком м'ясним, тюфтелькою м'ясною, ковбасками по-львівські.

Вівторок: риба тушкова з овочами може бути замінена на рибу запечену, рибу варену; голубці по-дитячому можуть бути замінені на плов з м'ясом.

Середа: омлет може бути замінений на яйце варене; котлета м'ясна може бути замінена м'ясним рулетом.

Четвер: печінка тушкова з овочами на печінку тушковану в сметані; кури відварні на гуляш з курячого м'яса.

П'ятниця: лінівні вареники можуть бути замінені на запіканку сирну зі сметанним соусом, суфле сирне зі сметаною; рибна котлета може бути замінена на товченики рибні.