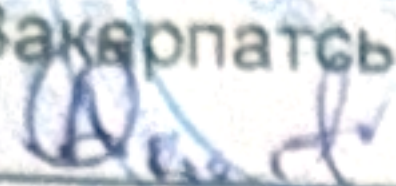
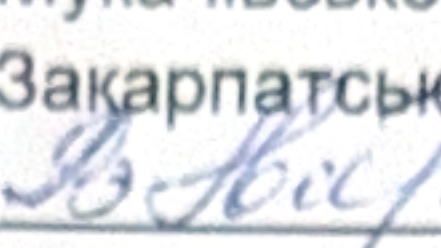


«ПОГОДЖЕНО»

Начальник
Мукачівського районного
управління
ГУ Держпродспоживслужби
в Закарпатській області

 Окаєвич А.А.
«31» серпня 2026р.

«ПОГОДЖЕНО»

Директор
Мукачівського ліцею №11
Мукачівської міської ради
Закарпатської області
 Глеба В.Ю.
«__» ____ 2026р.

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Директор
ТОВ «СНС КЕІТЕРІНГ»
Кубряк Ю.Б.
«__» ____ 2026р.



ПРИМІРНЕ

Чотиритижневе сезонне меню
(осінній сезон)

для організації одноразового харчування (обід)
учнів 1-11 класів

загальноосвітніх навчальних закладів
Мукачівської міської ради (згідно угоди)

Меню відпрацьоване з врахуванням норм харчування передбачених
Постановою Кабінету Міністрів України від 24.03.2021 року №305
Із змінами, внесеними згідно з Постановами КМ

Збірник рецептур, № розкладки			Найменування страв										Енергетична цінність для дітей 6-11 р.										Енергетична цінність для дітей 11-14 р.										Енергетична цінність для дітей 14-18 р.																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
			1-й тиждень					Понеділок					Вівторок					Середа					Четвер					П'ятниця					Субота					Неділя																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
			Салат овочевий (Я)					Болоньєзе з яловичини (С)					Гречана каша з чебрецем (МП,Л,ЗП)					Компот із свіжих фруктів					Хліб цільнозерновий (Г,ЗП)					Фрукти (банан)					Салат з капустою та морквою					Китайська печена зі свининою (МП,Л)					Сир твердий ((МП,Л)					Напій з шипшини					Хліб цільнозерновий (Г,ЗП)					Фрукти (банан)					Салат з яєць,сиру з куркумою (Я,Л,МП)					Овочі натуральні (по-сезону)					Котлети рибні (Р,Я)					Рис (розсипчастий) з орегано (ЗП,МП,Л)					Узвар з суміші сухофруктів					Хліб цільнозерновий (Г,ЗП)					Фрукти (груші св.)					Салат з буриком, селерою та сиром (С,МП,Л)					Котлета м'ясна (ЗП,Г)					Булгур (Г,ЗП)					Соус сметанно-томатний					Сік					Хліб цільнозерновий (Г,ЗП)					Фрукти (виноград)					Салат Вітамінний					Чилі кон карне з куркою(квасоля з курячим м'ясом) (МП,Л)					Картопляне пюре з орегано (МП,Л)					Чай					Хліб цільнозерновий (Г,ЗП)					Фрукти (сливи св.)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
1			2					3					4					5					6					7					8					9					10					11					12					13					14					15					16					17					18					19					20					21					22					23					24					25					26					27					28					29					30					31					32					33					34					35					36					37					38					39					40					41					42					43					44					45					46					47					48					49					50					51					52					53					54					55					56					57					58					59					60					61					62					63					64					65					66					67					68					69					70					71					72					73					74					75					76					77					78					79					80					81					82					83					84					85					86					87					88					89					90					91					92					93					94					95					96					97					98					99					100					101					102					103					104					105					106					107					108					109					110					111					112					113					114					115					116					117					118					119					120					121					122					123					124					125					126					127					128					129					130					131					132					133					134					135					136					137					138					139					140					141					142					143					144					145					146					147					148					149					150					151					152					153					154					155					156					157					158					159					160					161					162					163					164					165					166					167					168					169					170					171					172					173					174					175					176					177					178					179					180					181					182					183					184					185					186					187					188					189					190					191					192					193					194					195					196					197					198					199					200					201					202					203					204					205					206					207					208					209					210					211					212					213					214					215					216					217					218					219					220					221					222					223					224					225					226					227					228					229					230					231					232					233					234					235					236					237					238					239					240					241					242					243					244					245					246					247					248					249					250					251					252					253					254					255					256					257					258					259					260					261					262					263					264					265					266					267					268					269					270					271					272					273					274					275					276					277					278					279					280					281					282					283					284					285					286					287					288					289					290					291					292					293					294					295					296					297					298					299					300					301					302					303					304					305					306					307					308					309					310					311					312					313					314					315					316					317					318					319					320					321					322					323					324					325					326					327					328					329					330					331					332					333					334					335					336					337					338					339					340					341					342					343					344					345					346					347					348					349					350					351					352					353					354					355					356					357					358					359					360					361					362					363					364					365					366					367					368					369					370					371					372					373					374					375					376					377					378					379					380					381					382					383					384					385					386					387					388					389					390					391					392					393					394					395					396					397					398					399					400					401					402					403					404					405					406					407					408					409					410					411					412					413					414					415					416					417					418					419					420					421					422					423					424					425					426					427					428					429					430					431					432					433					434					435					436					437					438					439					440					441					442					443					444					445					446					447					448					449					450					451					452					453					454					455					456					457					458					459					460					461					462					463					464					465					466					467					468					469					470					471					472					473					474					475					476					477					478					479					480					481					482					483					484					485					486					487					488					489					490					491					492					493					494					495					496					497					498					499					500					501					502					503					504					505					506					507					508					509					510					511					512					513					514					515					516					517					518					519					520					521					522					523					524					525					526					527					528					529					530					531					532					533					534					535					536					537					538					539					540					541					542					543					544					545					546					547					548					549					550					551					552					553					554					555					556					557					558					559					560					561					562					563					564					565					566					567					568					569					570					571					572					573					574					575					576					577					578					579					580					581					582					583					584					585					586					587					588					589					590					591					592					593					594					595					596					597					598					599					600					601					602					603					604					605					606					607					608					609					610					611					612					613					614					615					616					617					618					619					620					621					622					623					624					625					626					627					628					629					630					631					632					633					634					635					636					637					638					639					640					641					642					643					644					645					646					647					648					649					650					651					652					653					654					655					656					657					658					659					660					661					662					663					664					665					666					667					668					669					670					671					672					673					674					675					676					677					678					679					680					681					682					683					684					685					686					687					688					689					690					691					692					693					694					695					696					697					698					699					700					701					702					703					704					705					706					707					708					709					710					711					712					713					714					715					716					717					718					719					720					721					722					723					724					725					726					727					728					729					730					731					732					733					734					735					736					737					738					739					740					741					742					743					744					745					746					747					748					749					750					751					752					753					754					755					756					757					758					759					760					761					762					763					764					765					766					767					768					769					770					771					772					773					774					775					776					777					778					779					780					781					782					783					784					785					786					787					788					789					790					791					792					793					794					795					796					797					798					799					800					801					802					803					804					805					806					807					808					809					810					811					812					813					814					815					816					817					818					819					820					821					822					823					824					825					826					827					828					829					830					831					832					833					834					835					836					837					838					839					840					841					842					843					844					845					846					847					848					849					850					851					852					853					854					855					856					857					858					859					860					861					862					863					864					865					866					867					868					869					870					871					872					873					874					875					876					877					878					879					880					881					882					883					884					885					886					887					888					889					890					891					892					893					894					895					896					897					898					899					900					901					902					903					904					905					906					907					908					909					910					911					912					913					914					915					916					917				

3-й тиждень														14-18 р.	
2															
ПОНЕДІЛОК															
ТКК №1.43	Асорті овочеве (по-сезону) (К)													Витрати, г	Енерго-інтенсивність
ТКК 9.44/3н.	КУРЯЧА ЗАПІКАНКА із зеленої квасолі та ячменю з маслом вершковим (Г,ЗП,Л,МП,Я)													Жирів, г	Білок, г
315/1987	100	86,44	1,98	6,25	5,33	120	103,73	2,38	7,50	6,40	7	3	4	5	6
362 / 1987р.	175	294,00	24,25	7,68	31,72	250	419,00	34,65	10,97	45,32	300	503,00	41,58	13,16	54,38
ТКК №12.01	30	25,0	0,6	1,5	2,2	30	25,0	0,6	1,5	2,2	30	25,0	0,6	1,5	2,2
	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0
	200	98,7	1,2	0,0	22,5	200,0	98,7	1,2	0,0	22,5	200,0	98,7	1,2	0,0	22,5
	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
	535	670,14	31,53	17,63	93,55	610	812,43	42,33	22,17	108,22	360	896,43	49,26	24,36	117,28
Всього															
Вівторок															
ТКК №1.24	Салат з капустою та морквою													Витрати, г	Енерго-інтенсивність
ТКК №5.01	100	64,02	1,51	3,45	5,83	120	76,82	1,81	4,14	7,00	120	76,82	1,81	4,14	7,00
ТКК 123/1987	150	225,82	7,72	13,69	19,11	200	301,1	10,30	18,30	25,50	250	376,4	12,9	22,80	31,80
	120	216,0	3,92	10,00	27,44	150	270,0	4,9	12,50	34,30	150	270,0	4,9	12,50	34,30
ТКК №11.02	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0
ТКК №12.01	200	44	0,6	0	9,9	200	44	0,6	0	9,9	200	44	0,6	0	9,9
	100	42,0	0,4	0,3	11,0	100	42,0	0,4	0,3	11,0	100	42,0	0,4	0,3	11,0
	700	662,84	16,15	29,44	83,28	800	804,92	20,01	37,24	97,70	850	880,22	22,61	41,74	104,00
Всього															
Середа															
ТКК №1.08	Салат з овочів і яєць (Я)													Витрати, г	Енерго-інтенсивність
ТКК № 8.35/3н.	120	79,08	3,04	5,37	3,91	140	92,26	3,53	6,23	4,54	140	92,26	3,53	6,23	4,54
ТКК №8.23	70	239,16	14,44	19,9	1,14	85	291	17,53	24,15	1,39	100	342	20,63	28,42	1,64
	150	218,3	5,8	4,8	32,8	200	291,1	7,7	6,4	43,8	200	291,1	7,7	6,4	43,8
349 / 1987 р.	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0
ТКК №12.01	200	6,2	0,2		0,2	200	6,2	0,2		0,2	200	6,2	0,2		0,2
	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8	100	52,4	0,4	0,4	11,8
	670	666,14	25,88	32,47	59,85	615	803,96	31,36	39,18	71,73	630	854,96	34,46	43,45	71,98
Всього															
Четвер															
ТКК №1.18	Салат з моркви, сиру та сметаною (МП,Л)													Витрати, г	Енерго-інтенсивність
ТКК 5.09	100	112,16	4,57	7,17	7,88	120	134,59	5,48	8,60	9,46	120	134,59	5,48	8,60	9,46
ТКК №10.05	70	91,50	6,54	5,71	3,67	100	130,72	9,34	8,16	5,24	120	156,86	11,21	9,79	6,29
	50	26,35	0,55	0,05	5,95	50	26,35	0,55	0,05	5,95	75	39,50	0,80	0,10	8,90
ТКК 8.13	120	162,62	2,84	7,42	21,11	150	203,27	3,54	9,27	26,39	150	203,27	3,54	9,27	26,39
ТКК №11.03	200	107,7	0,3	0,9	24,9	200	107,7	0,3	0,9	24,9	200	107,7	0,3	0,9	24,9
	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0
ТКК №12.01	100	72,0	1,0	0,0	17,0	100	72,0	1,0	0,0	17,0	100	72,0	1,0	0,0	17,0
	670,00	643,33	17,80	23,25	90,51	750,00	745,63	22,21	28,98	98,94	795,00	784,92	24,33	30,66	102,94
Всього															
П'ятниця															
ТКК 43/1987	Салат з відварених буряків													Витрати, г	Енерго-інтенсивність
ТКК №6.01	100	100,97	1,40	3,09	16,89	120	121,16	1,67	3,71	20,27	120	121,16	1,67	3,71	20,27
ТКК №8.04	70	113,8	11,3	2,2	14,5	105	170,7	17,0	3,2	21,8	140	227,6	22,6	4,3	29
	120	163,6	3,7	2,9	30,2	150	204,5	4,6	3,6	37,7	150	204,5	4,6	3,6	37,7
	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0
ТКК №11.06	200	113,6	5,6		24,0	200	113,6	5,6		24,0	200	113,6	5,6		24,0
ТКК №12.01	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8	100	95	1,5	0,2	21,8
	620	657,97	25,50	10,39	117,39	705	775,96	32,37	12,71	135,57	740	832,86	37,97	13,81	142,77
Всього															

4-й тиждень										Висота, г	Енерго- цінність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Висота, г	Енерго- цінність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Висота, г	Енерго- цінність, ккал	Білок, г	Жири, г	Вуглеводи, г
2										3	4	5	6	7	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
Понеділок																								
41/1987	Салат Вітамінний									100	88,19	1,51	3,09	13,58	120	105,83	1,81	3,71	16,29	120	105,83	1,81	3,71	16,29
	Яйце відварне (Я)									шт	61,70	5,20	4,60	0,30	шт	61,70	5,20	4,60	0,30	шт	61,70	5,20	4,60	0,30
ТКК № 8.35/Зн.	Мігболи з твердим сиром (МП,Л)									70	239,16	14,44	19,9	1,14	85	291	17,53	24,15	1,39	100	342	20,63	28,42	1,64
ТКК№8.25	Булгур (Г,ЗП)									120	132,0	3,7	3,8	22,3	150	165,0	4,7	4,8	27,9	150	165,0	4,7	4,8	27,9
ТКК №11.02	Компот із свіжих фруктів									200	44	0,6	0	9,9	200	44	0,6	0	9,9	200	44	0,6	0	9,9
	Хліб цільнозерновий (Г,ЗП)									30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0
ТКК№12.01	Фрукти (мандарини)									100	38,0	0,8	0,2	9,0	100	38,0	0,8	0,2	9,0	100	38,0	0,8	0,2	9,0
	Всього									620,00	674,05	28,25	33,59	66,22	685,00	776,53	32,64	39,46	74,78	700,00	827,53	35,74	43,73	75,03
	Вівторок																							
ТКК№1.39	Салат з буряком, селерою та сиром (С,МП,Л)									100/10	121,87	4,67	7,47	9,54	120/10	142,64	5,37	8,67	11,45	120/10	142,64	5,37	8,67	11,45
ТКК 4.09	Курачі нагетси(Я,Г,ЗП,Л,МП)									85	186,30	15,10	7,70	17,70	125	274	22,1	11,3	26	150	328,9	26,6	13,6	31,2
ТКК 290/1987	Каша гречана з вершковим маслом(Л,МП,ЗП,Г)									120/3	186,42	6,34	3,83	31,65	150/4	234,68	7,93	4,96	39,57	150/4,5	237,99	7,94	5,33	39,57
ТКК№11.06	Напій з шипшини									200	113,6	5,6		24,0	200	113,6	5,6		24,0	200	113,6	5,6		24,0
	Хліб цільнозерновий (Г,ЗП)									30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0
ТКК№12.01	Фрукти (банан)									100	95,0	1,5	0,2	21,8	100	95,0	1,5	0,2	21,8	100	95,0	1,5	0,2	21,8
	Всього									415,00	774,19	35,21	21,20	114,69	455,00	930,92	44,50	27,13	132,82	480,00	989,13	49,01	29,80	138,02
	Середа																							
№20/22	Салат овочевий (Я)									100	93,00	2,80	1,50	6,10	120	111,60	3,36	1,80	7,32	120	111,60	3,36	1,80	7,32
ТКК № 9.37 Зн.	Нова коплетта по-київськи з м'ясного фаршу (ЗП, Г, Я, МП, Л)									95	239,0	19,8	9,7	17,69	135	339,63	28,14	13,78	25,14	165	415,1	34,39	16,85	30,72
ТКК 121/1987	Картопля запечена по-селянськи(Л,МП)									120/3	207,26	3,67	7,08	32,22	150/4	260,73	4,59	9,03	40,27	150/4,5	264,04	4,60	9,39	40,28
ТКК 39/Клопот.	Фалафель (Г,ЗП)									120	175,50	10,10	1,10	31,30	150,00	263,30	15,20	1,70	47,00	150	263,30	15,20	1,70	47,00
ТКК№10.05	Соус "Кетчуп"									50	26,35	0,55	0,05	5,95	50	26,35	0,55	0,05	5,95	50	26,35	0,55	0,05	5,95
349 / 1987р.	Чай з лимоном									200	6,2	0,2	0,0	0,2	200	6,2	0,2	0,0	0,2	200	6,2	0,2	0,0	0,2
	Хліб цільнозерновий (Г,ЗП)									30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0
ТКК№12.01	Фрукти (сливи св.)									100,0	48,0	0,5	0,3	10,0	100	48,0	0,5	0,3	10,0	100	48,0	0,5	0,3	10,0
	Всього									565	866,31	39,62	21,73	113,46	785	1126,81	54,54	28,66	145,88	815	1205,60	60,80	32,09	151,47
	Четвер																							
ТКК №8.17/акт	Овочеve cote									100	84,8	1,7	5,5	6,7	120	101,7	2,0	6,6	8,10	120	101,7	2,0	6,6	8,10
ТКК №9	Сир твердий ((МП,Л)									15	55,50	3,50	4,50		15	55,50	3,50	4,50		15	55,50	3,50	4,50	
ТКК 83/ 84/Клоп.	Риба запечена (Р,Я,Г,ЗП)									75	137,8	15,7	5,8	5,7	90	165,3	18,8	7,0	6,8	120	220,44	25,3	9,28	9,12
ТКК №08.26	Каша пшенична (Г,ЗП,Л,МП)									120	143,3	4,8	2,4	25,2	150	179,10	6,00	3,00	31,5	150	179,10	6,00	3,00	31,5
	Хліб цільнозерновий (Г,ЗП)									30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0
ТКК№11.03	Узвар із сухофруктів									200	107,7	0,3	0,9	24,9	200	107,7	0,3	0,9	24,9	200	107,7	0,3	0,9	24,9
ТКК№345/12.01	Яблука печені/фрукти свіжі									100	146,0	0,4		35,6	100	146,0	0,4		35,6	100	146,0	0,4		35,6
	Всього									690,57	690,57	24,89	16,60	108,10	690,00	770,83	29,53	19,47	116,94	720,00	825,94	36,00	21,78	119,22
	П'ятниця																							
52/К/К	Овочі натуральні (по-сезону)									100	14,00	0,80	0,10	3,30	120	16,80	0,96	0,12	3,96	120	16,80	0,96	0,12	3,96
ТКК №5.04	Лінійні голубці з яловичиною (Л,МП,ЗП)									200	296,5	11,9	18,2	19,9	250	370,1	14,9	22,8	24,8	300	444,8	17,8	27,4	29,9
ТКК№11.12	Сметана (МП,Л)									25	51,5	0,75	5	0,75	25	51,5	0,75	5,00	0,75	25	51,5	0,75	5	0,75
ТКК 298/1987	Пюре картопліне з вершковим маслом (Л,МП)									120/2	114,03	2,72	2,36	20,47	150/3	145,84	3,41	3,32	25,59	150/3,5	149,15	3,42	3,68	25,60
	Хліб цільнозерновий (Г,ЗП)									30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0	30	71,0	2,0	2,0	10,0
362 / 1987р.	Сік									200	98,7	1,2	0,0	22,5	200,0	98,7	1,2	0,0	22,5	200,0	98,7	1,2	0,0	22,5
ТКК№12.01	Фрукти (мандарини)									100	38,0	0,8	0,2	9,0	100	38,0	0,8	0,2	9,0	100	38,0	0,8	0,2	9,0
	Всього									655	683,73	20,14	27,86	85,88	725	791,94	24,02	33,44	96,60	775	869,95	26,93	38,40	101,71

Прошито, пронумеровано
печаткою

(листів прописом)

ПІОВ «СНС КЕЛІПЕРІНГ»

Горбун

