



УКРАЇНА
ЖИТОМИРСЬКА МІСЬКА РАДА

ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ

вул. В.Бердичівська, 7, м. Житомир, 10014, тел. 47-48-36,

E-mail: osvita@zt-rada.gov.ua

22.01.2011 № 167

на № _____ від _____

Керівникам ЗЗСО

ФОП, які забезпечують
харчування у закладі

Надаємо для використання в роботі наступні документи:

1. Примірне двотижнєве меню для одноразового харчування учнів 1-4 класів у закладах загальної середньої освіти Житомирської ОТГ – сніданки (додається).
2. Примірне двотижнєве меню для харчування учнів груп подовженого дня в закладах загальної середньої освіти Житомирської міської ОТГ (додається).
3. Технологічні картки – 2 штуки (№ 364 – Гуляш курячий; № 148 – Фрикадельки із курячого м'яса) (додається).
4. Додатки 9,10 до Санітарного регламенту у таблицях (на допомогу керівнику закладу загальної середньої освіти) (додається).

Звертаємо увагу, що у примірні двотижнєві меню у сніданки внесено наступні зміни в понеділок I - II тижнів:

1. I тиждень: замість сосиски (сардельки) відвареної – фрикадельки із курячого м'яса.
2. II тиждень: замість ковбаси відвареної з маслом – гуляш з курки.

Перший заступник

директора департаменту освіти підпис існує

С.А. Ковтуненко

ПОГОДЖУЮ

Начальник відділу державного
нагляду за дотриманням санітарного
законодавства Житомирського
міського управління ГУ
Держпродспоживслужби
у Житомирській області



Г.Д. Шарапа

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор департаменту освіти
Житомирської міської ради
В.В. Арендарчук

**ПРИМІРНЕ ДВОТИЖНЕВЕ МЕНЮ**

для одноразового харчування учнів 1-4 класів
у закладах загальної середньої освіти
Житомирської міської ОТГ
(в грамах на одну дитину)
СНІДАНКИ

І тиждень		II тиждень	
Назва страв і продуктів	Вага (гр.)	Назва страв і продуктів	Вага (гр.)
ПОНЕДІЛОК			
Сир твердий	10	Яйце відварене	20
Салат з овочів	75	Салат з овочів	75
Фрикадельки із курячого м'яса	60	Гуляш з курки	35/30
Каша гречана	150	Локшина відварена	150
Зелений горошок з маслом/ кукурудза з маслом	50/5	Зелений горошок з маслом/ кукурудза з маслом	50/5
Сік	200	Чай з молоком	200
Хліб житній	30	Хліб житній	30
Хліб пшеничний	45	Хліб пшеничний	45
ВІВТОРОК			
Салат з овочів	75	Овочі натуральні	75
Котлета полтавська	50	Биточки з яловичини з соусом сметанним з овочами	50/50
Рагу з овочів	155	Каша пшенична	150
Компот із сухофруктів	200	Капуста тушкована	50
Хліб житній	30	Компот з сухофруктів	200
Хліб пшеничний	30	Хліб житній	30
		Хліб пшеничний	30
СЕРЕДА			
Яйце відварене	40	Сир твердий	15
Овочі натуральні	75	Салат з овочів	85

Шніцель рибний натуральний	75/5	Риба смажена	80
Картопляне пюре	150	Картопля відварена	150
Чай з цукром	185/15	Відвар яблучно-лимонний	200
Хліб житній	30	Хліб житній	30
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30

ЧЕТВЕР

Запіканка з солодким соусом	100/20	Овочі натуральні	75
Кисломолочні продукти	200	Філе куряче тушковане в сметанному соусі	50/50
Фрукти	100	Картопляне пюре	150
		Сік	200
		Хліб житній	30
		Хліб пшеничний	30

П'ЯТНИЦЯ

Овочі натуральні	75	Овочі натуральні	75
Котлета куряча	50	Яйце відварене	40
Картопляне пюре	150	Шніцель з яловичини	50/5
Капуста тушкована	50	Картопля тушкована	150
Компот із сухофруктів	200	Відвар із шипшини	200
Хліб житній	30	Хліб житній	30
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30

ПОГОДЖУЮ

Начальник відділу державного
нагляду за дотриманням санітарного
законодавства Житомирського
міського управління ГУ
Держпродспоживслужби
у Житомирській області
Г.Д. Шарапа



ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор департаменту освіти
Житомирської міської ради
В.В. Арендарчук



ПРИМІРНЕ ДВОТИЖНЕВЕ МЕНЮ
для харчування учнів груп подовженого дня
в закладах загальної середньої освіти
Житомирської міської ОТГ
(в грамах на одну дитину)

I тиждень		II тиждень	
Назва страв і продуктів	Вага (гр.)	Назва страв і продуктів	Вага (гр.)
ПОНЕДІЛОК			
СНІДАНОК		СНІДАНОК	
Сир твердий	10	Яйця відварені	20
Салат з овочів	75	Салат з овочів	75
Фрикадельки із курячого м'яса	60	Гуляш з курки	35/30
Каша гречана	150	Макаронні вироби відварені	150
Зелений горошок (кукурудза) відварений з маслом	50/5	Зелений горошок (кукурудза) відварений з маслом	50/5
Сік	200	Чай з молоком	200
Хліб житній	30	Хліб житній	30
Хліб пшеничний	45	Хліб пшеничний	45
ОБІД		ОБІД	
Салат з овочів	50	Салат з овочів	50
Капусняк з сметаною	250/5	Суп з овочів з сметаною	250/5
М'ясо тушковане	50/50	Печення по-домашньому	50/150
Локшина відварена	150	Сік	200
Какао з молоком	200	Хліб	60
Хліб	60		
ПІДВЕЧІРОК		ПІДВЕЧІРОК	
Пудинг з сиру з повидлом	100/15	Ватрушка з сиром	50
Чай з цукром	185/15	Компот із сухофруктів	200
ВІВТОРОК			
СНІДАНОК		СНІДАНОК	
Салат з овочів	75	Овочі натуральні	75
Котлета полтавська	50	Биточки з яловичини з соусом сметанним з овочами	60/50
Рагу з овочів	155	Каша пшенична	150
Компот із сухофруктів	200	Капуста тушкована	50
Хліб житній	30	Компот із сухофруктів	200
Хліб пшеничний	30	Хліб житній	30
		Хліб пшеничний	30
ОБІД		ОБІД	
Салат з овочів	50	Салат з овочів	50

Гороховий суп	250	Суп картопляний з м'ясними фрикадельками	250/35
Риба, тушкована з овочами	60/60	Риба з сиром запечена	55
Картопляне пюре	150	Картопля тушкована	150
Чай з цукром	185/15	Чай з цукром	185/15
Хліб	60	Хліб	60
Фрукти	150		
ПІДВЕЧІРОК		ПІДВЕЧІРОК	
Булка	50	Млинці з повидлом	150/15
Молоко кип'ячене/ кисломолочні продукти	200 200	Кавовий напій з молоком	200
СЕРЕДА			
СНІДАНОК		СНІДАНОК	
Яйце відварене	40	Сир твердий	10
Овочі натуральні	75	Салат з овочів	85
Шніцель рибний натуральний	75/5	Риба смажена	80
Картопляне пюре	150	Картопля відварена	150
Чай з цукром	185/15	Відвар яблучно-лимонний	200
Хліб житній	30	Хліб житній	30
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
ОБІД		ОБІД	
Салат з овочів	50	Салат з овочів	50
Борщ з капустою, картоплею та сметаною	250/5	Розсольник із сметаною	250/5
Кури тушковані	75/50	Макаронник з м'ясом	265
Каша гречана	150	Кисіль з соку	200
Сік	200	Хліб	60
Хліб	60		
ПІДВЕЧІРОК		ПІДВЕЧІРОК	
Бабка з локшини з сиром сиром	150/10	Вареники ліниві або сирники	100
Какао з молоком	200	Чай з молоком	200
ЧЕТВЕР			
СНІДАНОК		СНІДАНОК	
Запіканка з сиру і солодким соусом	100/20	Овочі натуральні	75
Кисломолочні продукти	200	Філе куряче тушковане в сметанному соусі	50/50
Фрукти	100	Картопляне пюре	150
		Сік	200
		Хліб житній	30
		Хліб пшеничний	30
ОБІД		ОБІД	
Салат із овочів	50	Салат з овочів	50
Суп картопляний із локшиною	250	Суп молочний з макаронними виробами	250
Зрази м'ясні рублені	70	Котлети полтавські	55
Картопля відварена	150	Рис відварений	150

Компот із сухофруктів	200	Компот із сухофруктів	200
Хліб	60	Хліб	60
ПІДВЕЧІРОК		ПІДВЕЧІРОК	
Млинці з медом	100/10	Булка	50
Сік	200	Сік	200
П'ятниця			
СНІДАНОК		СНІДАНОК	
Овочі натуральні	75	Овочі натуральні	75
Котлети натуральні з філе курки	50	Яйця варені	40
Картопляне пюре	150	Шніцель з яловичини	50/5
Капуста тушкована	50	Картопля тушкована	150
Компот із сухофруктів	200	Відвар із шипшини	200
Хліб житній	30	Хліб житній	30
Хліб пшеничний	30	Хліб пшеничний	30
ОБІД		ОБІД	
Овочі натуральні	50	Салат з овочів	50
Суп молочний з крупою	250	Суп селянський з крупою та з сметаною	250/5
Тюфтельки з яловичини в соусі	60/50	Гуляш з яловичини	50/50
Каша гречана	150	Пюре з гороху	150
Сік	200	Какао з молоком	200
Хліб	60	Хліб	60
ПІДВЕЧІРОК		ПІДВЕЧІРОК	
Печиво	100	Печиво	100
Кисіль	200	Чай з цукром	185/15

Рецептура №432
Збірник рецептур страв
дієтичного харчування
для підприємств громадського харчування
Видання 1988 року.

Затверджую
Начальник управління освіти
Житомирської міської ради
В.В. Арендарчук
03 листопада 2017 р.



Технологічна карта №148
Фрикадельки із курячого м'яса

Назва продуктів та сировини	Витрати продуктів та сировини на одну порцію (г)		Технологічні вимоги до якості продуктів та сировини
	Маса брутто	Маса нетто	
Кури (філе)	47	47	Охолоджене філе курки з температурою в товщі м'язів 0-4°C добре оброблене, чисте, без синяків. Поверхня суха, м'язи щільні, пружні, без стороннього запаху.
Хліб пшеничний	10	10	Хліб має дрібні пори, однакові по всій масі хліба, сухий на дотик, смак чистий, без сторонніх присмаків.
Масло вершкове	3	3	Масло однорідної масткої консистенції з молочним присмаком та чистим запахом. Колір від білого до жовтуватого.
Вода або молоко	12	12	Молоко - однорідна рідина білого кольору без стороннього запаху та присмаку.
Сіль	0,06	0,06	Блискучі кристали однорідні за величиною, розчин солі прозорий, без осаду.
Маса напівфабрикату		72	
Лавровий лист	0,001	0,001	Чисті цілі листки оливкового кольору зі специфічним пряним ароматом.
Вихід		60	

Технологія приготування

Підготовлене філе або стегенця курей (м'якоть без шкіри) нарізують на шматочки і подрібнюють на м'ясорубці (решітка з діаметром отворів 9 і 5 мм). Подрібнене м'ясо з'єднують з замоченим черствим хлібом, додають масло вершкове м'якої консистенції, сіль. Масу перемішують і знову пропускають крізь м'ясорубку, злегка вибивають до утворення однорідної пишної маси.

Готову котлетну масу розробляють на кульки (1-2 шт. на порцію) і припускають в невеликій кількості води під щільно закритою кришкою. За 1-2 хв до готовності фрикадельок, в бульйон додають лавровий лист.

Подають з гарніром. Температура подачі страви 65°C.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд - фрикадельки у вигляді кульок з гладенькою поверхнею, без тріщин і надривів.

Колір – білий до кремового.

Смак і запах – мало солоний зі смаком вареного курячого м'яса.

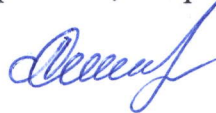
Консистенція – однорідна, пухка.

Основні фізико – хімічні показники

Маса страви: 60 г $\pm$ 3 %

Бактерії кишкової палички (коліформи в 0,1г продукту) не дозволені.

Розроблено: інженер – технолог



О.Г. Лісогурська

Погоджено: заступник начальника
управління освіти

С.А. Ковтуненко

Рецептура на ст. №395
Методичний посібник
«Організація харчування
дітей у ДНЗ»
Видання 2014 р.

Затверджую
Директор департаменту
Житомирської міської ради
В.В. Арендарчук
18.01.2021р.



Технологічна карта №364

Гуляш курячий

Назва продуктів та сировини	Витрати продуктів та сировини на одну порцію (г)		Технологічні вимоги до якості продуктів та сировини
	Маса бруutto	Маса нетто	
Кури (філе)	55	55	Охолоджене філе курки з температурою в товщі м'язів 0-4°C добре оброблене, чисте, без синяків. Поверхня суха, м'язи щільні, пружні, без стороннього запаху.
Цибуля ріпчаста	3,3	2,8	Цибулини однорідні за формою і забарвленням, цілі, чисті, сухі, здорові, не пророслі.
Морква	3,3	2,6	Морква одного ботанічного сорту, суха, не забруднена, без пошкоджень, ціла. М'якоть соковита, помаранчевого кольору.
Борошно	2	2	Борошно має бути сухим, м'яким, білого або кремуватого кольору зі смаком крохмалю без сторонніх присмаків та запаху.
Олія	4	4	Рафінована олія прозора, зі смаком безликого масла, без запаху.
Томатна паста	1	1	Однорідна густа маса, червоного кольору, кислувата на смак, без сторонніх присмаків та запаху.
Сіль	0,1	0,1	Блискучі кристали однорідні за величиною, розчин солі прозорий, без осаду.
Лавровий лист	0,001	0,001	Чисті цілі листки оливкового кольору зі специфічним пряним ароматом.
Вода	40	40	Прозора рідина, без запаху та смаку.
Вихід		35/30	

Технологія приготування

Підготовлене філе курки нарізати кубиками по одному шматку на порцію, злегка обсмажити, з додаванням олії, упродовж 5-10 хв, додати окріп і тушкувати при помірному нагріванні 15-20 хв.

Підготовлені цибулю та моркву, нарізані дрібними кубиками, пасерувати з додаванням олії 2-3 хв, додати томатну пасту і продовжити пасерування ще 5-10 хв.

Пасеровані овочі та борошно додати у тушковане м'ясо і продовжити нагрівання 15-20 хв.

За 5-7 хв до готовності страви, додати сіль, а за 2 хв - лавровий лист.

Подають гуляш з гарніром за температури 65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд - шматочки м'яса та овочі нарізані кубиками, тушковані в соусі .

Колір – м'яса - білий, соусу - червоний.

Смак і запах – кислуватий, з присмаком пасерованого борошна та овочів, ароматом тушкованого м'яса та лаврового листа.

Консистенція – м'яса та овочів - м'яка, соусу –в'язка.

Основні фізико – хімічні показники

Маса страви 65 г $\pm$ 3 % в т.ч. - м'яса – 35 г $\pm$ 3 %

Бактерії кишкової палички (коліформи в 0.1 г продукту) не дозволені.

Розробив: інженер – технолог



О.Г. Лісогурська

Погоджено: перший заступник директора
департаменту освіти

С.А. Ковтуненко

Додаток 9.

Таблиця 1

Загальні вимоги до організації харчування дітей у закладах освіти

I. Вимоги до харчових продуктів, призначених для продажу дітям та підліткам у буфетах та у торгівельних апаратах, розміщених у закладах освіти

	Перелік страв та продуктів	Асортимент продукції	Нові вимоги
1	Бутерброди	З сиром твердим, - яйцями, - вершковим маслом, - зеленню, - прянощами, - переробленими бобовими, - горіхами, - насінням, - овочами, фруктами - кетчупом (120 г помідорів на 100 г продукту)	- без солі, - без підсолоджувачів, на 100 г готового продукту - цукру не більше 10г
2	Хлібо-булочні вироби, Борошняні кулінарні вироби	З сиром твердим, - сиром кисломолочним, - яйцями, - зеленню, - прянощами - переробленими бобовими, - горіхами, - насінням, - овочами, - фруктами	<u>Тісто на 100г</u> - не більше 5г цукрів, - не більше 0,45г солі - використовувати: житнє або цілнозернове житнє, пшеничне та змішане, або безглютенове борошно.
3	Салати в порційній упаковці (приготовлені в день реалізації)	З овочами, - фруктами, - яйцями, - сиром твердим, - молочними продуктами (п.6), - зернові продукти (п.7), - бобовими продуктами, - сушеними овочами, - сушеними фруктами, - горіхами, - насінням (п.10), - зеленню, - прянощами, - олією.	На 100 г страви не більше 0,12 г солі

4	Молоко	пастеризоване стерилізоване	Без додавання цукрів і підсолоджувачів
5	Напої	На основі: -сої, -рису, -вівса, кукурудзи, -гречки, -горіхів, -мигдалю,	На 100 мл -не більше 10 г цукру -не більше 0,12 г солі
6	Молочні продукти	-йогурт, -кефір -сир к/м, жиру не менше 5%, -ацидофільне молоко -продукти на основі сої, рису, вівса , горіхів, мигдалю.	На 100 мл/г -не більше 10 г цукру -не більше 10 г жиру
7	Зернові продукти		На 100 г -не більше 10 г цукру -не більше 0,12 г солі Хліб -не більше 0,45 г солі
8	Овочі (фасовані або поділені на порції)	-свіжі -перероблені	На 100 г страви -не більше 0,12 г солі - без цукрів
9	Фрукти (фасовані або поділені на порції)	-свіжі -перероблені	Без цукрів і підсолоджувачів
10	<u>Сушені овочі</u> , фрукти та ягоди, горіхи, насіння	Очищені та фасовані, масою не більшою 50 г.	Без цукрів і підсолоджувачів
11	Соки фруктові, овочеві, фруктово-овочеві	пастеризовані	На 100 мл соку -не більше 0,12 г солі - без цукру
12	Вода питна в споживчій упаковці	Негазована	
13	Напої виготовлені на місці	-гарячі напої -компоти -узвари	Без цукрів та підсолоджувачів

Таблиця 2

II. Вимоги до організації харчування та харчових продуктів, які використовуються для харчування в закладах освіти

№ з/п	Харчування та асортимент продуктів харчування	Організація харчування	Вимоги
1	Харчування	-сніданок – 25-30% добових ккал -другий сніданок -обід – 30-35% добових ккал -підвечірок -вечеря	Групи продуктів: -зернові продукти та/або картоплі; -фруктів та/або овочів; -молока та/або молочних продуктів; -м'яса; -риби; -яєць; -бобових; -горіхів; -насіння; -жирів.
1.3	Організовано щонайменше одноразове гаряче харчування	Визначає заклад освіти залежно від: -віку здобувачів освіти; -типу закладу освіти; -особливостей організації освітнього процесу	Страви та вироби реалізують з дотриманням вимог до умов зберігання та термінів реалізації
2.1	Зернові продукти та/або картопля (перероблені)	-на сніданок, обід і вечерю - що найменше 1 порція; -на тиждень - три або більше порцій; -на тиждень не більше 1 порції смаженої страви.	На 100 г готового продукту: -не більше 0,12 г солі; -не більше 10 г цукрів; -не більше 10 г жиру. Олія рафінована: -мононенасичених жирів – більше 50% ; поліненасичених жирів – менше 40%.
2.2	Овочі свіжі або перероблені	-щоденно на сніданок, обід і вечерю – не менше 1 порції; -на тиждень на сніданок, обід і вечерю - по три або більше порцій свіжих овочів;	На 100 г готового продукту: -не більше 0,12 г солі (крім квашених); -не більше 10 г цукрів;

		-на тиждень три і більше страв з овочів.	-не більше 10 г жиру; Овочі перероблені -без цукрів і підсолоджувачів
2.3	Фрукти і ягоди свіжі або перероблені	-__на день (сніданок або вечеря та обід) - не менше 1 порції; -на тиждень - три і більше страв з фруктів і ягід.	Без цукрів і підсолоджувачів. Сушені фрукти і ягоди- без цукрів, підсолоджувачів, солі, жиру
2.4	Овочі та фрукти	-на день -сукупно 5 порцій (1 порцію можна замінити на сік 200 мл) -Дотримуватись співвідношення: 3:2	Сніданок: 1 порція овочів та 1 порція фруктів; Обід: 1 порція овочів та 1 порція фруктів; Вечеря: 1 порція овочів.
2.5	М'ясо охолоджене, риба морська, яйця курячі, горіхи, бобові, насіння	При одноразовому харчуванні на тиждень: -2 порції м'яса; -1 порція яєць; -1 порція риби -1 порція смаженої страви	Горіхи та насіння - без цукрів, підсолоджувачів, солі, жиру, синтетичних ароматизаторів та підсилювачів смаку.
2.6	Харчові жири		Олія рафінована: -мононенасичених жирів – більше 50% ; поліненасичених жирів – менше 40%. Масло вершкове – жир не менше 72%
2.7	Молоко та молочні продукти: -йогурт; -кефір; -ацидофільне молоко; - сир твердий; -сир м'який; -сир к/м, жиру не менше 5%, -сметана жиру не менше 15%	Має бути: -1 порція на сніданок; -1 порція на обід -1 порція на вечерю	На 100 мл/г -не більше 10 г цукру
2.8	Напої -вода питна негазована, -напої на основі рослинного молока,	Виготовлені на місцях: -гарячі напої; -гарячі напої на основі рослинного молока	<u>Без додавання цукрів</u> та підсолоджувачів

	-соки натуральні, -напої власного виробництва.	-компоти -узвари	
2.9 а)	Сіль йодована	Споживання при 5 раз. харчуванні: -4г для учнів 1-4 класів -5г для учнів 5-12 класів	Використання солі: 1г на сніданок, 2г на обід
2.9 б)	Зелень та/або прянощі	Свіжі, сушені	Без додавання солі
2.9 в)	Хлібо-булочні вироби, Борошняні кулінарні вироби	З сиром твердим, -сиром кисломолочним, -яйцями, -зеленню, -прянощами - переробленими бобовими, -горіхами, - насінням, -овочами, -фруктами	<u>Тісто на 100г</u> -не більше 5г цукрів, -не більше 0,45г солі <u>Начинка на 100г</u> не більше 10 г цукрів Використовувати: житнє, та/або_цільнозернове житнє, пшеничне та змішане, або безглютенове борошно.
2.9 г)	Готові страви		Без харчових концентратів. На 100 мл/г -не більше 5г цукрів, -не більше 10г жиру

Перелік харчових продуктів, які заборонено реалізувати у шкільних буфетах та торговельних апаратах, розміщених у закладах освіти

	Асортимент	Вимоги
1	Кондитерські вироби, солодкі зернові продукти	На 100 г готового продукту: -понад 10 г цукрів;
2	Вироби з кремом, вироби з морозивом, харчові концентрати	
3	М'ясні продукти промислового та кулінарного виробництва	
4	Рибні продукти промислового та кулінарного виробництва	
5	Продукти (в т.ч. снеки)	На 100 г готового продукту: -понад 0,12 г солі; -понад 10 г цукрів; З вмістом: - синтетичних барвників, -ароматизаторів (крім ваніліну, етилваніліну, ванільного екстракту), -підсолоджувачів, -підсилювачів смаку, -підсилювачів аромату, -консервантів.
6	Продукти із вмістом частково гідрогенізованих рослинних жирів (транс жирів)	
7	Непастеризоване молоко та молочні продукти, що виготовлені із непастеризованого молока	
8	Непастеризовані соки	
9	Консерви, крім пастеризованих натуральних соків	
10	Газовані напої, солодкі газовані напої та енергетичні напої	
11	Кава та кавові напої	
12	Гриби	
13	Продукція домашнього виробництва	