



Зміни, які запроваджує реформа шкільного харчування з 01 січня 2022 року





Норми одноразового харчування на 1 дитину віком від 6 до 11 років на 5 днів



№ п/п	Назва продуктів	Норми, постанова 1591	Норми, постанова 305	Відхилення	
				Збільш ення норми (г)	Змен шення норми (г)
1	Хліб	300	90		210
2	Цукор	75	37,5		37,5
3	Картопля	500	120		380
4	Крупи, бобові, макаронні вироби	105	170	65	
5	Овочі свіжі	700	500		200
6	Фрукти , соки	250	700	450	
7	Птиця	175	140		35
8	Риба	125	60		65
9	Молоко та молочні продуктами	195	490	295	

Зменшено вміст цукру в:

- *напоях;*
- *стравах;*
- *кондитерських та борошняних виробках.*

Зменшено:

- *норми споживання солі.*

Виключено:

- *споживання яловичини;*
- *свинини;*
- *печінки;*
- *сосисок;*
- *ковбасних виробів;*
- *маргарину.*



**Норми споживання харчових продуктів на 1 дитину
віком від 6 до 11 років (1 - 4 клас) для одноразового харчування.**

№ п/п	продукти	понеділок	вівторок	середа	четверг	п'ятниця
1	овочі (свіжі)	100	100	100	100	100
2	фрукти та ягоди свіжі та сушені	100	125	125	100	100
3.	Молоко та молочні продукти щодня	125	125	15	25	200
4	вершкове масло	3	3	3	3	3
5	Злакові, бобові (готові каша чи макарон) картопля	120	120	120	120	120
6	хліб цільнозерновий	30		30		30
7	м'ясо птиці та риба, яйце	70	40/1 шт	60		70
8	чай без цукру (200 мл.), какао, сік фруктовий, овочевий			0,5	200	6
9	олія рослина	5,5	5,5	5,5	5,5	5,5
10	цукор	7,5	7,5	7,5	7,5	7,5
11	сізь	1	1	1	1	1
	Всього маса нетто	545	685	650	545	620
	Калорійність	630	618	610	590	650



Зразок орієнтовного меню вартість 43 гривні



Назва страви	Вихід (г)	Ціна (грн)
Варіант 1		
Овочевий мікс	100	• 3,34
Піджарка з курячого філе	70	• 18,15
Горохове пюре	120	• 3,95
Яблуко "Каркаде"	100	• 5,71
Хліб	30	• 1,50
Кефір / йогурт	125	• 10,35
Всього	545	• 43,00
Калорійність, кКал	630	





Зразок орієнтовного меню вартість 43 гривні



Назва страви	Вихід (г)	• Ціна (грн)
Варіант 2		
Салат з капусти з насінням соняшника	100	• 4,26
Омлет натуральний	40	• 9,21
Каша гречана	120	• 4,90
Сирники	125	• 15,13
Компот з сухофруктів	200	• 3,0
Фрукти свіжі	100	• 6,50
Всього	685	• 43,0
Калорійність	618	





Зразок орієнтовного меню вартість 43 гривні



Назва страви	Вихід (г)	Ціна (грн)
Варіант 3		
Асорті овочеве	100	• 4,15
Риба тушкована з овочами	60	• 17,19
Картопляне пюре	120	• 6,50
Сир твердий	15	• 5,56
Хліб	30	• 1,50
Чай	200	• 1,00
Яблуко печене посипане горішками	100/25	• 7,10
Всього	650	• 43,00
Калорійність, кКал	610	





Зразок орієнтовного меню вартість 43 гривні

Назва страви	Вихід (г)	• Ціна • (грн)
Варіант 4		
Помідори, огірки свіжі	100	• 6,75
Мак Енд Чіз (запіканка макаронна з сиром) з сметаною	200 25	• 19,56
Сік	200	• 6,70
Фруктове асорті	100	• 9,99
Всього	545	• 43,00
Калорійність, кКал	590	





Зразок орієнтовного меню вартість 43 гривні

Назва страви	Вихід (г)	• Ціна • (грн)
Варіант 5		
Морква вітамінна з соком лимона	100	• 4,18
Плов / Рис "Паєлья" з м'ясом птиці	120 70	• 20,93
Какао на молоці	200	• 10,89
Хліб	30	• 1,50
Свіжі фрукти	100	• 5,50
Всього	620	• 43,00
Калорійність, кКал	650	





Зразок фактичного меню на 25 гривень



Назва страви	Вихід (г)	• Ціна • (грн)
Варіант 1		
Вінегрет	35	• 4,92
Макарон відварений	150	• 5,40
Тефтеля з курячого філе	30	• 9,18
Компот з яблук	200	• 4,00
Хліб житньо-пшеничний	30	• 1,50
Всього	435	• 25,00
Калорійність (кКал)	397	





Зразок фактичного меню на 25 гривень



Назва страви	Вихід (г)	• Ціна • (грн)
Варіант 2		
Салат з моркви з кунжутом	30	• 2,81
Каша гречана	120	• 4,90
Котлета з курячого філе	50	• 13,05
Чай «Каркаде»	150	• 2,74
Хліб житньо-пшеничний	30	• 1,50
Всього	380	• 25,00
Калорийність (кКал)	368	





Зразок фактичного меню на 25 гривень



Назва страви	Вихід (г)	• Ціна • (грн)
Варіант 3		
Салат з буряка та сухариками	40	• 4,38
Картопляне пюре	100	• 5,90
Нагетси курячі	30	• 9,12
Сік фруктовий	150	• 4,10
Хліб житньо-пшеничний	30	• 1,50
Всього	350	• 25,00
Калорійність (кКал)	335	





Зразок фактичного меню на 25 гривень



Назва страви	Вихід (г)	• Ціна • (грн)
Варіант 4		
Помідори свіжі	30	• 2,45
Рис “Паєлья”	150	• 5,40
М'ясо тушковане	25	• 13,35
Чай з лимоном	200/7	• 2,30
Хліб житньо-пшеничний	30	• 1,50
Всього	442	• 25,00
Калорійність (кКал)	366	





Зразок фактичного меню на 25 гривень

Назва страви	Вихід (г)	• Ціна • (грн)
Варіант 5		
Овочеве асорті	25/25	• 3,19
Картопля тушкована	100	• 6,20
Биточок рибний	30	• 8,01
Лимонад	150	• 3,20
Хліб житньо- пшеничний	30	• 1,50
Апельсин	30	• 2,90
Всього	390	• 25,00
Калорійність (кКал)	357	





Дякую за увагу!

