

Готуємо страви за оновленим меню

З 17 січня 2022 року у шкільних їдальнях закладів загальної середньої освіти Івано-Франківської міської ради готуватимуть страви за оновленим чотиритижневим сезонним меню, попередньо погодженим начальником Івано-Франківського управління Головного управління Держпродспоживслужби в Івано-Франківській області.

Примірні чотиритижневі меню на зимовий період 2022 року укладені відповідно до нових вимог (додатки 9, 10, 11 Санрегламенту, затвердженого наказом МОЗ України від 25.09.2020р., № 2205), норм та Порядку організації харчування, затверджених постановою Кабінету Міністрів України від 24 березня 2021 року № 305.

Серед рекомендованих страв:

Страви зі свининою та яловичиною: ліниві голубці, плов з булгуром та свинини, болоньезе, кебаб з сиром, котлети, бефстроганов з вареною яловичиною, гуляш з вареною яловичиною, китайська печеня зі свининою, французька печеня з яловичиною, верещака з яловичини, печеня по-домашньому з яловичини, печеня по-домашньому зі свинини, чилі кон карне з яловичиною.

Страви з риби: рибні нагетси, риба запечена з морквою та цибулею, риба тушкована з овочами у томаті, минтай запечений у соусі "Бешамель", рибні фрикадельки, рибні стіки, рибні котлети, рибний закритий пиріг зі спеціями.

Страви з курячим м'ясом: пастуший пиріг з куркою, тушкована капуста з овочами та м'ясом, куліш з курячим м'ясом, плов з курячим м'ясом, чилі кон карне з куркою, котлета по-міланськи з сиром, курячі нагетси, курка по-італійськи, курячий шніцель, запечене філе курки з орегано, куряче стегно в гірчичному соусі, курка запечена в імбирному соусі, печеня по-домашньому з куркою, курка тушкована в соусі гуляш з кмином, бігос з гречкою та курячим м'ясом, шпундра з куркою, чахохбілі з куркою.

Салати: салат зі свіжого буряка та сметани, салат зі свіжого буряка та олії, салат з капусти, зеленого горошку та насіння, салат з буряком та чорносливом, салат з буряком, курагою та горіхами, салат фруктовий з горіхами, салат з гарбузом, насінням та зеленим горошком, салат з гарбузом та яблуком, салат з морквою та імбиром, салат з буряком, селерою та сиром, салат з капустою та морквою, салат з морквою та яблуком, салат з квашеними огірками, овочева асорті, салат із запеченою грушею та моркви, вінегрет, салат з морквою, каррі та соусом "Вінегрет", салат з запеченою капустою та родзинками, салат з морквою, сиром та сметаною, салат з моркви та капусти зі сметанно-хроновим соусом, салат з червоної капусти з соусом "Вінегрет", салат з гречкою та овочами, салат з капусти та олії, салат з яйцем, сиром та куркумою, салат з перетертим яйцем та яблуком, салат з яйцем та зеленим горошком, салат зелений з огірків та томатів, салат зі свіжих томатів з солодким перцем, салат з овочів та яєць, салат з капусти, огірків та кропу, салат з капусти, яблуком та селерою, салат з огірками, петрушкою та часником, салат з капусти, огірків та насіння фенхелю, салат з

кисломолочним сиром та солодким перцем, салат з м'якого сиру та томатів, салат з капустою та огірками зі сметаною.

Гарніри: овочі з соусом "Бешамель", товчанка, пшоняна каша з квашеною капустою, горохове пюре з зеленого гороху, горохове пюре з чорносливом, лобіо з квасолею, квасоля біла / червона, кус-кус, галушки, ньоки картопляні, рис з кмином / з орегано, відварена картопля, гречана каша з чебрецем, булгур, овочева паелья з куркумою (морква, цибуля), гречка з томатною пастою, каша пшенична, картопляне пюре, банош, овочеve соте, овочеve рагу з зеленим горошком, зелені кабачки в панірувальних сухарях, ризотто з зеленим горошком та твердим сиром.

Страви з яєць: скрамбл, омлет з орегано, фритата.

Перші страви: суп овочевий, мінестроне, бульйон овочевий, суп Авголемоно, суп з крупою перловою або рисовою та томатом, суп гороховий, борщ з картоплею, полтавський борщ зі сливовим варенням, морквяний/картопляний крем-суп, суп з квасолі, юшка рибна, суп білий з галушками, капусняк з гарбузом, сочевичний суп-пюре.

Страви з сиру, запіканки: ягідне кюлі (начинка), рисова запіканка з ягідним кюлі, пан де калатрава, мак енд чіз, манний пудинг, бланманже, оладки кукурудзяні з манкою, панкейки бурякові, яблуко запечене з сиром, яблуко каркаде, шуліки з маком, печиво цитрусове, печиво вівсяне, лінівi вареники, сінабон з корицею, вертута з яблуком, тост з гороховим пюре та яйцем, запіканка морквяно-яблучна, запіканка сирна з яблуком та морквою, запіканка сирна з бананом та сметаною, кіфлик, львівський сирник з морквою, вегетаріанський закритий пиріг, запіканка пшоняна з гарбузом.

Напої: компот з ягодами та м'ятою, узвар, кисіль вишневий, какао з молоком, напій з шипшини, чай масала, чай з липою, соки: яблучний, томатний, виноградний, морквяний, сливовий, абрикосовий.

Фрукти: апельсин, банан, виноград, груша, мандарин, яблуко, слива, персик, диня, кавун.

**Перелік харчових продуктів, які ~~заборонено~~ реалізовувати
у шкільних буфетах та у торгівельних апаратах,
розміщених у закладах освіти:**

(Витяг з додатку 10 до Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти (пункт 10 розділу VI)

1. Кондитерські вироби, солодкі зернові продукти із вмістом цукрів понад 10 г на 100 г готового продукту;
2. вироби з кремом, морозиво, харчові концентрати;
3. м'ясні продукти промислового та кулінарного виробництва;
4. рибні продукти промислового та кулінарного виробництва;
5. продукти (в т.ч. снеки) із вмістом солі понад 0,12 г натрію, або еквівалентну кількість солі на 100 г готового продукту та/або із вмістом цукрів понад 10 г на 100 г готового продукту та/або синтетичних барвників та ароматизаторів (крім

ваніліну, етилваніліну та ванільного екстракту), підсолоджувачів, підсилювачів смаку та 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. рибні, м'ясні, плодоовочеві та інші консерви промислового виробництва, крім пастеризованих соків промислового виробництва без додавання цукрів та підсолоджувачів;

9. газовані напої, зокрема, солодкі газовані напої та енергетичні напої;

10. кава та кавові напої;

11. гриби;

12. продукція домашнього виробництва.