

СЕДМИЧНО МЕНЮ

Ден от седмицата	Училище	Грамаж	Белтъчини	Въглехидрати	Мазнини	Енергийна стойност- ккал	Съдържание на алергени
------------------	---------	--------	-----------	--------------	---------	--------------------------	------------------------

Понеделник 18.11.2019

Закуска - подкрепителна

С-ч с крема сирене	III, IV, V, VI, VII	0,075 кг.	7,656	26,65	8,46	213,37	пшен. глютен, лактоза
Плод- Ябълка	I, II, НУ	~0,200 кг.	0,34	20,80	0,23	88,20	

Обяд

1. Айран		0,200 кг.	3,20	4,60	3,50	62,00	лактоза
2. Пиле с ориз		0,200 кг.	29,70	29,20	9,65	322,60	пшен. глютен
3. Крем "Нишесте"		0,150 кг.	4,50	32,50	2,80	175,00	лактоза, пшен. гл
хляб 1 филия по УС		0,036 кг.	2,94	31,00	0,23	88,20	пшен. глютен

Общо за обяда:

647,70

Вторник 19.11.2019

Закуска - подкрепителна

С-ч с крема сирене	I, II, НУ	0,075 кг.	7,656	26,65	8,46	213,37	пшен. глютен, лактоза
Плод- Ябълка	III, IV, V, VI, VII	~0,200 кг.	0,34	20,80	0,23	88,20	

Обяд

1. Зеленчукова супа		0,150 кг.	2,20	8,30	5,10	88,00	лактоза, пшен. гл
2. Кебапчета на скара с гарн. Зелe и моркови		0,200 кг.	20,40	5,20	7,70	172,00	утен, яйца
3. Макарони на фурна		0,150 кг.	6,00	30,80	6,70	207,00	лактоза, пшен
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	глютен, яйца

Общо за обяда:

643,40

Сряда 20.11.2019

Закуска - подкрепителна

Плод Банан	III, V, НУ	~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
Селен кекс	IV, VI, VII	0,080 кг.	8,78	47,70	5,24	273,17	пшеничен глютен, лактоза, яйца
Миленка със сирене	I, II	0,100 кг.	9,20	43,00	4,90	253,66	лактоза, яйца, пш

Обяд

1. Курбан чорба от пилешко месо		0,150 кг.	4,90	5,60	3,10	70,00	лактоза, пшен гл.
2. Яхния леща		0,200 кг.	12,50	11,40	6,95	232,00	пшен. глютен
3. Натурален сок		0,200 л.	0,80	20,80	0,00	84,00	
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глютен

Общо за обяда:

562,40

Четвъртък 21.11.2019

Закуска - подкрепителна

Миленка със сирене	III, V, НУ	0,100 кг.	9,20	43,00	4,90	253,66	лактоза, яйца, пш
Плод Банан	IV, VI, VII	0,200 кг.	6,20	9,20	4,00	98,00	ен. глютен
Солен кекс	I, II	0,080 кг.	8,78	47,70	5,24	273,17	лактоза

Обяд

1. Салата- домати, краставици и сирене		0,120 кг.	1,10	9,80	5,80	70,00	пшеничен глютен, лактоза, яйца
2. Свинско печено с гарн. Картофено пюре		0,200 кг.	23,90	21,05	12,85	299,00	лактоза
3. Плод- банан		~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	пшен. глютен
хляб 1 и 1/2 филия по УС		0,054 кг.	4,40	27,90	0,34	132,30	пшен. глютен

Общо за обяда:

600,30

Петък 22.11.2019

Закуска - подкрепителна

Солен кекс	III, V, НУ	0,080 кг.	8,78	47,70	5,24	273,17	пшеничен глютен, лактоза, яйца
Миленка със сирене	IV, VI, VII	0,100 кг.	9,20	43,00	4,90	253,66	лактоза, яйца, пш
Плод Банан	I, II	~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	ен. глютен

Обяд

1. Супа от спанак		0,150кг	4,80	9,70	9,70	146,00	пшеничен глютен, лактоза, яйца
2. Задушена риба с гарн. Ориз със зеленчуци и лютеница		0,220 кг.	29,50	1,10	22,40	324,00	риба
3. Плод - Ябълка		~0,200 кг.	0,34	20,80	0,23	88,20	
хляб 1 филия по УС		0,036 кг.	2,94	31,00	0,23	88,20	пшен. глютен

Общо за обяда:

646,40

Съставил меню:
/техн. Валентина Йорданова/

Мед. лице:
/Вяра Георгиева/

Менюто е разработено съгласно Наредба 1/2018 за физиологичните норми за хранене на населението;
Наредба №8/2018 на МЗХ за специфичните изисквания към безопасността и качеството на храните
Наредба №37/21.07.2009г. за здравословно хранене на учениците, като разпределението на енергийната стойност е при петкратен режим на хранене

За препоръки и мнения относно изготвеното меню заинтересованите лица могат да се възползват от:
e-mail: hrane_ne_kn@abv.bg и тел.0888030337 - Гл. технолог

За всички изказани мнения предварително благодарим!