

СЕДМИЧНО МЕНЮ

Ден от седмицата	Училище	Грамаж	Белтъчини	Въглехидрати	Мазнини	Енергийна стойност- ккал	Съдържание на алергени
Понеделник 09.12.2019							
Закуска - подкрепителна							
С - ч с шунка	III,IV,V,VI,VII	0,075 кг.	6,15	27,2	9,6	219,00	пшен. глютен, лактоза
Плод - Банан	I,II,НУ	~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
Обяд							
1. Пилешка супа		0,150 кг.	8,50	6,70	4,00	96,00	лактоза, пшен гл., яйца
2. Кашкавал на фурна с домати		0,200 кг.	24,60	9,50	31,00	358,00	яйца, лактоза
3. Плод- Портокал		~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	
хляб 1 филия по УС		0,036 кг.	2,94	31,00	0,23	88,20	пшен. глютен
Общо за обяда:						631,20	
Вторник 10.12.2019							
Закуска - подкрепителна							
С - ч с шунка	I,II,НУ	0,075 кг.	6,15	27,2	9,6	219,00	пшен. глютен, лактоза
Плод - Банан	III,IV,V,VI,VII	~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
Обяд							
1. Супа от мляно месо		0,150 кг.	9,80	6,60	7,10	129,00	пшен. Глютен,лактоза, яйца
2. Картофи с ориз		0,200 кг.	4,90	42,50	12,60	311,00	пшен.глютен
3. Плод - Ябълка		~0,200 кг.	0,34	20,80	0,23	88,20	
хляб 1 и 1/2 филия по УС		0,054 кг.	4,40	27,90	0,34	132,30	пшен. глютен
Общо за обяда:						660,50	
Сряда 11.12.2019							
Закуска - подкрепителна							
Закуска "Лодка"	III, V, НУ	0,100 кг.	10,14	38,42	8,18	267,90	лактоза,пшен. Глютен
Печен с-ч с яйце и сирене	IV,VI,VII	0,070 кг.	11,32	28,95	10,33	254,00	пшен.гл., яйца, лактоза
Мандарина	I,II	0,200 кг.	0,90	15,70	0,30	69,00	
Обяд							
1.Таратор		0,150 кг.	2,90	5,00	7,60	100,00	лактоза
2. Пиле по "Градинарски"		0,200 кг.	29,60	12,30	9,80	265,00	пшен.гл.лактоза
3. Мляко с грис		0,150 кг.	5,30	29,40	3,80	173,00	лактоза,пшен.гл.
хляб 1 филия по УС		0,036 кг.	2,94	31,00	0,23	88,20	пшен. глютен
Общо за обяда:						626,20	
Четвъртък 12.12.2019							
Закуска - подкрепителна							
Мандарина	III, V, НУ	0,200 кг.	0,90	15,70	0,30	69,00	
Закуска "Лодка"	IV,VI,VII	0,100 кг.	10,14	38,42	8,18	267,90	лактоза,пшен. Глютен
Печен с-ч с яйце и сирене	I,II	0,070 кг.	11,32	28,95	10,33	254,00	пшен.гл., яйца, лактоза
Обяд							
1. Салата- доамти,кравстивици и сирене		0,120 кг.	1,10	9,80	5,80	70,00	лактоза
2. Винен кебап в/у ориз		0,200 кг.	22,20	6,20	12,80	232,50	пшен.глютен
3. Крем " Малеби "		0,150 кг.	5,10	24,70	2,40	140,00	лактоза,пшен.гл.
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глютен
Общо за обяда:						618,90	
Петък 13.12.2019							
Закуска - подкрепителна							
Мандарина	IV,VI,VII	0,200 кг.	0,90	15,70	0,30	69,00	
Закуска "Лодка"	I,II	0,100 кг.	10,14	38,42	8,18	267,90	лактоза,пшен. Глютен
Печен с-ч с яйце и сирене	III, V, НУ	0,070 кг.	11,32	28,95	10,33	254,00	пшен.гл., яйца, лактоза
Обяд							
1. Картофена супа		0,150кг	3,20	15,20	7,40	140,00	пшеничен глютен,лактоза
2. Задушена риба с гарн. Зеле и моркови		0,220 кг.	29,50	1,10	22,40	324,00	риба
3. Натурален сок		0,200 л.	0,80	20,80	0,00	84,00	
хляб 1 филия по УС		0,036 кг.	2,94	31,00	0,23	88,20	пшен. глютен
Общо за обяда:						636,20	

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:
е-mail: hranepe_kn@abv.bg и тел.0888030337 - Гл. технолог
За всички изказани мнения предварително благодарим!