

**СЕДМИЧНО МЕНЮ**

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

**Понеделник 26.11.2018**

**Закуска - подкрепителна**

|                 |                     |            |      |       |      |        |                       |
|-----------------|---------------------|------------|------|-------|------|--------|-----------------------|
| Сандвич с халва | III, IV, V, VI, VII | 0,075 кг.  | 6,05 | 37,55 | 9,31 | 258,19 | пшен. глютен, лактоза |
| Плод - Банан    | I, II, HУ           | ~0,200 кг. | 1,00 | 23,40 | 0,20 | 99,00  |                       |

**Обяд**

|                                         |  |           |       |       |       |        |               |
|-----------------------------------------|--|-----------|-------|-------|-------|--------|---------------|
| 1. Пиле варено                          |  | 0,150 кг. | 12,00 | 5,60  | 3,80  | 105,00 |               |
| 2. Кашкавал на фурна с гарнитура домати |  | 0,200 кг. | 24,60 | 9,50  | 31,00 | 418,00 | яйца, лактоза |
| 3. Кисело мляко с плодов конфитюр       |  | 0,150 кг. | 5,10  | 24,70 | 2,40  | 123,00 | лактоза       |
| хляб 1 филии пълнозърнест               |  | 0,040 кг. | 12,48 | 71,36 | 0,72  | 84,56  | пшен. глютен  |

Общо за обяда:

730,56

**Вторник 27.11.2018**

**Закуска - подкрепителна**

|                 |                     |            |      |       |      |        |                          |
|-----------------|---------------------|------------|------|-------|------|--------|--------------------------|
| Сандвич с халва | I, II, HУ           | 0,075 кг.  | 7,6  | 26,65 | 8,46 | 213,30 | пшеничен глютен, лактоза |
| Плод - Банан    | III, IV, V, VI, VII | ~0,200 кг. | 1,00 | 23,40 | 0,20 | 99,00  |                          |

**Обяд**

|                               |  |           |       |        |      |        |                 |
|-------------------------------|--|-----------|-------|--------|------|--------|-----------------|
| 1. Таратор                    |  | 0,150 кг. | 2,90  | 5,00   | 7,60 | 100,00 | лактоза         |
| 2. Кюфтета по чирпански       |  | 0,200 кг. | 17,28 | 25,84  | 8,64 | 249,60 | пшеничен глютен |
| 3. Мляко с грис               |  | 0,150 кг. | 5,10  | 24,70  | 2,40 | 140,00 | лактоза         |
| хляб 1 1/2 филии пълнозърнест |  | 0,060 кг. | 18,72 | 107,04 | 1,08 | 126,84 | пшеничен глютен |

Общо за обяда:

616,44

**Сряда 28.11.2018**

**Закуска - подкрепителна**

|                                    |             |            |       |       |      |        |                             |
|------------------------------------|-------------|------------|-------|-------|------|--------|-----------------------------|
| Закуска "Лодка"                    | I, II       | 0,100 кг.  | 10,14 | 38,42 | 8,18 | 267,90 | пшеничен глютен, лактоза    |
| Курабийка със сирене+айран 0,200л. | III, V, HУ  | 0,070 кг.  | 10,98 | 39,82 | 7,33 | 277,60 | пшен. глютен, лактоза, яйца |
| Плод- мандарини                    | IV, VI, VII | ~0,200 кг. | 0,90  | 15,70 | 0,30 | 69,00  |                             |

**Обяд**

|                                          |  |           |       |        |       |        |                       |
|------------------------------------------|--|-----------|-------|--------|-------|--------|-----------------------|
| 1. Салата от домати, краставици и сирене |  | 0,120 кг. | 1,10  | 9,80   | 5,80  | 70,00  | лактоза               |
| 2. Винен кебап                           |  | 0,200 кг. | 22,20 | 6,20   | 12,80 | 232,50 | пшен. глютен, лактоза |
| 3. Крем "Какао"                          |  | 0,150 кг. | 4,90  | 25,10  | 5,40  | 168,00 | лактоза               |
| хляб 1 1/2 филии пълнозърнест            |  | 0,060 кг. | 18,72 | 107,04 | 1,08  | 126,84 | пшеничен глютен       |

Общо за обяда:

597,34

**Четвъртък 29.11.2018**

**Закуска - подкрепителна**

|                                    |             |            |       |       |      |        |                             |
|------------------------------------|-------------|------------|-------|-------|------|--------|-----------------------------|
| Закуска "Лодка"                    | III, V, HУ  | 0,100 кг.  | 10,14 | 38,42 | 8,18 | 267,90 | пшеничен глютен, лактоза    |
| Курабийка със сирене+айран 0,200л. | IV, VI, VII | 0,070 кг.  | 10,98 | 39,82 | 7,33 | 277,60 | пшен. глютен, лактоза, яйца |
| Плод- мандарини                    | I, II       | ~0,200 кг. | 0,90  | 15,70 | 0,30 | 69,00  |                             |

**Обяд**

|                                                 |  |            |       |       |       |        |                 |
|-------------------------------------------------|--|------------|-------|-------|-------|--------|-----------------|
| 1. Супа борш                                    |  | 0,150кг    | 1,10  | 7,80  | 4,80  | 79,00  | пшеничен глютен |
| 2. Пилешка пържола с гъбен сос и картофено пюре |  | 0,200 кг.  | 23,90 | 16,80 | 20,70 | 329,60 | пшен. глютен    |
| 3. Ябълка                                       |  | ~0,200 кг. | 0,40  | 20,80 | 0,40  | 89,00  |                 |
| хляб 1 филия пълнозърнест                       |  | 0,040 кг.  | 12,48 | 71,36 | 0,72  | 84,56  | пшен. глютен    |

Общо за обяда:

582,16

**Петък 30.11.2018**

**Закуска - подкрепителна**

|                                    |             |            |       |       |      |        |                             |
|------------------------------------|-------------|------------|-------|-------|------|--------|-----------------------------|
| Закуска "Лодка"                    | IV, VI, VII | 0,100 кг.  | 10,14 | 38,42 | 8,18 | 267,90 | пшеничен глютен, лактоза    |
| Курабийка със сирене+айран 0,200л. | I, II       | 0,070 кг.  | 10,98 | 39,82 | 7,33 | 277,60 | пшен. глютен, лактоза, яйца |
| Плод- мандарини                    | III, V, HУ  | ~0,200 кг. | 0,90  | 15,70 | 0,30 | 69,00  |                             |

**Обяд**

|                                                      |  |            |       |        |       |        |                 |
|------------------------------------------------------|--|------------|-------|--------|-------|--------|-----------------|
| 1. Супа от спанак                                    |  | 0,150кг    | 4,80  | 9,70   | 9,70  | 146,00 | пшеничен глютен |
| 2. Задушена Риба с гарнитура задушен ориз и лютеница |  | 0,200 кг.  | 27,04 | 4,42   | 15,85 | 268,49 | риба            |
| 3. Плод - Портокал                                   |  | ~0,200 кг. | 0,40  | 20,80  | 0,40  | 89,00  |                 |
| хляб 1 1/2 филии пълнозърнест                        |  | 0,060 кг.  | 18,72 | 107,04 | 1,08  | 126,84 | пшеничен глютен |

Общо за обяда:

630,33

Съставил меню :  
/ техн. Валентина Йорданова/

Мед. лице :  
/ Веска Милованска/

Менюто е разработено съгласно Наредба 23/2005 за физиологичните норми за хранене на населението;  
Наредба №9/2011 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: hranepe\_kn@abv.bg и тел.0888030337

За всички изказани мнения предварително благодарим!