

СЕДМИЧНО МЕНЮ

УТВЪРДИЛ:
Директор/инж. Луиза Базовичка/

Ден от седмицата	Училище	Грамаж	Белтъчини	Въглехидрати	Мазнини	Енергийна стойност- ккал	Съдържание на алергени
Понеделник 10.12.2018							
Закуска - подкрепителна							
Сандвич с крема сирене	III, IV, V, VI, VII	0,075 кг.	7,60	26,65	8,46	213,00	пшеничен глутен, лактоза
Плод-Портокал	I, II, НУ	~0,200 кг.	1,80	22,90	0,20	101,00	
Обяд							
1. Супа от мляно месо		0,150кг	8,50	6,70	4,00	96,00	лактоза, яйца
2. Яхния от зрял боб		0,200 кг.	12,50	30,00	6,95	232,00	пшен. глутен
3. Плод - Банан		~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
хляб 2 филии пълнозърнест		0,080 кг.	24,96	142,72	1,44	169,12	пшен. глутен
Общо за обяда:						596,12	

Вторник 11.12.2018**Закуска - подкрепителна**

Сандвич с крема сирене	I, II, НУ	0,075 кг.	7,60	26,65	8,46	213,00	пшеничен глутен, лактоза
Плод-Портокал	III, IV, V, VI, VII	~0,200 кг.	1,80	22,90	0,20	101,00	
Обяд							
1. Таратор		0,150 кг.	2,90	5,00	7,60	100,00	лактоза
2. Руло "Стефани" с гарнитура картофено пюре		0,200 кг.	27,50	5,20	12,50	243,00	лактоза, пшен. глутен
3. Мляко с ориз		0,150 кг.	5,30	29,40	3,80	173,00	лактоза
хляб 1 филия пълнозърнест		0,040 кг.	12,48	71,36	0,72	84,56	пшен. глутен
Общо за обяда:						600,56	

Сряда 12.10.2018**Закуска - подкрепителна**

Сандвич с колбас	I, II	0,075 кг.	6,15	27,20	9,60	219,00	пшен. глутен, лактоза,
Кифла със сирене	III, V, НУ	0,100 кг.	12,85	43,00	6,80	288,00	пшеничен глутен, лактоза,
Банан	IV, VI, VII	~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
Обяд							
1. Салата от домати, краставици, сирене		0,120 кг	1,10	9,80	5,80	70,00	лактоза
2. Свинско месо със зеле		0,200 кг.	22,30	8,85	13,05	242,00	лактоза, пшен. глутен
3. Кисело мляко с плодове		0,150 кг.	3,50	15,80	3,30	107,00	лактоза
хляб 1 1/2 филии пълнозърнест		0,060 кг.	18,72	107,04	1,08	126,84	пшен. глутен
Общо за обяда:						545,84	

Четвъртък 13.12.2018**Закуска - подкрепителна**

Сандвич с колбас	IV, VI, VII	0,075 кг.	6,15	27,20	9,60	219,00	пшен. глутен, лактоза,
Кифла със сирене	I, II	0,100 кг.	12,85	43,00	6,80	288,00	пшеничен глутен, лактоза,
Банан	III, V, НУ	~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
Обяд							
1. Пилешка супа със застрояка		0,150кг	8,50	6,70	4,00	96,00	пшен. глутен, лактоза, яйца
2. Картофи с ориз		0,200 кг.	4,90	42,50	12,60	311,00	пшен. глутен
3. Ябълка		~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	пшен. глутен
Общо за обяда:						622,84	

Петък 14.12.2018**Закуска - подкрепителна**

Сандвич с колбас	III, V, НУ	0,075 кг.	6,15	27,20	9,60	219,00	пшен. глутен, лактоза,
Кифла със сирене	IV, VI, VII	0,100 кг.	12,85	43,00	6,80	288,00	пшеничен глутен, лактоза,
Банан	I, II	~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
Обяд							
1. Супа от леща		0,150кг	5,20	14,10	4,90	122,00	пшеничен глутен
2. Задушена риба със задушени зеленчуци и лютеница		0,200 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 пълнозърнест		0,040 кг.	12,48	71,36	0,72	84,56	пшен. глутен
Общо за обяда:						614,56	

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: hnanene_kn@abv.bg и тел. 0888030337 - Гл. технолог

За всички изказани мнения предварително благодарим!