

СЕДМИЧНО МЕНЮ

Ден от седмицата	Училище	Грамаж	Белтъчини	Въглехидрати	Мазнини	Енергийна стойност- ккал	Съдържание на алергени
Понеделник 14.01.2019							
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-Мандарини	I, II, НУ	~0,200 кг.	0,90	15,70	0,30	69,00	
Обяд							
1. Пилешка супа със застрояка		0,150кг	8,50	6,70	4,00	96,00	пшен. глутен, лактоза, яйца
2. Кашкавал на фурна с гарнитура домати		0,200 кг.	24,60	9,50	31,00	418,00	яйца, лактоза
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. глутен
Общо за обяда:						687,56	
Вторник 15.01.2019							
Закуска - подкрепителна							
Сандвич с крема сирене	I, II, НУ	0,075 кг.	7,60	26,65	8,46	213,00	пшеничен глутен, лактоза
Плод-Мандарини	III, IV, V, VI, VII	~0,200 кг.	0,90	15,70	0,30	69,00	
Обяд							
1. Салата зеле и моркови		0,120 кг.	1,50	6,30	5,80	83,00	лактоза, пшен. глутен
2. Пиле по градинарски		0,200 кг.	29,60	12,30	9,80	265,00	лактоза
3. Мляко с ориз		0,150 кг.	5,30	29,40	3,80	173,00	пшен. глутен
хляб 1 филия пълнозърнест		0,040 кг.	12,48	71,36	0,72	84,56	
Общо за обяда:						605,56	
Сряда 16.01.2019							
Закуска - подкрепителна							
Печен сандвич с мляно месо и кашкавал	I, II	0,070 кг.	8,40	19,50	19,04	282,80	пшен. глутен, лактоза,
Кашкавалка	III, V, НУ	0,100 кг.	12,85	43,00	6,80	288,00	пшеничен глутен, лактоза,
Ябълка	IV, VI, VII	~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	
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. Крем "Какао"		0,150 кг.	5,10	24,70	2,40	140,00	лактоза, пшен. глутен
хляб 1 филия пълнозърнест		0,040 кг.	12,48	71,36	0,72	84,56	пшен. глутен
Общо за обяда:						567,56	
Четвъртък 17.01.2019							
Закуска - подкрепителна							
Печен сандвич с мляно месо и кашкавал	IV, VI, VII	0,075 кг.	8,40	19,50	19,04	282,80	пшен. глутен, лактоза,
Кашкавалка	I, II	0,100 кг.	12,85	43,00	6,80	288,00	пшеничен глутен, лактоза,
Ябълка	III, V, НУ	~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	
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. Натурален сок		0,200 л.	0,80	20,80	0,00	84,00	
хляб 1 1/2 филии пълнозърнест		0,060 кг.	18,72	107,04	1,08	126,84	пшен. глутен
Общо за обяда:						522,84	
Петък 14.12.2018							
Закуска - подкрепителна							
Печен сандвич с мляно месо и кашкавал	III, V, НУ	0,075 кг.	8,40	19,50	19,04	282,80	пшен. глутен, лактоза,
Кашкавалка	IV, VI, VII	0,100 кг.	12,85	43,00	6,80	288,00	пшеничен глутен, лактоза,
Ябълка	I, II	~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	
Обяд							
1. Супа от спанак		0,150кг	4,80	9,70	9,70	146,00	пшеничен глутен, лактоза, яйца
2. Задушена риба с картофена салата с печена чушка		0,200 кг.	29,50	1,10	22,40	324,00	риба
3. Плод - Банан		~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
хляб 1 филия пълнозърнест		0,040 кг.	12,48	71,36	0,72	84,56	пшен. глутен
Общо за обяда:						653,56	

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