

СЕДМИЧНО МЕНЮ

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

Понеделник 18.03.2019

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-Ябълка	I, II, НУ	~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	

Обяд

1. Пилешка супа		0,150 кг.	8,50	6,70	4,00	96,00	яйца, лактоза
2. Кашкавал на фурна с гарнитура домати		0,200 кг.	24,60	9,50	31,00	418,00	яйца, лактоза
3. Банан		~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
хляб 1 филия пълнозърнест		0,040 кг.	3,12	21,84	0,08	100,00	пшен. глутен

Общо за обяда:

713,00

Вторник 19.03.2019

Закуска - подкрепителна

Сандвич с крема сирене	I, II, НУ	0,075 кг.	7,60	26,65	8,46	213,00	пшеничен глутен, лактоза
Плод-Ябълка	III, IV, V, 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. Мусака с ориз и мляно месо		0,200 кг.	16,20	16,00	11,60	233,00	лактоза, яйца, пшен. глут
3. Крем "Какао"		0,150 кг.	4,90	25,10	5,40	168,00	лактоза
хляб 1 филия пълнозърнест		0,040 кг.	3,12	21,84	0,08	100,00	пшен. глутен

Общо за обяда:

601,00

Сряда 20.03.2019

Закуска - подкрепителна

Кренвиршка	I, II	0,100 кг.	10,38	45,70	8,05	296,00	пшеничен глутен, лактоза
Курабийка	III, V, НУ	0,070 кг.	5,44	24,50	3,38	150,00	пшен. глутен, лактоза, яйца
Плод-портокал	IV, VI, VII	~0,200 кг.	1,80	22,90	0,20	101,00	

Обяд

1. Айран		0,200кг	3,20	4,60	3,50	62,00	лактоза
2. Пиле с грах		0,200 кг.	24,00	3,80	11,30	212,50	пшен. глутен лактоза, пшен. глутен
3. Бисквитена торта		0,150 кг.	5,10	34,70	10,50	253,00	
хляб 1 филия пълнозърнест		0,040 кг.	3,12	21,84	0,08	100,00	пшен. глутен

Общо за обяда:

627,50

Четвъртък 21.03.2019

Закуска - подкрепителна

Кренвиршка	III, V, НУ	0,100 кг.	10,38	45,70	8,05	296,00	пшеничен глутен, лактоза
Курабийка	IV, VI, VII	0,070 кг.	5,44	24,50	3,38	150,00	пшен. глутен, лактоза, яйца
Плод-портокал	I, II	~0,200 кг.	1,80	22,90	0,20	101,00	

Обяд

1. Салата от моркови		0,120 кг	1,10	9,80	4,90	87,00	
2. Свинско месо задушено с картофено пюре		0,200 кг.	23,90	21,05	12,85	299,00	лактоза
3. Натурален сок		0,200 л.	0,80	20,80	0,00	84,00	
хляб 1 1/2 филии пълнозърнест		0,060 кг.	4,68	32,76	0,12	150,00	пшен. глутен

Общо за обяда:

620,00

Петък 22.03.2019

Закуска - подкрепителна

Кренвиршка	IV, VI, VII	0,100 кг.	10,38	45,70	8,05	296,00	пшеничен глутен, лактоза
Курабийка	I, II	0,070 кг.	5,44	24,50	3,38	150,00	пшен. глутен, лактоза, яйца
Плод-портокал	III, V, НУ	~0,200 кг.	1,80	22,90	0,20	101,00	

Обяд

1. Супа от леща		0,150кг	5,20	14,10	4,90	122,00	пшеничен глутен
2. Задушена риба с гарнит. Зад. зеленчуци и лютеница		0,200 кг.	29,50	1,10	22,40	324,00	риба
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:

619,56

Съставил меню:

/ техн. Валентина Йорданова/

Мед. лице:

/ Мария Стойкова/

Менюто е разработено съгласно Наредба 23/2005 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: hranene_kn@abv.bg и тел.0888030337 - Гл. технолог

За всички изказани мнения предварително благодарим!