

**СЕДМИЧНО МЕНЮ**

| Ден от седмицата                                     | Училище         | Грамаж     | Белтъчини | Въглехидрати | Мазнини | Енергийна стойност- ккал | Съдържание на алергени    |
|------------------------------------------------------|-----------------|------------|-----------|--------------|---------|--------------------------|---------------------------|
| <b>Понеделник 20.01.2020</b>                         |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| <b>Закуска - подкрепителна</b>                       |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| С-ч с шунка                                          | III,IV,V,VI,VII | 0,075 кг.  | 6,15      | 27,2         | 9,6     | 219,00                   | пшен. глутен, лактоза     |
| Плод - мандарина                                     | I,II,IV         | ~0,200 кг. | 0,90      | 15,70        | 0,30    | 69,00                    |                           |
| <b>Обяд</b>                                          |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| 1. Гулаш                                             |                 | 0,150 кг.  | 4,90      | 5,60         | 3,10    | 70,00                    | пшен. глутен              |
| 2. Кашкавал на фурна с домати                        |                 | 0,200 кг.  | 24,60     | 9,50         | 31,00   | 358,00                   | яйца, лактоза             |
| 3. Плод- банан                                       |                 | ~0,200 кг. | 1,00      | 23,40        | 0,20    | 99,00                    |                           |
| хляб 1 и 1/2 филия по УС                             |                 | 0,054 кг.  | 4,40      | 27,90        | 0,34    | 132,30                   | пшен. глутен              |
| <b>Общо за обяда:</b>                                |                 |            |           |              |         | <b>659,30</b>            |                           |
| <b>Вторник 21.01.2020</b>                            |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| <b>Закуска - подкрепителна</b>                       |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| С-ч с шунка                                          | I,II,IV         | 0,075 кг.  | 6,15      | 27,2         | 9,6     | 219,00                   | пшен. глутен, лактоза     |
| Плод - мандарина                                     | III,IV,V,VI,VII | ~0,200 кг. | 0,90      | 15,70        | 0,30    | 69,00                    |                           |
| <b>Обяд</b>                                          |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| 1. Пиле варено                                       |                 | 0,150 кг.  | 12,00     | 5,60         | 3,80    | 105,00                   | пшен. глутен              |
| 2. Яхния от картофи                                  |                 | 0,200 кг.  | 3,95      | 28,40        | 6,30    | 186,00                   | пшен. глутен              |
| 3. Натурален сок                                     |                 | 0,200 л.   | 0,80      | 20,80        | 0,00    | 84,00                    |                           |
| хляб 2 филия по УС                                   |                 | 0,072 кг.  | 5,88      | 62,00        | 0,46    | 176,40                   | пшен. глутен              |
| <b>Общо за обяда:</b>                                |                 |            |           |              |         | <b>551,40</b>            |                           |
| <b>Сряда 22.01.2020</b>                              |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| <b>Закуска - подкрепителна</b>                       |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| Закуска с кренвирш                                   | III, V, IV      | 0,100 кг.  | 10,38     | 45,72        | 8,05    | 296,89                   | пшен. глутен              |
| Солена курабийка със сирене                          | IV,VI,VII       | 0,070 кг.  | 7,78      | 35,22        | 4,83    | 215,55                   | пшен. гл., яйца, лактоза  |
| Сусамка                                              | I,II            | 0,035 кг.  | 7,11      | 1,05         | 10,00   | 191,45                   | пшен. глутен, сус ам, мед |
| <b>Обяд</b>                                          |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| 1. Салата- доамти, краставици и сирене               |                 | 0,120 кг.  | 1,10      | 9,80         | 5,80    | 70,00                    | лактоза                   |
| 2. Свинско месо с ориз                               |                 | 0,200 кг.  | 22,35     | 33,00        | 10,85   | 319,00                   | пшен. глутен              |
| 3. Крем "Какао"                                      |                 | 0,150 кг.  | 5,10      | 24,70        | 2,40    | 140,00                   | лактоза, пшен. гл.        |
| хляб 1 филия по УС                                   |                 | 0,036 кг.  | 2,94      | 31,00        | 0,23    | 88,20                    | пшен. глутен              |
| <b>Общо за обяда:</b>                                |                 |            |           |              |         | <b>617,20</b>            |                           |
| <b>Четвъртък 23.01.2020</b>                          |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| <b>Закуска - подкрепителна</b>                       |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| Сусамка                                              | III, V, IV      | 0,035 кг.  | 7,11      | 1,05         | 10,00   | 191,45                   | пшен. глутен, сус ам, мед |
| Закуска с кренвирш                                   | IV,VI,VII       | 0,100 кг.  | 10,38     | 45,72        | 8,05    | 296,89                   | пшен. глутен              |
| Солена курабийка със сирене                          | I,II            | 0,070 кг.  | 7,78      | 35,22        | 4,83    | 215,55                   | пшен. гл., яйца, лактоза  |
| <b>Обяд</b>                                          |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| 1. Таратор                                           |                 | 0,150 кг.  | 2,90      | 5,00         | 7,60    | 100,00                   | лактоза                   |
| 2. Пилешка пържола с гарн. Зеле и моркови            |                 | 0,200 кг.  | 26,00     | 10,40        | 7,10    | 227,00                   |                           |
| 3. Бисквитена торта                                  |                 | 0,150 кг.  | 5,10      | 34,70        | 10,50   | 253,00                   | лактоза, пшен. Гл.        |
| хляб 1 филия по УС                                   |                 | 0,036 кг.  | 2,94      | 31,00        | 0,23    | 88,20                    | пшен. глутен              |
| <b>Общо за обяда:</b>                                |                 |            |           |              |         | <b>668,20</b>            |                           |
| <b>Петък 24.01.2020</b>                              |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| <b>Закуска - подкрепителна</b>                       |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| Сусамка                                              | IV,VI,VII       | 0,035 кг.  | 7,11      | 1,05         | 10,00   | 191,45                   | пшен. глутен, сус ам, мед |
| Закуска с кренвирш                                   | I,II            | 0,100 кг.  | 10,38     | 45,72        | 8,05    | 296,89                   | пшен. глутен              |
| Солена курабийка със сирене                          | III, V, IV      | 0,070 кг.  | 7,78      | 35,22        | 4,83    | 215,55                   | пшен. гл., яйца, лактоза  |
| <b>Обяд</b>                                          |                 |            |           |              |         |                          |                           |
| 1. Супа боб по "Манастирски"                         |                 | 0,150кг    | 5,40      | 13,60        | 5,00    | 121,00                   | пшен. Гл.                 |
| 2. Задушена риба с гарн. Картофена салата и лютеница |                 | 0,220 кг.  | 29,50     | 1,10         | 22,40   | 324,00                   | риба                      |
| 3. Плод - Ябълка                                     |                 | ~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. глутен              |
| <b>Общо за обяда:</b>                                |                 |            |           |              |         | <b>622,20</b>            |                           |

Съставил меню:  
/ техн. Валентина Йорданова/

Мед. лице :  
/ Вира 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:  
e-mail: hnanene\_kn@abv.bg и тел.0888030337 - Гл. технолог  
За всички изказани мнения предварително благодарим!