

СЕДМИЧНО МЕНЮ

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

Понеделник 27.01.2020

Закуска - подкрепителна

С-ч с халва	III, IV, V, VI, VII	0,075 кг.	6,05	37,55	9,31	258,19	пшен. глютен, лактоза
Банан	I, II, V	~0,200 кг.	6,20	9,20	4,00	98,00	

Обяд

1. Рибена чорба		0,150 кг.	6,40	4,20	4,20	80,00	риба
2. Спагети по "Сицилиански"		0,200 кг.	19,40	29,50	10,50	289,50	пшен. глютен, лактоза
3. Плод - Ябълка		~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глютен

Общо за обяда:

634,90

Вторник 28.01.2020

Закуска - подкрепителна

С-ч с халва	I, II, V	0,075 кг.	6,05	37,55	9,31	258,19	пшен. глютен, лактоза
Банан	III, IV, V, VI, VII	~0,200 кг.	6,20	9,20	4,00	98,00	

Обяд

1. Таратор		0,150 кг.	2,90	5,00	7,60	100,00	лактоза
2. Пиле с грах		0,200 кг.	31,50	13,95	9,85	270,00	пшен. глютен
3. Мляко с ориз		0,150 кг.	5,30	29,40	3,80	173,00	лактоза, пшен. глютен
хляб 1 филия по УС		0,036 кг.	2,94	31,00	0,23	88,20	пшен. глютен

Общо за обяда:

631,20

Сряда 29.01.2020

Закуска - подкрепителна

Закуска "Плиса"	III, V, V	0,100 кг.	9,81	40,07	5,94	253,02	пшен. глютен, лактоза, яйца
Ябълка	IV, VI, VII	~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	
Печен с кайма	I, II	0,070 кг.	12,02	27,83	27,24	404,57	пшен. глютен, лактоза

Обяд

1. Телешко варено		0,150 кг.	8,80	5,00	5,80	107,00	
2. Постна мусака с ориз и зеле		0,200 кг.	7,28	26,56	10,32	228,00	пшен. глютен
3. Плод - Мандарина		~0,200 кг.	0,90	15,70	0,30	69,00	
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глютен

Общо за обяда:

580,40

Четвъртък 30.01.2020

Закуска - подкрепителна

Печен с кайма	III, V, V	0,070 кг.	12,02	27,83	27,24	404,57	пшен. глютен, лактоза
Закуска "Плиса"	IV, VI, VII	0,100 кг.	9,81	40,07	5,94	253,02	пшен. глютен, лактоза, яйца
Ябълка	I, II	~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	

Обяд

1. Салата - домати, краставици и сирене		0,120 кг.	2,90	5,00	7,60	100,00	лактоза
2. Свинско печено с картофено пюре		0,200 кг.	23,90	21,05	12,85	299,00	пшен. глютен
3. Плод - портокал		~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	
хляб 1 и 1/2 филия по УС		0,054 кг.	4,40	27,90	0,34	132,30	пшен. глютен

Общо за обяда:

620,30

Петък 31.01.2020

Закуска - подкрепителна

Ябълка	III, V, V	~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	
Печен с кайма	IV, VI, VII	0,070 кг.	12,02	27,83	27,24	404,57	пшен. глютен, лактоза
Закуска "Плиса"	I, II	0,100 кг.	9,81	40,07	5,94	253,02	пшен. глютен, лактоза, яйца

Обяд

1. Супа леща		0,150кг	2,00	7,20	4,10	74,00	пшен. Гл.
2. Задушена риба с гарн. Зеле и моркови		0,220 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 и 1/2 филия по УС		0,054 кг.	4,40	27,90	0,34	132,30	пшен. глютен

Общо за обяда:

614,30

Съставил меню:
/ техн. Валентина Йорданова/

Мед. лице:
/ Вяра 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: hrapene_kn@abv.bg и тел.0888030337 - Гл. технолог

За всички изказани мнения предварително благодарим!