

СЕДМИЧНО МЕНЮ

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

Понеделник 28.09.2020

С-ч с шунка	III, IV, V, VI, VII	0,075 кг.	6,15	27,20	9,60	219,00	пшен. глутен, лактоза
Кисело мляко	I, II, HУ	0,200 л.	6,20	9,20	4,00	98,00	лактоза

Обяд

1. Пилешка супа		0,150 кг.	8,50	6,70	4,00	96,00	яйца, лактоза
2. Яхния от грах		0,200 кг.	8,40	6,80	20,26	176,00	пшен. глутен
3. Плод - Грозде		~0,200 кг.	22,20	6,20	2,80	175,00	пшен. глутен, лактоза
хляб 2 филии по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глутен

Общо за обяда:

623,40

Вторник 29.09.2020

Кисело мляко	III, IV, V, VI, VII	0,200 л.	6,20	9,20	4,00	98,00	лактоза
С-ч с шунка	I, II, HУ	0,075 кг.	6,15	27,20	9,60	219,00	пшен. глутен, лактоза

Обяд

1. Таратор		0,150 кг.	2,90	5,00	7,60	100,00	лактоза
2. Мусака от мляно месо и картофи		0,200 кг.	17,20	28,20	11,55	285,50	пшен. глутен, лактоза, яйца
3. Мляко с грис		0,150 кг.	5,10	24,70	2,40	140,00	лактоза, пшен. глутен
хляб 1 1/2 филии пълнозърнест		0,060 кг.	18,72	107,04	1,08	126,84	пшен. глутен

Общо за обяда:

652,34

Сряда 30.09.2020

Кренвиршка	III, V, HУ	0,100 кг.	10,38	45,72	8,05	296,89	пшен. Глутен
Солена курабийка	IV, VI, VII	0,070 кг.	7,78	35,22	4,83	215,55	пшен. глутен, лактоза
Ябълка	I, II	~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	

Обяд

1. Салата- домати, краставици и сирене		0,120 кг.	1,10	9,80	5,80	70,00	лактоза
2. Свинско "Славянски говеч"		0,200 кг.	24,00	3,80	11,30	212,30	пшен. глутен
3. Крем "Нишесте"		0,150 кг.	5,30	29,40	3,80	173,00	пшен. Глутен, лактоза
хляб 1 филия пълнозърнест		0,040 кг.	12,48	71,36	0,72	84,56	пшен. глутен

Общо за обяда:

539,86

Четвъртък 01.10.2020

Закуска - подкрепителна

Ябълка	III, V, HУ	~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	
Кренвиршка	IV, VI, VII	0,100 кг.	10,38	45,72	8,05	296,89	пшен. Глутен
Солена курабийка	I, II	0,070 кг.	7,78	35,22	4,83	215,55	пшен. глутен, лактоза

Обяд

1. Айран		0,200 кг.	3,20	4,60	3,50	62,00	лактоза
2. Пиле с картофи		0,200 кг.	26,88	10,08	9,68	276,80	пшен. глутен
3. Мляко с ориз		0,150 кг.	5,30	29,40	3,80	173,00	лактоза, пшен. глутен
хляб 2 филии пълнозърнест		0,080 кг.	24,96	142,72	1,44	169,12	пшен. глутен

Общо за обяда:

680,92

Петък 02.10.2020

Солена курабийка	III, V, HУ	0,070 кг.	7,78	35,22	4,83	215,55	пшен. глутен, лактоза
Ябълка	IV, VI, VII	~0,200 кг.	0,40	20,80	0,40	89,00	
Кренвиршка	I, II	0,100 кг.	10,38	45,72	8,05	296,89	пшен. Глутен

Обяд

1. Супа боб по "Манастирски"		0,150 кг.	5,40	13,60	5,00	121,00	пшеничен глутен
2. Зад. Риба с гарн. Зад. зеленчуци и лютеница		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 2 филии пълнозърнест		0,080 кг.	24,96	142,72	1,44	169,12	пшен. глутен

Общо за обяда:

698,12

Съставил меню:

/ техн. Луиза Басарджия /

Мед. лице:

/ Даниела Пенева /

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:

е-mail: hrane_kn@abv.bg и тел. 0888030337 - Гл. технолог

За всички изказани мнения предварително благодарим!