

СЕДМИЧНО МЕНЮ

Ден от седмицата	Училище	Грамаж	Белтъчини	Въглехидрати	Мазнини	Енергийна стойност- ккал	Съдържание на алергени
Понеделник 12.10.2020							
С-ч с крема сирене	III, IV, V, VI, VII	0,075 кг.	7,65	26,65	8,46	213,37	пшен. глутен, лактоза
Плод - банан	I, II, НУ	~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
Обяд							
1. Рибена чорба		0,150 кг.	6,4	4,2	80	100,00	риба
2. Яхния от зрял фасул		0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	пшен глутен
3. Плод - Грозде		~0,200 кг.	0,90	29,30	0,20	122,00	
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глутен
Общо за обяда:						497,40	
Вторник 13.10.2020							
Плод - банан	III, IV, V, VI, VII	~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
С-ч с крема сирене	I, II, НУ	0,075 кг.	7,65	26,65	8,46	213,37	пшен. глутен, лактоза
Обяд							
1. Таратор		0,150 кг.	2,90	5,00	7,60	100,00	лактоза
2. Кебапчета на скара с гарн. Зелe и моркови		0,200 кг.	29,50	1,10	22,40	324,00	пшен. глутен
3. Макарони на фурна		0,150 кг.	6,00	30,80	6,70	207,00	лактоза, пшен глутен, яйца
хляб 1 филия по УС		0,036 кг.	2,94	31,00	0,23	88,20	пшен. глутен
Общо за обяда:						719,20	
Сряда 14.10.2020							
Сладка куабийка + нат. Сок (0,100 л.)	III, V, НУ	0,070 кг.	6,09	46,76	2,58	234,71	пшен. Глутен, лактоза
Питка с колбас	IV, VI, VII	0,100 кг.	10,61	52,93	7,32	320,11	пшен. глутен
Плод - Круша	I, II	~0,200 кг.	0,40	21,40	0,60	93,00	
Обяд							
1. Салата- домати , краставици и сирене		0,120 кг.	1,10	9,80	5,80	70,00	лактоза
2. Пилешки късчета с гъбен сос и карт. Пюре		0,200 кг.	23,90	16,80	20,70	329,60	пшен. глутен
3. Нишесте		0,150 кг.	5,30	29,40	3,80	150,00	пшен. Глутен, лактоза
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глутен
Общо за обяда:						726,00	
Четвъртък 15.10.2020							
Закуска - подкрепителна							
Плод - Круша	III, V, НУ	~0,200 кг.	0,40	21,40	0,60	93,00	
Сладка куабийка + нат. Сок (0,100 л.)	IV, VI, VII	0,070 кг.	6,09	46,76	2,58	234,71	пшен. Глутен, лактоза
Питка с колбас	I, II	0,100 кг.	10,61	52,93	7,32	320,11	пшен. глутен
Обяд							
1. Айран		0,200 кг.	3,20	4,60	3,50	62,00	лактоза
2. Свинско месо със зеле		0,200 кг.	22,00	8,75	12,55	236,00	пшен. глутен
3. Мляко с грис		0,150 кг.	5,10	24,70	2,40	140,00	лактоза, пшен глутен
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глутен
Общо за обяда:						614,40	
Петък 16.10.2020							
Питка с колбас	III, V, НУ	0,100 кг.	10,61	52,93	7,32	320,11	пшен. глутен
Плод - Круша	IV, VI, VII	~0,200 кг.	0,40	21,40	0,60	93,00	
Сладка куабийка + нат. Сок (0,100 л.)	I, II	0,070 кг.	6,09	46,76	2,58	234,71	пшен. Глутен, лактоза
Обяд							
1. Супа от леща		0,150кг	2,00	7,20	4,10	74,00	пшеничен глутен
2. Зад. Риба с гарн. Зад. Ориз и лютеница		0,200 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 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глутен
Общо за обяда:						658,40	

Съставил меню:

/ техн. Луиза Базовика /

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:

e-mail: hnanep_kn@abv.bg и тел. 0888030337 - Гл. технолог

За всички изказани мнения предварително благодарим!