

СЕДМИЧНО МЕНЮ

Ден от седмицата	Училище	Грамаж	Белтъчини	Въглехидрати	Мазнини	Енергийна стойност- ккал	Съдържание на алергени
Понеделник 11.01.2021							
С-ч с халва	III, IV, V, VI, VII	0,075 кг.	6,05	37,55	9,31	258,19	лактоза, пшен. глутен
Плод - Банан	I, II, НУ	~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
Обяд							
1. Супа гъби		0,150 кг.	2,1	7,30	9,50	124,00	лактоза, пшен. Глутен, яйца
2. Спагети по "Сицилиански "		0,200 кг.	19,40	29,25	10,50	289,50	пшен. глутен, лактоза
3. Плод- Мандарини		~0,200 кг.	1,10	19,60	0,40	86,00	
хляб 1 филия по УС		0,036 кг.	2,94	31,00	0,23	88,20	пшен. глутен
Общо за обяда:						587,70	
Вторник 12.01.2021							
Плод - Банан	III, IV, V, VI, VII	~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	лактоза
С-ч с халва	I, II, НУ	0,075 кг.	6,05	37,55	9,31	258,19	пшен. глутен
Обяд							
1. Курбан чорба от пилешко месо		0,150 кг.	14,3	7,10	6,00	140,00	лактоза
2. Огретен от картофи		0,200 кг.	12,30	34,20	14,50	317,00	пшен. Глутен, лактоза, яйца
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
Общо за обяда:						634,20	
Сряда 13.01.2021							
Питка с шунка	III, V, НУ	0,100 кг.	10,61	52,93	7,32	320,11	пшен. Глутен, лактоза
Солена курабийка + сок 100 мл.	IV, VI, VII	0,170 кг.	5,44	24,50	3,38	150,00	лактоза, пшен. Гл., яйца
Плод - Портокал	I, II	~0,200 кг.	1,80	22,90	0,20	101,00	
Обяд							
1. Салата - домати, краставици и сирене		0,120 кг.	1,10	9,80	580,00	70,00	лактоза
2. Свинско месо със зеле		0,200 кг.	22,00	8,75	12,55	236,00	пшен. Глутен
3. Мляко с ориз		0,150 кг.	5,30	29,40	3,80	173,00	лактоза, пшен. Глутен
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глутен
Общо за обяда:						655,40	
Четвъртък 14.01.2021							
Закуска - подкрепителна							
Плод - Портокал	III, V, НУ	~0,200 кг.	1,80	22,90	0,20	101,00	пшен.
Питка с шунка	IV, VI, VII	0,100 кг.	10,61	52,93	7,32	320,11	Глутен, лактоза
Солена курабийка + сок 100 мл.	I, II	0,170 кг.	5,44	24,50	3,38	150,00	лактоза, пшен. Гл., яйца
Обяд							
1. Таратор		0,150 кг.	2,9	5,00	7,60	100,00	лактоза
2. Пиле по "Градинарски"		0,200 кг.	29,60	12,30	9,80	265,00	пшен. глутен
3. Крем "Нишесте"		0,150 кг.	5,20	2,40	3,20	150,00	лактоза, пшен. Глутен
хляб 1 филия и 1/2 по УС		0,054 кг.	4,40	27,90	0,34	132,30	пшен. глутен
Общо за обяда:						647,30	
Петък 15.01.2021							
Солена курабийка + сок 100 мл.	III, V, НУ	0,170 кг.	5,44	24,50	3,38	150,00	лактоза, пшен. Гл., яйца
Плод - Портокал	IV, VI, VII	~0,200 кг.	1,80	22,90	0,20	101,00	
Питка с шунка	I, II	0,100 кг.	10,61	52,93	7,32	320,11	пшен. Глутен, лактоза
Обяд							
1. Супа леща		0,150 кг.	5,2	14,10	4,90	122,00	пшен. Гл.
2. Зад. Бяла 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 1 филия и 1/2 по УС		0,054 кг.	4,40	27,90	0,34	132,30	пшен. глутен
Общо за обяда:						662,30	

Съставил меню:
/ техн. Луиза Базовика

Мед. лице :
/ Даниела Пенева /

Менюто е разработено съгласно Наредба 1/22.01.2018 за физиологичните норми за хранене на населението на МЗ; Наредба №8/4.12.2018 на МЗХГ за специфичните изисквания към безопасността и качеството на храните Наредба №37/21.07.2009г. за здравословно хранене на учениците, като разпределението на МЗ енергийната стойност е при петкратен режим на хранене
За препоръки и мнения относно изготвеното меню заинтересованите лица могат да се възползват от:
е-mail: hnapene_kn@abv.bg и тел.0888030337 - Гл. технолог
За всички изказани мнения предварително благодарим!