

СЕДМИЧНО МЕНЮ

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

Понеделник 06.01.2020

Закуска - подкрепителна

С- ч с кашкавал	III, IV, V, VI, VII	0,075 кг.	10,79	27,81	12,51	267,00	пшен. глутен, лактоза
Плод - Банан	I, II, НУ	~0,200 кг.	6,20	9,20	4,00	98,00	

Обяд

1. Рибена супа		0,150 кг.	6,40	4,20	4,20	80,00	риба
2. Боб яхния		0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	пшен глутен
3. Плод - Ябълка		~0,200 кг.	0,34	20,80	0,23	88,20	
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глутен

Общо за обяда:

443,60

Вторник 07.01.2020

Закуска - подкрепителна

С- ч с кашкавал	I, II, НУ	0,075 кг.	10,79	27,81	12,51	267,00	пшен. глутен, лактоза
Плод - Банан	III, IV, V, VI, VII	~0,200 кг.	6,20	9,20	4,00	98,00	

Обяд

1. Айран		0,200 л.	3,20	4,60	3,50	62,00	лактоза
2. Пиле ризото		0,200 кг.	29,00	9,25	10,10	244,00	пшен. глутен
3. Крем "Какао"		0,150 кг.	5,10	24,70	2,40	140,00	лактоза, пшен. гл.
хляб 1 и 1/2 филия по УС		0,054 кг.	4,40	27,90	0,34	132,30	пшен. глутен

Общо за обяда:

578,30

Сряда 08.01.2020

Закуска - подкрепителна

Шоколад	III, V, НУ	0,040 кг.	1,82	18,15	10,95	183,00	лактоза, соев лецитин
Солен кекс	IV, VI, VII	0,080 кг.	8,78	47,70	5,24	273,17	пшен. гл., яйца, лактоза
Кашкавалка	I, II	0,100 кг.	12,84	43,98	6,82	288,70	пшен. гл. лактоза

Обяд

1. Салата- доамти, краставици и сирене		0,120 кг.	1,10	9,80	5,80	70,00	лактоза
2. Свинско месо с картофи		0,200 кг.	22,10	14,10	12,40	274,00	пшен. гл.
3. Мляко с грис		0,150 кг.	5,30	29,40	3,80	173,00	лактоза, пшен. гл.
хляб 1 и 1/2 филия по УС		0,054 кг.	4,40	27,90	0,34	132,30	пшен. глутен

Общо за обяда:

649,30

Четвъртък 09.01.2020

Закуска - подкрепителна

Кашкавалка	III, V, НУ	0,100 кг.	12,84	43,98	6,82	288,70	пшен. гл. лактоза
Шоколад	IV, VI, VII	0,040 кг.	1,82	18,15	10,95	183,00	лактоза, соев лецитин
Солен кекс	I, II	0,080 кг.	8,78	47,70	5,24	273,17	пшен. гл., яйца, лактоза

Обяд

1. Таратор		0,150 кг.	2,90	5,00	7,60	100,00	лактоза
2. Кебапчета на скара с гарн. Зеле и моркови		0,200 кг.	29,50	1,10	22,40	324,00	пшен. глутен
3. Макарони на фурна		0,150 кг.	4,90	25,10	5,40	168,00	лактоза, пшен. гл., яйца
хляб 1 филия по УС		0,036 кг.	2,94	31,00	0,23	88,20	пшен. глутен

Общо за обяда:

680,20

Петък 10.01.2020

Закуска - подкрепителна

Кашкавалка	IV, VI, VII	0,100 кг.	12,84	43,98	6,82	288,70	пшен. гл. лактоза
Шоколад	I, II	0,040 кг.	1,82	18,15	10,95	183,00	лактоза, соев лецитин
Солен кекс	III, V, НУ	0,080 кг.	8,78	47,70	5,24	273,17	пшен. гл., яйца, лактоза

Обяд

1. Супа леща		0,150 кг.	5,20	14,10	4,90	122,00	пшеничен глутен
2. Задушена риба с гарн. Зад. Ориз 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 1 и 1/2 филия по УС		0,054 кг.	4,40	27,90	0,34	132,30	пшен. глутен

Общо за обяда:

662,30

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: hranepe_kn@abv.bg и тел.0888030337 - Гл. технолог
За всички изказани мнения предварително благодарим!