

СЕДМИЧНО МЕНЮ

Ден от седмицата	Училище	Грамаж	Белтъчини	Въглехидрати	Мазнини	Енергийна стойност- ккал	Съдържание на алергени
Понеделник 05.10.2020							
С-ч с кашкавал	III, IV, V, VI, VII	0,075 кг.	10,79	27,81	12,51	267,00	пшен. глутен, лактоза
Шоколад	I, II, НУ	0,040 кг.	1,82	18,15	10,95	183,00	лактоза, соев лецитин
Обяд							
1. Гулаш свинско месо		0,150 кг.	4,9	5,6	3,1	100,00	пшеничен глутен
2. Яхния от леща		0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	пшен. глутен
3. Плод - Банан		~0,200 кг.	1,00	23,40	0,20	99,00	
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глутен
Общо за обяда:						474,40	
Вторник 06.10.2020							
Шоколад	III, IV, V, VI, VII	0,040 кг.	1,82	18,15	10,95	183,00	лактоза, соев лецитин
С-ч с кашкавал	I, II, НУ	0,075 кг.	10,79	27,81	12,51	267,00	пшен. глутен, лактоза
Обяд							
1. Айран		0,200 кг.	3,20	4,60	3,50	62,00	лактоза
2. Кюфтета по Чирпански		0,200 кг.	20,20	23,80	6,90	238,00	пшен. глутен
3. Крем "Какао"		0,150 кг.	4,50	32,50	2,80	175,00	лактоза, пшен. глутен
хляб 2 филия по УС		0,072 кг.	5,88	62,00	0,46	176,40	пшен. глутен
Общо за обяда:						651,40	
Сряда 07.10.2020							
Кифла със сирене	III, V, НУ	0,090 кг.	12,85	43,00	6,80	288,00	пшен. Глутен, лактоза
Солен кекс с шунка	IV, VI, VII	0,080 кг.	8,78	47,70	5,24	273,17	пшен. глутен, лактоза, яйца
Кисело мляко	I, II	0,200 кг.	6,20	9,20	4,00	98,00	лактоза
Обяд							
1. Салата- домати ,краставици и сирене		0,120 кг.	1,10	9,80	5,80	70,00	лактоза
2. Винен кебап в/у ориз		0,200 кг.	22,20	6,20	12,80	232,50	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:						567,10	
Четвъртък 08.10.2020							
Закуска - подкрепителна							
Кисело мляко	III, V, НУ	0,200 кг.	6,20	9,20	4,00	98,00	лактоза
Кифла със сирене	IV, VI, VII	0,090 кг.	12,85	43,00	6,80	288,00	пшен. Глутен, лактоза
Солен кекс с шунка	I, II	0,080 кг.	8,78	47,70	5,24	273,17	пшен. глутен, лактоза, яйца
Обяд							
1. Таратор		0,150 кг.	2,90	5,00	7,60	100,00	лактоза
2. Пилешка пържола с гарн. Зеле и моркови		0,200 кг.	23,35	18,80	15,35	310,50	пшен. глутен
3. Мляко с ориз		0,150 кг.	5,30	29,40	3,80	173,00	лактоза, пшен. глутен
хляб 1 филия по УС		0,036 кг.	2,94	31,00	0,23	88,20	пшен. глутен
Общо за обяда:						671,70	
Петък 09.10.2020							
Солен кекс с шунка	III, V, НУ	0,080 кг.	8,78	47,70	5,24	273,17	пшен. глутен, лактоза, яйца
Кисело мляко	IV, VI, VII	0,200 кг.	6,20	9,20	4,00	98,00	лактоза
Кифла със сирене	I, II	0,090 кг.	12,85	43,00	6,80	288,00	пшен. Глутен, лактоза
Обяд							
1. Супа от спанак		0,150кг	4,80	9,70	9,70	146,00	пшеничен глутен
2. Зад. Риба с гарн. Картофена салата		0,200 кг.	29,50	1,10	22,40	324,00	риба
3. Плод Круша		~0,200 кг.	0,40	21,40	0,60	93,00	
хляб 1 филия по УС		0,036 кг.	2,94	31,00	0,23	88,20	пшен. глутен
Общо за обяда:						651,20	

Съставил меню:

/ техн. Луиза Базовика /

Мед. лице:

/ Даниела Пенчева /

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: hranepe_kn@abv.bg и тел.0888030337 - Гл. технолог

За всички изказани мнения предварително благодарим!