

СЕДМИЧНО МЕНЮ



Ден от седмицата	Училище	Грамаж	Белтъчин и	Въглехидр и	Мазнини	Енергийна стойност- ккал	Съдържание на алергени
------------------	---------	--------	---------------	----------------	---------	--------------------------------	------------------------

Понеделник 26.03.2018

Закуска - подкрепителна

Сандвич с халва	III, IV, V, VI, VII	0,075 кг.	6.05	37.55	9.31	258.19	пшеничен глютен, лактоза
Плод - Банан	I, II, НУ	~0,200 кг.	1.00	23.40	0.20	99.00	

Обяд

1. Айран		0,200 кг	3.20	4.60	3.50	62.00	лактоза
2. Пиле с ориз		0,200 кг.	29.27	29.20	9.65	322.50	лактоза
3. Крем „Нишесте“		0,150 кг.	5.20	27.40	3.20	150.00	лактоза, пшен. глютен,
хляб 1 филия пълнозърнест		0,040 кг.	12.48	71.36	0.72	84.56	пшен. глютен

Общо за обяда:

619.06

Вторник 27.03.2018

Закуска - подкрепителна

Сандвич с халва	I, II, НУ	0,075 кг.	6.05	37.55	9.31	258.19	пшеничен глютен, лактоза
Плод - Банан	III, IV, V, VI, VII	~0,200 кг.	1.00	23.40	0.20	99.00	

Обяд

1. Пилешка супа		0,150 кг	8.50	6.70	4.00	96.00	яйца, лактоза
2. Яхния от картофи		0,200 кг.	3.95	28.40	6.30	186.00	пшеничен глютен
3. Мляко с ориз		0,150 кг	5.30	29.40	3.80	173.00	лактоза
хляб 1 1/2 филии пълнозърнест		0,060 кг.	18.72	107.04	1.08	126.84	пшен. глютен

Общо за обяда:

581.84

Сряда 28.03.2018

Закуска - подкрепителна

Печен сандвич с мляно месо	I, II	0,070 кг.	7.91	19.32	7.70	180.00	пшеничен глютен, лактоза
Закуска "Плиска"	III, V, НУ	0,100 кг.	9.01	37.38	12.95	269.90	пшеничен глютен, яйца, лактоза
Плод - Круша	IV, VI, VII	~0,200 кг.	0.40	21.40	0.60	93.00	

Обяд

1. Супа от гъби		0,150 кг	2.10	7.30	9.50	124.00	
2. Свинско задушено месо с картофено пюре		0,200 кг.	22.35	33.00	10.85	319.00	пшеничен глютен
3. Ябълка		~0,200 кг.	0.40	20.80	0.40	89.00	
хляб 1 филия пълнозърнест		0,040 кг.	12.48	71.36	0.72	84.56	пшен. глютен

Общо за деня:

616.56

Четвъртък 29.03.2018

Закуска - подкрепителна

Печен сандвич с мляно месо	III, V, НУ	0,070 кг.	7.91	19.32	7.70	180.00	пшеничен глютен, яйца, лактоза
Закуска "Плиска"	IV, VI, VII	0,100 кг.	9.01	37.38	12.95	269.90	пшеничен глютен
Плод - Круша	I, II	~0,200 кг.	0.40	21.40	0.60	93.00	

Обяд

1. Зеленчукова супа		0,150 кг	2.20	8.30	5.10	88.00	пшеничен глютен, яйца, лактоза
2. Кебапчета на скара с гарнитура домати и краставици		0,200 кг.	21.70	17.80	7.40	225.00	лактоза, пшеничен глютен
3. Макарони на фурна		0,150 кг.	4.90	25.10	5.40	168.00	лактоза, пшеничен глютен, яйца
хляб 1 1/2 филии пълнозърнест		0,060 кг.	18.72	107.04	1.08	126.84	пшеничен глютен

Общо за деня:

607.84

Петък 30.03.2018

Закуска - подкрепителна

Печен сандвич с мляно месо	IV, VI, VII	0,070 кг.	7.91	19.32	7.70	180.00	пшеничен глютен, лактоза, яйца
Закуска "Плиска"	I, II	0,100 кг.	9.01	37.38	12.95	269.90	пшеничен глютен
Плод - Круша	III, V, НУ	~0,200 кг.	0.40	21.40	0.60	93.00	

Обяд

1. Супа от леща		0,150кг	5.20	14.10	4.90	122.00	пшеничен глютен
2. Риба на скара с гарнитура зеле и моркови		0,200 кг.	27.04	4.42	15.85	268.49	риба
3. Натурален сок		0,200 л.	0.80	20.80	0.00	84.00	
хляб 1 1/2 филии пълнозърнест		0,060 кг.	18.72	107.04	1.08	126.84	пшеничен глютен

Общо за деня:

601.33

Съставил меню закуски:
/ техн. Валентина Йорданова/

Мед. лице:
/ Мария Стойкова/

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: hranene_kn@abv.bg и тел.0888030337

За всички изказани мнения предварително благодарим!