

МЕНЮ - 81 СУ

08.01.2018г.- 12.01.2018г.

Утвърдено:

Директор:.....

Съгласувано:

Мед.лице: Д-р Р.Янева – СРЗИ



Понеделник-08.01.2018г.

1. Супа от свинско месо -150гр. /106/

/ целина, мляко, яйца /

2. Огретен от картофи -150 гр. /285/

3. Плод- 250гр./357/

Хляб – Добруджа /глутен/

****Общо за деня: Б – 26.1г; М - 23.9г; В – 81.4г; Е – 635Kcal**

Вторник-09.01.2018г.

1. Таратор -150гр. /112/

/мляко /

2. Пиле с ориз-150гр. /232/

3. Плод - 250гр. /108/

Пълно-зърнест хляб-/*семена, глутен/*

****Общо за деня: Б – 37.5г; М - 19.8г; В – 60.0г; Е – 576Kcal**

Сряда-10.01.2018г.

1. Кермсупа от картофи -150гр./119/

/мляко, целина, яйца /

2. Кюфтета по чирпански -150гр /148/

/яйца, мляко, брашно/

3. Макарони на фурна -200гр./257/

Хляб – Добруджа /глутен/

****Общо за деня: Б – 18.8г; М - 16.8г; В – 67.0г; Е – 473Kcal**

Четвъртък-11.01.2018г.

1. Градинарска супа -150гр./107/

/целина, брашно /

2. Винен кебап с г - ра -150гр./269/ */брашно/*

3. Плод- 250гр./108/

Пълно-зърнест хляб-*семена, глутен*

****Общо за деня: Б – 26.1г; М - 20.7г; В – 62.2г; Е – 573Kcal**

Петък-12.01.2018г.

1. Рибена супа -150гр. /132/

/ целина, брашно /

2. Кюфтета на скара с г-ра - 150гр. /251,42/

3. Крем какао -250гр./157/

Хляб – Добруджа /глутен/

****Общо за деня: Б – 19.6г; М - 12.1г; В – 70.9г; Е 474Kcal**

****Б - белтък**

М- мазнини

В-въглехидрати

Е-енергия

Менюто е калкулирано по рецептурник за ученически столове и бюфети от 2012 г./

Менюто е съобразено с изискванията на Наредба № 37, Наредба №9 на МЗХ и Рецептурника за ученическо столово хранене

ПОЖЕЛАВАМЕ ВИ ПРИЯТЕН АПЕТИТ!

МЕНЮ - 81СУ

15.01.2018г. - 19.01.2018г.

Утвърдено:
Директор:.....

Понеделник-15.01.2018г.

1.Таратор -150гр. /112/ Мляко

/ целина,мляко,яйца /

2.Кебапчета на скара с г-ра -150 гр.

/брашно,целина/

3.Плод - 250гр. Хляб – Добруджа /глутен/

****Общо за деня: Б – 21.7г; М -13.1г;В – 66г; Е – 540Kcal**

Вторник-16.01.2018г.

1.Кремсупа броколи -150 гр /92/

/ целина /

2.Тас кебап с карт.пюре - 150гр./255/

/брашно/

3.Плод - 200гр./385// мляко/

Пълнозърнест хляб-семена,глутен

****Общо за деня: Б – 28.4г; М - 18.4г;В – 66.1г; Е – 553Kcal**

Сряда-17.01.2018г.

1. Борш -150гр. /84/

/яйца,мляко/

2.Мусака от месо с картофи -150гр /269/

/яйца,мляко,брашно/

3. Сок от бъз - 200гр.

Пълнозърнест хляб-семена,глутен

****Общо за деня: Б – 36.1г; М - 17.9г;В – 60.8г; Е – 568Kcal**

Четвъртък-18.01.2018г.

1.Супа топчета -150гр. /112/

2.Ризото със зеленчуци - 150гр.

3. Щрудел с ябълка - 200гр

/ Хляб – Добруджа /глутен/

****Общо за деня: Б – 17.2г; М - 18.9г;В – 67.2г; Е – 527Kcal**

Петък-19.01.2017г.

1.Супа от риба -150гр. /104/

/ целина,брашно, мляко/

2.Леща яхния -150гр./151/

3.Плод -200гр. Хляб – Добруджа /глутен/

****Общо за деня: Б – 28.6г; М - 16.8г;В – 58.9г; Е – 641Kcal**

****Б - белтък**

М- мазнини

В-въглехидрати

Е-енергия

***Алергените в менюто са подчертани**

Менюто е съобразено с изискванията на Наредба № 37, Наредба №9 на МЗХ и Рецептурника за ученическо столово хранене

ПОЖЕЛАВАМЕ ВИ ПРИЯТЕН АПЕТИТ

