

ОП ДЕТСКО И УЧЕНИЧЕСКО ХРАНЕНЕ

Обедно меню 26.10-30.10.2020г. Есен от 7-10г.

УТВЪРДИЛ: Директор: П. Хасанов

ДНИ-СЕДМ. ПОНЕДЕЛ	№ на рец.	АПЕРГ.	НАИМЕНОВАНИЕ НА РЕЦЕП.	грамаж 1 порц	калории ккал	белт (г)	мязнини (г)	въглех. (г)	влагнини (г)	ВИТ. А МКГ Рe	ВИТ. В1 (мг)	ВИТ. В2 (мг)	ВИТ. С (мг)	Фолат (мкг)	Fe (мг)	Ca (мг)	Na (мг)
	266	1.2.3.	кофрета по чирпански	250	312,00	21,60	10,80	32,20	4,70	517,00	0,19	0,22	36,70	36,20	2,50	67,00	327,00
	386	2.3.	мляко с грис мл2%	150	140,00	5,10	2,40	24,70	1,10	26,00	0,05	0,20	1,70	5,00	0,20	123,00	146,00
		3.	хляб пълн.	80	130,00	6,42	0,86	61,65									
					582,00	33,12	14,06	118,55	5,80	543,00	0,24	0,42	111,10	41,20	2,70	190,00	473,00
вторник	132	4.2.	супа от риба	150	113,00	7,60	6,00	7,00	1,10	219,00	0,06	0,08	7,30	11,00	0,50	46,00	149,00
	151	3.	якния от леща	200	233,00	9,40	7,10	3,00	9,70	218,70	0,25	0,12	11,46	45,60	3,06	97,30	168,00
	357		банан	200	101,00	1,80	0,20	22,90	3,60	42,00	0,18	0,08	106,90	61,00	0,40	80,00	6,00
		3.	хляб пълноз.	80	130,00	6,42	0,86	61,65									
					577,00	25,22	14,16	94,55	14,40	479,70	0,49	0,28	111,10	117,60	3,96	223,30	323,00
сряда	113	1.2.3.	мл. супа със сирене	150	119,00	4,20	7,80	8,00	0,70	205,00	0,04	0,12	2,10	8,00	0,30	107,00	107,00
	241		месо с ориз	150	249,00	19,00	8,70	23,70	0,90	26,00	0,07	0,12	0,50	6,60	1,30	7,00	153,00
	289		с-та пр.краставици	120	68,00	1,60	5,70	2,40	2,30	228,00	0,05	0,06	11,50	108,00	1,20	51,00	122,00
		3.	хляб пълноз.	80	130,00	6,42	0,86	61,65									
					566,00	31,22	23,06	114,70	3,90	459,00	0,16	0,30	14,10	120,20	2,80	165,00	382,00
четвъртък	225	3.	пиле с картофи	200	294,00	34,271	7,50	16,80	1,70	48,00	0,15	0,17	18,8	18,7	1,50	25,30	211,00
	299		с-та от зеле	100	65,00	1,40	4,80	4,20	2,30	27,00	0,05	0,04	33,50	56,00	0,40	51,00	89,00
	384	2.	кисело мляко 2%	150	92,00	4,90	4,80	7,40	-	41,00	0,06	0,30	3,00	25,00	-	161,00	65,00
		3.	хляб пълн.	80	130,00	6,42	0,86	61,65									
					581,00	12,72	17,96	90,05	4,00	116,00	0,26	0,51	55,30	99,70	1,90	237,30	365,00
петък	112	2.	таратор	150	100,00	4,20	5,20	9,00	1,60	269,00	0,09	0,18	33,60	27,00	0,30	96,00	161,00
	269	1.2.3.	мусака с месо и картофи	250	359,00	21,50	14,70	35,30	3,80	148,00	0,20	0,27	31,60	33,00	2,40	74,00	255,00
		3.	хляб пълноз.	80	130,00	9,63	1,29	61,65									
					589,00	35,33	21,19	105,95	5,40	417,00	0,29	0,45	65,20	60,00	2,70	170,00	416,00

Храни които най-често могат да предизвикват алергични реакции  
3-пшеница  
4-риба



утвърдил: директор

Мед. Лице:

мед. Лице:

1-яйца  
2-мляко

ИЗГОТВИЛ: технолож. инж. Н.Габровска

