

ОП Детско и Ученическо хранене
Обедно меню 15.04-19.04 2019г. Отг-10г. Пролет

УТВЪРДИЛ

Директор Г. Хасанов



ДНИ-И СЕДМ.	№ на реч.	АЛЕРГ.	НАИМЕНОВАНИЕ НА РЕЦЕПТ.	Грамж 1.порция	калории ккал	Белт (г)	Мазнини (г)	Въглех. (г)	Влакнини (г)	Вит.А МКГ Ре	Вит.В1 (мг)	Вит.В2 (мг)	вит.С (мг)	Фолат (МКг)	Fe (мг)	Ca (мг)	Na (мг)	
вторник	79	1.3.4.9.	супа от ТОМЪТЕТ	150	146,00	4,80	9,70	9,70	2,90	478/	0,11	0,17	44,20	88,00	2,20	199,00	196,00	
	261	9.4.	Асърд захиря	150	175,00	5,60	9,70	4,10	0,80	73,00	0,05	0,10	5,00	11,00	1,40	15,00	160,00	
	394	7.3.	С-та от картофи	240	145,00	4,70	4,50	21,30	2,50	36,00	0,07	0,32	79,60	42,00	0,90	191,00	70,00	
			Улс. мляко 2%	80	130,00	6,42	0,86	41,10										
			4 хляб пълн.															
					596,00	21,52	24,76	76,20	6,20	109,00	0,23	0,59	128,80	141,00	4,50	405,00	426,00	
не	113	3.4.9.1.	Млечна супа	150	119	4,20	7,80	8,00	0,70	205,00	0,04	0,12	2,10	8,00	0,30	107,00	107,00	
	220	6	риба печена на фурна	150	211,00	19,70	15,60	0,60	0,30	14,00	0,21	0,16	3,60	28,00	0,80	30,00	221,00	
	309	6	С-та от картофи и пр. лук	80	100,00	1,70	4,70	12,60	1,30	13,00	0,06	0,03	12,70	12,00	0,60	12,00	80,00	
	357	7	Бенан	200	99,00	1,00	0,20	23,40	3,10	8,00	0,05	0,10	9,20	19,00	0,40	6,00	1,00	
			4 хляб пълн.	40	65,00	3,21	0,43	20,55										
					596,00	29,81	28,73	65,15	5,40	240,00	0,36	0,41	27,60	67,00	2,10	155,00	409,00	
сряда	239	8	Пилешки хапки	80	200,00	26,60	10,20	0,50	0,40	8,00	0,10	0,11	1,20	8,70	1,10	38,00	160,00	
	349	9	задушен ориз с грах	100	174,00	5,60	5,30	25,90	4,30	88,00	0,19	0,10	17,80	33,00	1,20	27,00	147,00	
	293	9.8	С-та от домати	100	63,00	1,10	4,80	3,80	1,70	163,00	0,06	0,06	16,60	15,00	0,50	21,00	80,00	
	432	3.5.	Мляко с какао мл.2%	150	125,00	5,70	5,00	14,10		39,00	0,06	0,26	2,20	7,50	0,52	145,50	64,50	
			4 хляб пълн.	80	130,00	6,42	0,86	41,10										
					568,00	45,42	26,16	85,40	6,40	298,00	0,41	0,53	37,80	64,20	3,32	231,50	451,50	
четвърт.	85	9.4.3.1.	супа по селски	150	92,00	2,00	5,40	8,90	1,00	117,00	0,03	0,06	4,40	10,00	0,30	31,00	173,00	
	269	1.3.4.8.9.	мусака с месо и картофи	150	212,00	12,90	8,40	21,10	2,30	88,00	0,12	0,16	18,80	19,60	1,50	44,00	153,00	
	175		С-та от пр. краставица	100	54,00	0,60	4,80	2,20	0,80	15,00	0,03	0,02	3,50	14,00	0,50	29,00	81,00	
	384	3	кисело мляко2%	150	92,00	4,90	4,80	7,40		41,00	0,06	0,30	3,00	25,00		161,00	65,00	
			4 хляб пълн.	80	130,00	6,42	4,90	41,10										
					580,00	26,82	28,30	80,70	4,10	261,00	0,24	0,54	29,70	68,60	2,30	265,00	472,00	

пeтък	151	4.9.8.	Съвет с мляк	250	289.00	15.60	8.60	37.50	12.20	270.00	0.32	0.15	14.20	56.90	3.80	121.00	210.00
	289		ТАС ЧЕЗАР	100	56.00	1.30	4.80	2.00	1.90	190.00	0.04	0.05	9.50	90.00	1.00	42.00	82.00
	387		3 мляко с орза мл. 2%	150	173.00	5.30	3.80	29.40	0.50	28.00	0.07	0.22	1.90	6.00	0.40	121.00	107.00
			4 хляб пълн.		65.00	3.21	2.45	20.55									
					583.00	25.41	19.65	89.45	14.60	488.00	0.43	0.42	25.60	152.90	5.20	284.00	399.00

Храни които най-често могат да предизвикват алергични реакции

- 1-яйца
- 2-мед
- 3-мляко

- 4-пшеница
- 5-шоколад
- 6-риба

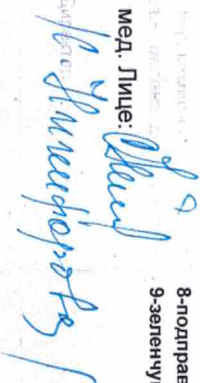
- 7-плодове /ягоди, цитруси, ябълки и др./
- 8-подправки/копър, червен пипер, кимон и др./
- 9-зеленчуци/моркови, лук, чесън, целина, домати и др./

ИЗГОТВИЛ:

Технолог инж. Н.Габровска



Мед. Лице:



УТВЪРДИЛ:

Директор

