



ОП ДЕТСКО И УЧЕНИЧЕСКО ХРАНЕНЕ

УТВЪРДИЛ:

Директор: Г. Хасанов

обедно меню 19.10-23.10 2020г. Есен от 7-10год.

ДНИ-II СЕДМ.	No на рец.	АЛЕРГ.	НАИМЕНОВАНИЕ НА РЕЦЕП.	грамаж 1 порц	калории ккал	белт (г)	мазни (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)
понеделник	151	3	ТАРАТОР яхния от боб	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
	394	2.	пр. плод с кисело мляко 2%	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
		3.	хляб пълноз.	80	130,40	6,42	0,86	41,10									
					552,70												
					564,40	26,72	13,96	99,90	14,70	306,00	0,39	0,47	111,10	98,90	4,70	312,00	280,00
вторник	113	1.2.3.	млечна супа	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
	220	4.	риба печена на фурна	80	221,00	19,70	15,60	0,60	0,30	14,00	0,21	0,16	3,60	28,00	0,80	30,00	221,00
	299		с-та от зеле	100	65,00	1,40	4,80	4,20	2,30	27,00	0,05	0,03	33,50	56,00	0,40	51,00	89,00
не	332		печени картофи на фурна	100	112,00	2,00	4,20	16,20	1,50	52,00	0,07	0,03	16,90	14,00	0,50	22,00	80,00
		3.	хляб пълноз.	40	65,00	3,21	0,43	20,55									
					582,00	30,51	32,83	49,55	4,80	298,00	0,37	0,34	56,10	106,00	2,00	210,00	497,00
сряда	285		кюфтета 2бр.	90	234,00	17,00	18,00	0,90	0,20	1,70	0,38	0,48	1,70	6,20	1,40	6,00	132,00
	294		с-та от домати и краставици	100	58,00	0,80	4,80	2,90	1,10	68,00	0,04	0,03	9,50	16,00	0,40	21,00	80,00
	387	2.	мляко с ориз 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
		3.	хляб пълн.	80	130,00	6,42	0,86	41,10									
					595,00	29,52	27,46	74,30	1,80	97,70	0,49	0,73	13,10	120,20	2,20	148,00	319,00
четвъртък	112	2.	таратор	150	100,00	2,90	7,60	5,00	0,60	31,00	0,05	0,15	3,30	18,00	0,30	98,00	150,00
	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

