

ОП ДЕТСКО И УЧЕНИЧЕСКО ХРАНЕНЕ

обедно меню 07.01-11.01 2019г. Зима от 7-10г.

УТВЪРДИЛ:

Директор: Г. Хасанов



ДНИ-II СЕДМ.	№ на рец.	АЛЕРГ.	НАИМЕНОВАНИЕ НА РЕЦЕП.	грамаж 1 порц	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)
понедел	125	3.4.1.9	супа топчета	150	129,00	9,80	7,00	6,60	8,00	155,00	0,16	0,13	4,30	10,00	0,70	33,00	175,00
	151	9.8.4.	яхния от боб	150	175,00	9,40	5,30	22,50	7,30	164,00	0,19	0,09	8,60	34,20	2,30	73,00	126,00
	394	7.3.	пр. плод с кисело мляко2%	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
		4	хляб пълноз.	80	130,40	6,42	0,86	41,10									
					579,40	30,32	17,66	91,50	####	355,00	0,42	0,54	111,10	86,20	3,90	297,00	371,00
ВТОРНИК																	
	220	6	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	8.9.	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
	432	3.5.	мляко с какао	200	124,00	5,70	5,03	14,10	-	39,00	0,06	0,26	2,25	7,50	0,57	147,80	65,00
	332	8	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
		4	хляб пълноз.	40	95,00	3,21	0,43	20,55									
					617,00	32,01	30,06	55,65	4,10	132,00	0,39	0,48	56,25	105,50	2,27	250,80	455,00
сряда	243	4.8.9.	Месо с грах	150	208,00	19,90	9,80	9,90	3,60	91,00	0,16	0,17	14,20	25,60	2,00	27,00	157,00
	298	9	Мешана с-та	100	64,00	1,00	4,90	3,90	1,40	137,00	0,04	0,06	38,00	28,00	0,40	20,00	80,00
	387	3.8.	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
		4	хляб пълн.	80	130,00	6,42	0,86	41,10									
					575,00	32,62	19,36	84,30	5,50	256,00	0,27	0,45	54,10	120,20	2,80	168,00	344,00
четвъртък	113	9.3.4.1.	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
	269	1.4.8.9.	мусака с месо и картофи	150	212,00	12,90	8,40	21,10	0,70	88,00	0,12	0,16	18,80	19,60	1,50	44,00	153,00

357	портокал	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
	4 хляб пълн.	80	130,00	3,21	0,86	41,10									
			562,00	22,11	17,26	93,10	5,00	335,00	0,34	0,36	127,80	88,60	2,20	231,00	266,00
282	пил. Пържогла печена	80	214,00	22,20	11,90	4,70	0,30	23,00	0,08	0,22	3,40	12,00	0,70	10,00	132,00
291	8.9. С-та от краставици	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
299	9 задушен ориз	100	156,00	2,30	5,10	25,20	0,90	25,00	0,04	0,02	0,30	3,00	0,30	4,00	80,00
384	3 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
	4 хляб пълн.	40	65,00	3,21	0,43	20,55									
			593,00	32,10	27,03	60,05	2,00	104,00	0,21	0,56	10,20	54,00	1,50	204,00	358,00


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/колър, червен пипер, кумин и др.
9-зеленчуци/моркови, лук, чесън, целина, домати и др.

ИЗГОТВИЛ:
ТЕХНОЛОГ ИНЖ. Н. ГАБРОВСКА



мед. Лице:

10. Янашифорова

УТВЪРДИЛ
ДИРЕКТОР

