

ОП Детско и Ученическо хранене

Обедно Меню 18.03-22.03 2019г. Зима от 7-10г.

УТВЪРДИЛИ



Директор: Г. Христов

ДНИ-II СЕДМ.	№ на рец.	АЛЕРГ.	НАИМЕНОВАНИЕ НА РЕЦЕПТ.	грамаж 1 порц.	калории ккал	белт (г)	мазнини (г)	въглех. (г)	вължнини (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				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	6,97	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				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				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		Банан	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.	80	130,00	3,21	0,86	41,10									
					560,00	21,31	17,26	93,60	4,50	301,00	0,21	0,38	30,10	46,60	2,20	157,00	261,00
петък	282		пил. Пържола 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 красгавици	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

1-яйца
2-мед
3-мляко

изготвил:
технолог инж. Н.Габровска

4-шеница
5-шоколад
6-риба

мед. Лице:

N. G. Gabrovska

УТВЪРДИЛ:



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