С Е Д М И Ч Н О М Е Н Ю

от 30.11.2026 г. до 04.12.2026 г.

1. Седмично меню за закуска (по 6 ПМС)

Седмично меню за закуска за подпомагане храненето на учениците от 1 до 4 клас:

ДАТА	ДЕН	МЕНЮ
30.11.2026	**Понеделник**	Шоко бисквита / мляко, глутен /
01.12.2026	**Вторник**	Кренвиршка / мляко, глутен /
02.12.2026	**Сряда**	Пица / мляко, глутен /
03.12.2026	**Четвъртък**	Меденка / глутен, мляко /
04.12.2026	**Петък**	Пълнозърнест сандвич с кашкавал и зеленчук / глутен, мляко /

2. Седмично меню за обяд – I ВАРИАНТ

I ВАРИАНТ	ЯСТИЕ	АЛЕРГЕНИ
I ВАРИАНТ	**ПОНЕДЕЛНИК**	**АЛЕРГЕНИ**
150 гр	СУПА ТОПЧЕТА СЪС ЗАСТРОЙКА	Мляко, глутен
150 гр	ЛЕЩА ЯХНИЯ	Глутен
150–200 гр	ПЛОД	
43 гр	Хляб Добруджа УС	Глутен
I ВАРИАНТ	**ВТОРНИК**	
150 гр	КАРТОФЕНА СУПА	Мляко, глутен
150 гр	ПИЛЕШКО МЕСО СЪС ЗЕЛЕ	
150–200 гр	ПЛОД	
43 гр	Хляб Пълнозърнест УС	Глутен
I ВАРИАНТ	**СРЯДА**	
150 гр	КРЕМ СУПА ГРАХ	Глутен
150 гр	МУСАКА	Мляко, глутен, яйца
150–200 гр	ПЛОД	
43 гр	Хляб Добруджа УС	Глутен
I ВАРИАНТ	**ЧЕТВЪРТЪК**	
150 гр	ТАРАТОР	Мляко
150 гр	ТАС КЕБАП СЪС ЗАДУШЕН ОРИЗ	Глутен
120 гр	БИСКВИТЕНА ТОРТА	Мляко, глутен

I ВАРИАНТ	ЯСТИЕ	АЛЕРГЕНИ
43 гр	Хляб Пълнозърнест УС	Глутен
I ВАРИАНТ	**ПЕТЪК**	
150 гр	КРЕМ СУПА БРОКОЛИ	Глутен
150 гр	БЯЛА РИБА НА ФУРНА С Г-РА: САЛАТА	Риба
150–200 гр	ПЛОД	
43 гр	Хляб Добруджа УС	Глутен

3. Седмично меню за обяд – II ВАРИАНТ

II ВАРИАНТ	ЯСТИЕ	АЛЕРГЕНИ
II ВАРИАНТ	**ПОНЕДЕЛНИК**	**АЛЕРГЕНИ**
200 гр	СУПА ТОПЧЕТА СЪС ЗАСТРОЙКА	Мляко, глутен
250 гр	ПИЛЕШКО ШИШЧЕ С Г-РА: САЛАТА	
150–200 гр	ПЛОД	
43 гр	Хляб Добруджа УС	Глутен
II ВАРИАНТ	**ВТОРНИК**	
200 гр	КАРТОФЕНА СУПА	Мляко
250 гр	СВИНСКА ПЛЕСКАВИЦА С Г-РА: САЛАТА	
150–200 гр	ПЛОД	
43 гр	Хляб Пълнозърнест УС	Глутен
II ВАРИАНТ	**СРЯДА**	
200 гр	КРЕМ СУПА ГРАХ	Глутен
250 гр	СВИНСКО ФИЛЕ С Г-РА: КАРТОФЕНО ПЮРЕ	
150–200 гр	ПЛОД	
43 гр	Хляб Добруджа УС	Глутен
II ВАРИАНТ	**ЧЕТВЪРТЪК**	
250 гр	ТАРАТОР	Мляко
200 гр	ПИЛЕШКИ ШНИЦЕЛ С РИЗОТО	Глутен
120 гр	БИСКВИТЕНА ТОРТА	Мляко, глутен
43 гр	Хляб Пълнозърнест УС	Глутен
II ВАРИАНТ	**ПЕТЪК**	
250 гр	КРЕМ СУПА БРОКОЛИ	Глутен
200 гр	КЮФТЕТА С Г-РА: САЛАТА	Глутен
150–200 гр	ПЛОД	

II ВАРИАНТ	ЯСТИЕ	АЛЕРГЕНИ
43 гр	Хляб Добруджа УС	Глутен

> **Забележка:**
>
> - I и II вариант – за ученици от 7 до 13 години
> - Препоръчителни стойности за прием на енергия и хранителни вещества за възраст от 7 до 13 години: 1890 ккал/ден
> - Обядът трябва да осигурява около 30% от средните енергийни потребности за деня: (567–828 ккал) на един обяд в зависимост от възрастта
> - Два пъти седмично пълнозърнест хляб
> - Плодовете могат да се заменят според възможностите на пазара
>
> **Менюто е съобразено с изискванията на:** Наредба № Н-3 от 03.10.2025 г. на Министерство на здравеопазването, Наредба № 9 на МЗХ и Сборник рецепти за ученическо столово хранене и бюфети на издателство „Техника“ 2012 година.

Утвърдено:
Директор: Диян Стаматов

Съгласувано:
Мед. лице: Петя Христова

Тел. за контакт: 0988861375 – Камелия Николчова