



МЕНЮ - 119.СУ

12.10.2020г. - 16.10.2020г.

Утвърдено:

Директор:

Съгласувано:

Мед.лице:

Понеделник-12.10.2020г.

1. Супа топчета със застройка -150г / целина, мляко, яйца /
 2. Леща яхния -150 г /целина/
 3. Плод – 150-200г
- Хляб – Добруджа /глутен /

****Общо за деня: Б – 21.7г; М -13.1г;В – 66г; Е – 540Kcal**

Вторник-13.10.2020г.

1. Таратор -150г /мляко /
 2. Свинско месо с картофи - 150г
 3. Плод – 150-200г
- Пълнозърнест хляб /семена, глутен/

****Общо за деня: Б – 28.4г; М - 18.4г;В – 66.1г; Е – 553Kcal**

Сряда-14.10.2020г.

1. Супа гъби със застройка -150г / целина, мляко, яйца /
 2. Задушено месо със зеленчуци -150г
 3. Кисело мляко - 120г
- Хляб – Добруджа /глутен /

****Общо за деня: Б – 36.1г; М - 17.9г;В – 60.8г; Е – 568Kcal**

Четвъртък-15.10.2020г.

1. Таратор -150 г / мляко /
 2. Ризото с пилешко месо месо и зеленчук- 150г
 3. Плод – 150-200г
- Пълнозърнест хляб /семена, глутен/

****Общо за деня: Б – 17.2г; М - 18.9г;В – 67.2г; Е – 527Kcal**

Петък-16.10.2020г.

1. Крем супа броколи -150г /мляко/
 2. Бяла риба с г-ра: салата -150г
 3. Плод -150-200г
- Хляб – Добруджа /глутен /

****Общо за деня: Б – 28.6г; М - 16.8г;В – 58.9г; Е – 641Kcal**

****Б - белтък**

М- мазнини

В-въглехидрати

Е-енергия

***Алергените в менюто са подчертани**

Менюто е съобразено с изискванията на Наредба № 37, Наредба №9 на МЗХ и Рецентурника за ученическо столово хранене

ПОЖЕЛАВАМЕ ВИ ПРИЯТЕН АПЕТИТ!

***Менютата са изготвени съгласно Сборник рецепти за ученически столове и бюфети от 2012г.**

119 СУ „Акад.Михаил Арнаудов”

Меню закуска

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

дата	ден	меню
12.10.2020	Понеделник	Шоко бисквита/ <i>глутен,мляко</i> /
13.10.2020	Вторник	Кифла със сладко <i>глутен,мляко,какао</i> /
14.10.2020	Сряда	Домашна курабия/ <i>глутен,мляко</i> /
15.10.2020	Четвъртък	Кекс/ <i>глутен, мляко</i> /
16.10.2020	Петък	Бисквита „Рай” / <i>глутен,мляко</i> /