



МЕНЮ - 119.СУ

11.01.2021г. - 15.01.2021г.

Утвърдено:
Директор:.....

Съгласувано:
Мед.лице:.....

Понеделник - 11.01.2021г.

1. Супа месо със застройка-150гр. /113/
/ целина, мляко, яйца /
 2. Картофи със сирене -150 гр./284/ *мляко*
 3. Плод – 150-180гр./357/ Хляб – Добруджа /ГЛУТЕН/
- **Общо за деня: Б – 26.8г; М - 16.3г; В – 53.2г; Е – 466Kcal**

Вторник - 12.01.2021г.

1. Супа по селски със застройка -150гр. /86/ / *мляко, яйца* /
 2. Свинско месо с грах - 150гр. /225/ /ГЛУТЕН/
 3. Плод – 150-200гр
- Пълнозърнест хляб-ядки, глутен
- **Общо за деня: Б – 25.4г; М - 17.8г; В – 62.8г; Е – 513Kcal**

Сряда - 13.01.2021г.

1. Супа леща -150гр. /97/ /*целина*/
 2. Спагети болонезе -150гр./196/
 3. Плод - 150-180гр./ Хляб – Добруджа /ГЛУТЕН/
- **Общо за деня: Б – 17.6г; М - 16.6г; В – 89.2г; Е – 578Kcal**

Четвъртък-14.01.2021г.

1. Таратор -150 гр /112/
/ *мляко* /
 2. Ориз с пилешко месо- 150гр./241/
 3. Млечна баница - 120гр
- Пълнозърнест хляб-семена, глутен
- **Общо за деня: Б – 35.2г; М - 18.4г; В – 58.0г; Е – 546Kcal**

Петък-15.01.2021г.

1. Боб чорба -150гр. /80/
 2. Риба с г-ра: салата // Кебапчета с г-ра: салата
 3. Плод – 150-180гр. /
- Хляб – Добруджа /глутен/

****Общо за деня: Б – 29.0г; М - 18.6г; В – 77.9г; Е – 612Kcal**

****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 Рецептурника за ученическо столово хранене

ПОЖЕЛАВАМЕ ВИ ПРИЯТЕН АПЕТИТ

Управител: Й. Георгиева

119 СУ „Акад.Михаил Арнаудов”

Меню закуска

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

дата	ден	меню
11.01.2021	<i>Понеделник</i>	Рогче / <i>глутен, мляко</i> /
12.01.2021	<i>Вторник</i>	Ореховка / <i>глутен, мляко</i> /
13.01.2021	<i>Сряда</i>	Руло с мармалад/ <i>глутен, мляко</i> /
14.01.2021	<i>Четвъртък</i>	Меденка/ <i>глутен, мляко</i> /
15.01.2021	<i>Петък</i>	Изгрев / <i>глутен, мляко</i> /