М Е Н Ю - 119.СУ

18.01.2021г. - 22.01.2021г.

Утвърдено: Съгласувано:
Директор: Мед.лице:

Понеделник-18.01.2021г.

1.Супа топчета със застройка -150гр. /125/
/ *целина,мляко,яйца* /
2.Леща яхния -150 гр. /151 *целина*
3.Плод – 150-200гр. Хляб – Добруджа /*глутен* /
****Общо за деня: Б – 21.7г; М -13.1г;В – 66г; Е – 540Kkal**

Вторник-19.01.2021г.

1.Крем супа броколи -150гр. /112/ /*мляко, глутен* /
2.Тас кебап с картофено пюре - 150гр. /232/ *мляко, глутен*
3. Плод – 150-200гр 417/
Пълнозърнест хляб-*семена,глутен*
****Общо за деня: Б – 28.4г; М - 18.4г;В – 66.1г; Е – 553Kkal**

Сряда-20.01.2021г.

1.Супа гъби със застройка -150гр. /84/
/ *целина,мляко,яйца*
2.Мусака -150гр /269/ *мляко,яйца,глутен*
3. Кисело мляко - 120гр. *мляко*
Хляб – Добруджа /*глутен* /
****Общо за деня: Б – 36.1г; М - 17.9г;В – 60.8г; Е – 568Kkal**

Четвъртък-21.01.2021г.

1.Таратор -150 гр /92/
/ *мляко* /
2.Ризото с пилешко месо и зеленчук- 150гр./255/
3.Плод – 150-200гр./385//
Пълнозърнест хляб-*семена,глутен*
****Общо за деня: Б – 17.2г; М - 18.9г;В – 67.2г; Е – 527Kkal**

Петък-22.01.2021г.

1.Супа риба със застройка -150гр. /104/
/ *мляко*/
2.Карначета с г-ра:салата -*150гр*
3.Плод -150-200гр. Хляб – Добруджа /*глутен* /
****Общо за деня: Б – 28.6г; М - 16.8г;В – 58.9г; Е – 641Kkal**

***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

**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
18.01.2021	***Понеделник***	Мъфин с пълнеж /***глутен,мляко/***
19.01.2021	***Вторник***	Геврек ***/глутен,мляко /***
20.01.2021	***Сряда***	Меден линцер***/глутен, мляко/***
21.01.2021	***Четвъртък***	Козунак***/глутен, мляко /***
22.01.2021	***Петък***	Курабия /***глутен, мляко /***