

МЕНЮ - 119.СУ

09.01.2023г. - 13.01.2023г.

Утвърдено:

Съгласувано:

Директор:

Мед.лице:

Понеделник-09.01.2023г.

1. Супа пилешко месо със застрояка -150гр. /84/

/ мляко, глютен/

2. Леща яхния -150гр /261/ глютен

3. Плод – 150-180гр

Хляб – Добруджа /глютен/

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

Вторник-10.01.2023г.

1. Таратор -150гр. /112/ /мляко/

2. Ризото с пилешко месо - 150гр. /232/

3. Плод – 150-200гр 417/ _____

Пълнозърнест хляб-семена, глютен

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

Сряда-10.01.2023г.

1. Спаначена супа -150гр. /84/

/ мляко, глютен/

2. Свинско месо с картофи -150гр /269/

3. Бисквитена торта - 80гр./ мляко/

Хляб – Добруджа /глютен/

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

Четвъртък-11.01.2023г.

1. Кремсупа карфиол -150 гр /92/

/ мляко /

2. Кюфтета по чирпански - 150гр./255//глютен

3. Плод – 150-200гр./385//

Пълнозърнест хляб-семена, глютен

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

Петък-12.01.2023г.

1. Кремсупа моркови -150гр. /104/

/ мляко /

2. Бяла риба с г-ра:салата//Кюфтета с г-ра:салата -150гр.

3. Плод -150гр – 180гр. Хляб – Добруджа /глютен/

****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 Рецептурника за ученическо столово хранене

ПОЖЕЛАВАМЕ ВИ ПРИЯТЕН АПЕТИТ

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

СВОБОДНО МЕНЮ - 119.СУ

09.01.2023г. - 13.01.2023г.

Утвърдено:

Съгласувано:

Директор:

Мед.лице:

Понеделник-09.01.2023г.

1. Супа пилешко месо със застройка -200гр. /84/

/ мляко, глутен/

2. Плескавица с г-ра:салата -250гр

3. Плод – 150-180гр

Хляб – Добруджа /глутен/

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

Вторник-10.01.2023г.

1. Таратор -250гр. /112/ /мляко/

2. Пилешка пържола с г-ра: ризото - 250гр. /232/

3. Плод – 150-200гр 417/ _____

Пълнозърнест хляб-семена, глутен

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

Сряда-11.01.2023г.

1. Спаначена супа -200гр. /84/

/ мляко, глутен/

2. Свинско шишче с г-ра:задушени картофки -250гр /269/

3. Бисквитена торта - 80гр./ мляко/

Хляб – Добруджа /глутен/

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

Четвъртък-12.01.2023г.

1. Кремсупа карфиол -200 гр /92/

/ мляко /

2. Телешки шницел с г-ра: салата - 250гр

3. Плод – 150-200гр./385//

Пълнозърнест хляб-семена, глутен

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

Петък-13.01.2023г.

1. Кремсупа моркови -200гр. /104/

/ мляко /

2. Кюфтета 50гр -3бр с г-ра:салата -250гр.

3. Плод -150гр – 180гр. 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 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 |
|------------|-------------------|--|
| 09.01.2023 | <i>Понеделник</i> | Кроасан с шоколад/глутен,мляко / |
| 10.01.2023 | <i>Вторник</i> | Пица/глутен / |
| 11.01.2023 | <i>Сряда</i> | Солен мъфин /глутен,мляко / |
| 12.01.2023 | <i>Четвъртък</i> | Кекс/глутен,мляко / |
| 13.01.2023 | <i>Петък</i> | Баничка с топено сирене/глутен,мляко / |