

МЕНЮ - 30.СУ

05.10.2020г. - 09.10.2020г.

Утвърдено:

Директор:.....

Съгласувано:

Мед.лице:.....

Понеделник-05.10.2020г.

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

Вторник-06.10.2020г.

1. Таратор -150гр. /112/ /мляко /
 2. Пиле с ориз - 150гр. /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-07.10.2020г.

1. Зеленчукова кремсупа -150гр. /84/
/ мляко /
 2. Спагети болонезе -150гр /269/
 3. Тарталета с плодове - 80гр.
- Хляб – Добруджа /глутен/
- **Общо за деня: Б – 36.1г; М - 17.9г; В – 60.8г; Е – 568Kcal**

Четвъртък-08.10.2020г.

1. Спаначена супа със застройка -150 гр /92/
/ целина, мляко, брашно/
 2. Свинско месо задушено с карт. пюре - 150гр./255/
 3. Плод – 150-200гр./385//
- Пълнозърнест хляб-семена, глутен
- **Общо за деня: Б – 17.2г; М - 18.9г; В – 67.2г; Е – 527Kcal**

Петък-09.10.2020г.

1. Супа от риба със застройка -150гр. /104/
/ целина, брашно, мляко/
 2. Боб с цариградски кюфтенца -150гр.
 3. Плод -150-200гр. 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 ДОБЪР АПЕТИТ !

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

30СУ „Братя Миладинови”

Меню закуска

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

дата	ден	меню
05.10.2020	Понеделник	Мюсли
06.10.2020	Вторник	Кроасан с шоколад <i>глутен, мляко, какао/</i>
07.10.2020	Сряда	Мъфин със сирене <i>/глутен, мляко, какао/</i>
08.10.2020	Четвъртък	Козунак <i>/глутен, мляко /</i>
09.10.2020	Петък	Меденка <i>/глутен, мляко /</i>