

ОБЕДНО МЕНЮ -ВАРИАНТ I ХГ

Дни	№ на рец.	Алергени	Наименование на рецептата	гр. на 1 порци	Калории кка	белт. (г)	мазнини (г)	въглех. (г)
Понеделник 27.03.2023	97		Супа леща по манастирски	150	116	5.1	4.9	12.9
	237	9	Пиле печено на фурна	100	157	22.7	7.2	0.4
	374	1	Г-ра боб	50	160	8.5	5.2	1.9
	315	9	Салата от цвекло и морков	50	73	1.2	3.8	24.8
	400	3.5	Палачинка с конфитюр	130	239	8	8.6	32.6
		4	Хляб БДС	40	60	6.42	4.9	41.1
Вторник 28.03.2023	113	1,3,4	Млечна супа със сирене	150	119	4.2	7.8	8
	232	8,9	Пиле с ориз	150	246	25.7	7.4	19.1
	330	9	Салата зеленчуци	50	10	0.5	0.1	1.9
	424	8	Фреш от плодове	200	104	0.4	0	24.8
		4	Хляб пълн.	40	50	3.21	0.43	20.55
Сряда 29.03.2023	121	1.3.8.9	Супа пиле със спанак	150	143	10.2	8.3	6.9
	215		Риба на фурна	150	231	17.2	16.4	3.6
	342		Пюре от зеленчуци/салата	100	111	2.7	4.7	14.5
	419	3.4	Варено жито с пр.мляко	150	226	6.1	6.9	35
		4	Хляб БДС	40	60	6.42	4.9	41.1
Четвъртък 30.03.2023	84	8,9	Зеленчукова супа	150	88	2.2	5.1	8.3
	210	1,3	Омлет по градинарски на фурна	150	205	12.1	13.7	8.3
	330	9	Салата зеленчуци	50	10	0.5	0.1	1.9
	16	3,4	Кекс с плодове	150	68	2.4	4.2	7.4
		4	Хляб пълн.	40	50	3.21	0.43	20.55
Петък 31.03.2023	81	1,3,4,8	Супа от спанак със сирене	150	113	4.1	7	8.4
	285/333	4,8,9	Кюфтета,картофено пюре	150	279/117	20.8/2.4	14.3/4.5	16.9/16.8
	351	9,8	Дом.сос	50	93	2	5.3	9.4
	418	1,3,4	Макарони с яйца и захар на фурна	120	168	4.9	5.4	25.1
		3,4	Хляб БДС	40	60	6.42	4.9	41.1

Храни, които могат най-често да предизвикат алергични реакции:

- 1 яйца
- 2 мед
- 3 мляко
- 4 пшеница
- 5 шоколад

- 6 риба
- 7 плодове/грозде,цитруси,ябълки и др./
- 8 подправки/копър,магданоз,чер.пипер, чубрица и др./
- 9 зеленчуци/морков,лук,чесън, целина и др./

Изготвил:
Технолог:В.Георгиева

Мед.лице:

Утвърдил:

Управител:

.....
С.Стоянов

ОБЕДНО МЕНЮ ВАРИАНТ 2 ХГ


Дни	№ на рец.	Алергени	Наименование на рецептата	гр. на 1 порц	Калории кка	белт. (г)	мазнини (г)	въглех. (г)
Понеделник	97		Супа леща по манастирски	150	116	5.1	4.9	12.9
27.03.2023	237	9	Пиле печено на фурна	100	157	22.7	7.2	0.4
	374	1	Г-ра боб	50	160	8.5	5.2	1.9
	315	9	Салата от цвекло и морков	50	73	1.2	3.8	24.8
	400	3.5	Палачинка с конфитюр	130	239	8	8.6	32.6
		4	Хляб БДС	40	60	6.42	4.9	41.1
Вторник	113	1,3,4	Млечна супа със сирене	150	119	4.2	7.8	8
28.03.2023	158	8,9	Спанак с ориз	150	145	4.4	5.1	20.4
	330	9	Салата зеленчуци	50	10	0.5	0.1	1.9
	424	8	Флодов сок	200	104	0.4	0	24.8
		4	Хляб пълн.	40	50	3.21	0.43	20.55
Сряда	121	1,3,8,9	Супа пиле със спанак	150	143	10.2	8.3	6.9
29.03.2023	155	11	Картофена яхния/салата	150	140	3	4.8	21.3
	419	3.4	Варено жито с пр.мляко	150	226	6.1	6.9	35
		4	Хляб БДС	40	60	6.42	4.9	41.1
Четвъртък	84	8,9	Зеленчукова супа	150	88	2.2	5.1	8.3
30.03.2023	210	1,3	Омлет по градинарски на фурна	150	205	12.1	13.7	8.3
	16	3,4	Кекс с плодове	150	68	2.4	4.2	7.4
		4	Хляб пълн.	40	50	3.21	0.43	20.55
Петък	81	1,3,4,8	Супа от спанак със сирене	150	113	4.1	7	8.4
31.03.2023	151	4,8,9	Яхния зрял фасул	150	175	9.4	5.3	22.5
	300	9,8	Зеле с морков	50	74	2.4	9.6	10.4
	418	1,3,4	Макарони с яйца и захар на фурна	120	168	4.9	5.4	25.1
		3,4	Хляб БДС	40	60	6.42	4.9	41.1

Храни, които могат най-често да предизвикат алергични реакции:

- 1 яйца
- 2 мед
- 3 мляко
- 4 пшеница
- 5 шоколад

- 6 риба
- 7 плодове/грозде,цитруси,ябълки и др./
- 8 подправки/копър,магданоз,чер.пипер, чубрица и др./
- 9 зеленчуци/морков,лук,чесън, целина и др./

Изготвил: 
Технолог: В.Георгиева

Мед.лице: 

Утвърдил:
Управител: С.Стоянов 