

МЕНЮ - 144 ОУ СВОБОДНО МЕНЮ

23.01.2023г. - 27.01.2023г.

Съгласувано:


Утвърдено: 
Директор:.....

Съгласувано:
Мед.лице: д-р Р. Янева – СРЗИ

Понеделник-23.01.2023г.

1. Супа пилешко месо със застрояка -200 гр. / мляко, яйца, глютен, целина/
2. Свинско шишче с г-ра: салата -250 гр.
3. Плод - 200 гр.; Хляб – Добруджа УС /глютен /

****Общо за деня: Б – 21.7г; М -13.1г; В – 66г; Е – 540Kcal**

Вторник-24.01.2023г.

1. Супа леща -200 гр. /зърнени култури, целина/
2. Плескавица с г-ра: бейби моркови -250 гр.
3. Плод - 200 гр..

Пълнозърнест хляб-/семена, глютен/

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

Сряда- 25.01.2023г г.

1. Кремсупа броколи -200 гр. / мляко, яйца, глютен, целина/
2. Пилешка пържола бут с г-ра: салата - 250 гр.
3. Кисело мляко – 120 гр. /мляко/; Хляб – Добруджа УС/глютен /

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

Четвъртък-26.01.2023г г.

1. Таратор -200 гр. /мляко /
2. Свински шницел пане с г-ра: ризото – 250 гр.
3. Плод – 200 гр.; Хляб – Добруджа УС/глютен //

****Общо за деня: Б – 27.2г; М - 18.9г; В – 67.2г; Е – 527Kcal**

Петък-27.01.2023г г.

1. Супа риба със застрояка -200 гр. / мляко, целина, яйца, глютен, риба /
2. Карначета с г-ра: салата– 250 гр.
3. Плод -200 гр.; Хляб – Добруджа УС/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 № 37/2009 г. на МЗ, Наредба №2/2021 г. на МЗХ и Рецептурника за ученическо столово хранене.

ПОЖЕЛАВАМЕ ВИ ПРИЯТЕН АПЕТИТ !