

**Есенно меню за деца от 3 до 7 години I седмица (за периода: 14.10-18.10.2019 г.)**

*Храните от менюто с количество на енергийност, белтъчини, мазнини, въглехидрати, № на рецепта, алергени*

<b>14.10.2019 г Понеделник</b>								
Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАЛ	№	Алергени
Закуска:	150	Попара с масло и сирене	10,4	12,91	24,45	241,65	34	1,4
10.00 часа	100	Ябълка	0,3	0,3	14,7	62,7	311	
Обяд	100	Пиле варено	6,42	2,77	4	64,4	122	4,5
	130	Картофи с ориз	2,09	5,26	19,52	122,06	157	1
	100							
	200	Грозде	1	0,2	32,4	135,4	311	
	46	Хляб Ус "Добруджа"	3,55	0,55	25,7	122	35	
Сл. закуска	100	Баница с плънка №1	10,89	15,42	31,93	304,22	1	1,2,4
	150	Кисело мляко	4,95	4,8	7,05	91,2	332	4
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>39,6</b>	<b>42,21</b>	<b>159,75</b>	<b>1143,63</b>		
<b>15.10.2019 г Вторник</b>								
Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАЛ	№	Алергени
Закуска	85	Открит сандвич с колбас	12,28	10,32	20,77	187,55	38	4
	200	Прясно мляко	7,34	7,78	16,57	164,88	393	4
10.00 часа	200	Праскови	0,6	0,1	11,3	48,5	311	
Обяд	100	Таратор	3,32	4,75	4,9	74,85	120	4
	130	Кюфтета яхния	11,63	16,28	9,91	225,15	264	1
	100							
	200	Банан	2,2	0,4	42	180,4	311	
	46	Хляб" Пълнозърнест"	0,15	0,4	29	110		
Сл. закуска	120	Млечна баница	7,82	9,3	41,47	276,62	367	1,2,4
	200	Айрян	5,82	3,39	14,55	53,82	398	4
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>35,96</b>	<b>52,72</b>	<b>190,47</b>	<b>1321,77</b>		
<b>16.10.2019 г Сряда</b>								
Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАЛ	№	Алергени
Закуска:	85	Сандвич с варено яйце и сирене	9,47	9,5	21,1	193,37	48	2,4
	150	Кисело мляко	4,95	4,8	7,05	91,2	332	4
10.00 часа	100	Ябълка	0,3	0,3	14,7	62,7	311	
Обяд	100	Зеленчукова супа	1,57	3,63	8,17	69,07	98	1,2,4,5
	130	Пиле печено на фурна	8,73	4,17	3,05	83,63	241	
	100	Шопска салата с печена пиперка	5,82	4,89	4,59	79,56	79	4
	100	Банан	1,1	0,2	21	90,2	311	
	46	Хляб "Пълнозърнест"	0,15	0,4	29	110		
Сл. закуска	120	Бисквитена торта с пресни плоове	3,52	11,87	28,08	226,73	351	1,4
	200	Натурален сок	0,6	0,4	39	162	397	
			<b>36,21</b>	<b>40,16</b>	<b>175,74</b>	<b>1168,46</b>		
<b>17.10.2019 г Четвъртък</b>								
Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАЛ	№	Алергени
Закуска	130	Макаронени изделия със сирене	3,93	8,26	7,62	119,67	198	1,4
	200	Прясно мляко 3,2%	7,34	7,78	16,57	164,88	393,00	4
10.00 часа	100	Праскови	0,6	0,1	11,3	48,5	311	
Обяд	100	Таратор	3,32	4,75	4,9	74,85	120	4
	130	Свинско месо със зрял фасул	12,26	17,28	17,15	263,52	254	
	100							
	200	Банан	2,2	0,4	42	180,4	311	
	46	Хляб УС "Добруджа"	3,55	0,55	25,7	122		
Сл. закуска	60	Пандишпан	6,29	3,88	34,23	192,93	346	1,2,4
	200	Айрян	5,82	3,39	14,55	53,82	398	4
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>45,31</b>	<b>46,39</b>	<b>174,02</b>	<b>1220,57</b>		
<b>18.10.2019 г Петък</b>								
Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАЛ	№	Алергени
Закуска	85	Печен сандвич с кашкавал и яйце	9,53	12,4	23,64	244,28	52	2,4
	200	Прясно мляко 3,2%	7,34	7,78	16,57	164,88	393	4
10.00 часа	100	Грозде	0,5	0,1	16,2	67,7	311	
Обяд	100	Супа от тиквички	2,1	4,22	5,57	66,87	97	1,2,4
	130	Риба на фурна	13,66	12,32	5,23	180,26	222	3
	150	Компот от стерилизирани плодове	0,7	0,15	36,15	140,31	322	
	46	Хляб Ус "Добруджа"	3,55	0,55	25,7	122		
Сл. закуска	150	Мюсли	21,4	8,41	25,75	219,54	390	1,4
	100	Банан	1,1	0,2	21	90,2	311	
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>59,88</b>	<b>46,13</b>	<b>175,81</b>	<b>1296,04</b>		
<b>Средноседмичен енергиен прием за периода</b>			<b>38,86</b>	<b>39,92</b>	<b>187,98</b>	<b>1230,09</b>		

Изготвил: Мед.сестра-  
/ /

Утвърдил:  
Директор:.....

Домакин -

Готвач -









