

**Есенно меню за деца от 3 до 7 години II седмица (за периода 21.10.-25.10.2019 г.)**

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

<b>21.10.2019 г Понеделник</b>								
Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАL	№	Алергени
Закуска:	130	Спагети	9,38	13,15	7,19	181,69	201	1,4
	200	Натурален сок	0,6	0,4	39	162	397	
10.00 часа	100	Диня	0,8	0,2	11,8	52,2	311	
Обяд	100	Супа от птици със застрояка	5,06	4,81	6,72	87,25	123	1,2,4
	130	Яхния от зрял фасул	7,75	5,57	20,95	153,08	148	1,5
	150	Кисело мляко	4,95	4,8	7,05	91,2	332	4
	46	Хляб Ус "Добруджа"	3,55	0,55	25,7	122	35	1
Сл. закуска	100	Кекс с кисело мляко	7,8	11,55	52,8	340,49	6	1,2,4
	200	Медовина	0,2	0,12	18,64	70,96	396	мед
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>40,09</b>	<b>41,15</b>	<b>189,85</b>	<b>1260,87</b>		
<b>22.10.2019 г Вторник</b>								
Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАL	№	Алергени
Закуска	85	Печен сандвич с кайма и кашкавал	11,97	9,01	23,34	222,35	55	4
	200	Чай	0,2	0,1	5,4	23,2	391	
10.00 часа	200	Банан	2,2	0,4	4,2	180,4	311	
Обяд	100	Таратор 2%	3,32	4,75	4,9	74,85	120	4
	130	Месо с ориз	12,89	9,13	8,64	164,03	244	1
	100	Салата от домати и краставици	0,98	3,18	3,13	40,85	71	
	200	Праскова	1,2	0,2	22,6	97	311	
	46	Хляб "Пълнозърнест"	0,15	0,4	29	110		1
Сл. закуска	120	Макарони с яйца и захар на фурна	5,13	3,87	24,17	144,56	372	1,2,4
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>38,04</b>	<b>31,04</b>	<b>163,18</b>	<b>1057,24</b>		
<b>23.10.2019 г. Сряда</b>								
Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАL	№	Алергени
Закуска:	85	Сандвич с лютеница и сирене	5,65	1,26	35,31	153	51	
	200	Прясно мляко	7,34	7,78	16,57	164,88	393	4
10.00 часа	200	Синя слива	1,6	0,4	37,4	159,6	311	
Обяд	100	Супа по градинарски	2,57	4,99	10,29	89,7	99	1,2,4,5
	130	Пиле с картофи	10,12	5,76	17,9	152,93	228	
	150	Кисело мляко	4,95	4,8	7,05	91,2	332	4
	200							
	46	Хляб"Пълнозърнест"	0,15	0,4	29	110		
Сл. закуска	150	Крем какао	5,17	0,9	32,18	156,13	337	1,4
	100							
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>37,55</b>	<b>26,29</b>	<b>185,70</b>	<b>1077,44</b>		
<b>24.10.2019 г. Четвъртък</b>								
Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАL	№	Алергени
Закуска	150	Попара с прясно мляко	3,5	4,26	26,65	129,2	33	1,4
10.00 часа	200	Ябълка	0,6	0,6	29,4	125,4	311	
Обяд	100	Супа от праз лук	2,75	4,31	8,78	78,33	100	1,2,4,5
	130	Кюфтета по чирпански	12,76	16,79	13,27	248,28	265	1,2,5
								4
	200	Пъпеш	1,4	0,6	12,2	59,8	311	
	46	Хляб УС "Добруджа"	3,55	0,55	25,7	122	35	
Сл. закуска	100	Тутманик	11,18	16,19	46,73	377,37	29	1,2,4
	200	Айрян	5,82	3,39	14,55	53,82	398	4
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>41,56</b>	<b>46,69</b>	<b>177,28</b>	<b>1194,20</b>		
<b>25.10.2019 г Петък</b>								
Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАL	№	Алергени
Закуска	85	Сандвич с млечни продукти	16,13	21	24,45	333,96	43	4
	200	Чай	0,2	0,1	5,4	23,2	391	
10.00 часа	200	Ябълка	0,6	0,6	29,4	125,4	311	
Обяд	100	Супа с топчета от месо	5,39	4,56	3,43	74,75	130	1,2,4,5
	130	Риба с картофи и бял сос	7,64	10,14	17,51	182,17	219	3,4,5
	100	Салата от пресни краставици	1	3,14	2,4	38,66	70	
	200	Синя слива	1,6	0,4	37,4	159,6	311	
	46	Хляб УС "Добруджа"	3,55	0,55	25,7	122	35	
Сл. закуска	150	Мляко с ориз	5,27	0,43	35,3	158,87	335	4
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>41,38</b>	<b>40,92</b>	<b>180,99</b>	<b>1218,61</b>		
<b>Средноседмичен енергиен прием за периода</b>			<b>39,72</b>	<b>37,22</b>	<b>179,40</b>	<b>1149,87</b>		

Изготвил: Мед.сестра-

Утвърдил:

Директор:.....

Домакин -

Готвач -





