

ДГ "Здравец" гр. Иктиман детска ясла

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

Дата 07.10.2019г.

Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАЛ	№	Алергени
Закуска:	60	Печен сандвич с яйца и сирене	06.7	08.4	14.5	180	385	яйца, сирене
	100	Прясно мляко 3%	3.5	4.6	10.3	96	398	МЛЯКО
10.00 часа	50	Банан	0.3	0.3	14.9	63	280	
Обяд	100	1. Супа от картофи без застройкика	1.9	4.5	12.3	97	100	без застр. глутен
	130	2. Пилешко месо с фрикасе	14.5	8.6	12.7	186	141	
	50	3. Грозде	0.3	0.3	14.9	63	280	
	25	Хляб бял	1.8	0.28	13.85	66		
Сл. закуска	150	Мляко с грис	4.9	3.4	23.1	142	320	мляко
Среднодневен енергиен прием			34.00	30.38	116.55	893.00		

Дата 08.10.2019г.

Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАЛ	№	Алергени
Закуска	60	Печен сандвич с кашкавал	10.7	10.6	13.1	191	384	масло, кашкавал
	100	Прясно мляко 3%	3.5	4.6	10.3	96	398	мляко
10.00 часа	100	Круша	0.3	0.3	14.9	63	280	
Обяд	100	1. Супа от пилешко месо	4.5	4.6	2.6	70	75	без застр. глутен
	130	2. Яхния от леща	7.9	6.4	19.9	169	201	
	150	3. Кисело мляко с пресен плод 3,6%	1.9	1.7	8.8	58	291	
	30	Салата домати и краставици	0.2	1.4	0.9	18	230	
	25	Хляб бял	1.8	0.28	13.85	66		
	Сл. закуска	110	Мляко с ориз	5.7	8	24.3	192	
Среднодневен енергиен прием			38.50	37.86	108.63	923.00		

Дата 09.10.2019г.

Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАЛ	№	Алергени
Закуска:	60	Сандвич с мл. продукт и домати	7.3	9.1	15.2	173	377	масло, сирене
	100	Прясно мляко 3%	3.5	4.6	10.3	96	398	мляко
10.00 часа	100	Круши	0.3	0.3	14.9	63	280	
Обяд	100	1. Таратор-кисело мляко 3,6%	2	6.6	3.3	80	118	мляко
	130	2. Пилешко месо с картофи	12.9	7.1	12.8	167	145	
	150	3. Крем какао	5	4.4	22	148	342	
	25	Хляб бял	1.8	0.28	13.85	66		
	30	Салата пр.зеле и морков	0.4	1.4	1.6	21	233	
	Сл. закуска	110	Макарони на фурна	5.7	8	24.3	192	
Среднодневен енергиен прием			30.50	41.72	118.25	1006.00		

Дата 10.10.2019г.

Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАЛ	№	Алергени
Закуска	60	Сандвич с мармалад	2	3.2	32.1	165	367	масло
	100	Чай	0.3	0.1	11.4	48	399	
10.00 часа	100	Банан	0.3	0.3	14.9	63	280	
Обяд	100	1. Супа от зелен фасул	1.9	5.1	3.9	69	98	глутен
	130	2. Риба на пара	16.2	2.3	0	85	185	
	30	Картофи с масло	2.7	5	19.8	135	259	
	25	Хляб бял	1.8	0.28	13.85	66		
	150	3. Пшеница със сушени плодове	2.5	0.6	30.4	137	344	
	Сл. закуска	60	Сандвич с лютеница	2.4	4.1	15.8	110	
	30	Салата домати и краставици	0.2	1.4	0.9	18	230	
Среднодневен енергиен прием			30.30	22.38	143.00	896.00		

Дата 11.10.2019г.

Хр. прием	гр.		Б	М	В	ККАЛ	№	Алергени
Закуска	110	Попара смасло и сирене	3.8	8.4	14.8	150	60	масло, сирене
10.00 часа	50	Грозде	0.3	0.3	14.9	63	280	
Обяд	100	1. Таратор-кисело мляко 3,6%	2	6.6	3.3	80	118	мляко
	130	2. Пилешко месо с ориз и домати	13	7.6	18.2	194	148	
	50	3. Круши	0.3	0.3	14.9	63	280	
	25	Хляб бял	1.8	0.28	13.85	66		
	30	Салата пресни краставици	0.2	1.4	0.7	16	229	
Сл. закуска	60	Сандвич с масло и кашкавал	7.3	9.1	15.2	173	377	масло, кашкавал
	100	Айран	2.3	2.5	3.3	45	395	мляко
Среднодневен енергиен прием			31.20	36.43	89.15	850.00		

Средноседмичен енергиен прием за периода

30.40 35.23 110.35 913.60

Изготвил: Мед.сестра-  
З.ДУБЕЛОВА  
Учител-

Домакин -  
А.ЦЕНЕВА

Готвач- М.Велкова

Детска група  
"Здравец"  
Директор:  
В.КОЛЕВА

ИКТИМАН