

**ДГ "Здравец" гр. Ихтиман детска ясла от 0 до 3 год.**

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

Хр. прием		гр.	Дата 21.10.2019г.					Алергени
			Б	М	В	ККАЛ	№	
Закуска:	110	Макарони с масло и сирене	05.8	07.6	18.8	167	353	масло, сирене
10.00 часа	100	Банан	0.3	0.3	14.9	63	280	
Обяд	100	1. Супа от пиле със зеленчуци	6.3	4.8	4.2	86	85	
	130	2. Яхния от зрял фасул	8.1	6.6	19.7	170	200	глутен
	150	3. Кисело мляко с пресен плод 3,6%	1.9	1.7	8.8	58	291	мляко
	25	Хляб бял	1.8	0.28	13.85	66		
	30	Салата пресни домати	0.3	1.4	1.3	19	231	
Сл. закуска	60	Сандвич с конфитюр	2	3.2	32.1	165	367	масло
	100	Айран-кисело мляко 3,6%	2.3	2.5	3.3	45	395	мляко
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>28.00</b>	<b>27.78</b>	<b>116.95</b>	<b>839.00</b>		
Хр. прием		гр.	Дата 22.10.2019г.					Алергени
			Б	М	В	ККАЛ	№	
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	Ябълка	0.3	0.3	14.9	63	280	
Обяд	100	1. Крем супа от картофи и моркови	1.8	4.7	9.9	89	125	мляко, без застр.
	130	2. Пилешко с прясно зеле	12.6	7.2	4.5	133	147	
	100	3. Айран-кисело мляко 3,6%	2.3	2.5	3.3	45	395	мляко
	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
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>37.90</b>	<b>33.58</b>	<b>92.95</b>	<b>825.00</b>		
Хр. прием		гр.	Дата 23.10.2019г.					Алергени
			Б	М	В	ККАЛ	№	
Закуска:	60	Сандвич родопска закуска	5.5	2	13.9	96	378	масло, сирене
	100	Чай	0.3	0.1	11.4	48	399	
10.00 часа	50	Ябълка	0.3	0.3	14.9	63	280	
Обяд	100	1. Супа леща	3.7	4.3	9.6	92	115	глутен
	130	2. Риба на пара	16.4	2.3	0	85	185	риба
	150	3. Пшеница със сушени плодове	2.5	0.6	30.4	137	344	глутен
	25	Хляб бял	1.8	0.28	13.85	66		
	30	Моркови с масло	1	4.3	8	75	260	масло
Сл. закуска	60	Сандвич с конфитюр	2	3.2	32.1	165	367	масло
	30	Салата домати и краставици-на обяд	0.2	1.4	0.9	18	230	
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>33.50</b>	<b>18.78</b>	<b>135.05</b>	<b>845.00</b>		
Хр. прием		гр.	Дата 24.10.2019г.					Алергени
			Б	М	В	ККАЛ	№	
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	50	Ябълка	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 говеч	13.1	7.5	8.8	155	150	риба
	50	3 Круша	0.3	0.3	14.9	63	280	
	25	Хляб бял	1.8	0.28	13.85	66		
	Сл. закуска	110	Баница с ябълка	4.5	6.9	42.3	249	350
	100	Айран-кисело мляко 3,6%	2.3	2.5	3.3	45	395	мляко
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>38.50</b>	<b>39.58</b>	<b>124.75</b>	<b>1008.00</b>		
Хр. прием		гр.	Дата 25.10.2019г.					Алергени
			Б	М	В	ККАЛ	№	
Закуска	110	Баница със сирене	8.9	11.9	33.5	277	346	мляко, яйца
	100	Прясно мляко 3 %	3.5	4.6	10.3	96	398	мляко
10.00 часа	50	Грозде	0.3	0.3	14.9	63	280	
Обяд	100	1. Таратор-кисело мляко 3%	2	6.6	3.3	80	118	мляко
	130	2. Мусака от тиквички с ориз	2.9	7.5	16.2	144	224	мляко, яйца
	50	3. Ябълка	0.3	0.3	14.9	63	280	
	25	Хляб бял	1.8	0.28	13.85	66		
	30	Мешана салата	0.3	1.4	1.1	19	246	
Сл. закуска	60	Сандвич с лютеница и сирене	4	5.7	15.6	130	366	масло
<b>Среднодневен енергиен прием</b>			<b>24.00</b>	<b>38.58</b>	<b>123.85</b>	<b>938.00</b>		
<b>Средноседмичен енергиен прием за периода</b>			<b>32.38</b>	<b>31.66</b>	<b>117.15</b>	<b>891.00</b>		

Изготвил: Мед.сестра- **З.ДУБЕЛОВА**  
 Учитель- **А.ЦЕНЕВА**  
 Домакин - **А.ЦЕНЕВА**  
 Готвач- **М.Велкова**

Директор  
**В.КОЛЕВА**

