

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	04.13	03.46	18.4	120.18	198	масло, сирене
10.00 часа	200	Банан	2.2	0.4	42	180.4	311	
Обяд	100	1. Супа от птици със застр.	5.06	4.81	6.72	87.25	123	мляко, яйца
	130	2. Яхния от зрял фасул	7.75	5.57	20.95	153.08	148	глутен
	150	3. Кисело мляко 3,6%	4.95	4.8	7.05	91.2	332	мляко
	100	Салата пресни домати	0.98	3.18	3.13	45.39	72	
	45	Хляб пълнозърнест	4.3	0.7	22	115.5		
Сл. закуска	85	Сандвич сладък пастет	7.53	8.17	34.61	289.31	64	масло
	150	Кисело мляко 2%	4.95	4.8	7.05	91.2	332	мляко
Среднодневен енергиен прием			41.72	35.43	101.91	1173.51		
Хр. прием		гр.	Дата 22.10.2019г.					Алергени
			Б	М	В	ККАЛ	№	
Закуска	85	Печен сандвич с колбас и каш.	9.83	12.14	23.36	241.98	53	кашкавал
	200	Прясно мляко 3%	7.34	7.78	16.57	164.88	393	мляко
10.00 часа	200	Грозде	1	0.2	32.4	135.4	311	
Обяд	100	1. Крем супа от картофи	2.2	3.87	11.68	87.12	110	мляко, яйца
	130	2. Месо с прясно зеле	8.85	13.32	6.67	169.11	252	
	150	3. Айран - кисело мляко 3,6%	5.82	3.39	14.55	53.82	398	мляко
	45	Хляб пълнозърнест	4.3	0.7	22	115.5		
Сл. закуска	150	Мляко с грис	5.13	2.86	29.28	162.58	334	мляко
	Среднодневен енергиен прием			44.47	44.26	150.51	1130.39	
Хр. прием		гр.	Дата 23.10.2019г.					Алергени
			Б	М	В	ККАЛ	№	
Закуска:	85	Сандвич родопска закуска	12.48	7.1	26.32	201.29	46	масло, сирене
	200	Чай	0.2	0.1	5.4	23.2	391	
10.00 часа	200	Банан	2.2	0.4	42	180.4	311	
Обяд	100	1. Супа от леща по манастирски	2.13	3.15	5.89	54.52	105	глутен
	130	2. Риба на фурна	13.66	12.32	5.23	180.26	222	риба
	150	3. Ашуре	4.68	4.46	36.43	182.03	374	глутен
	100	Картофи сотирани	1.92	5.22	29.2	158.3	296	
	45	Хляб пълнозърнест	4.3	0.7	22	115.5		
Сл. закуска	85	Сандвич с конфитюр	4.85	6.01	47.76	246.7	37	масло
	100	Салата домати и краставици	0.98	3.18	3.13	40.85	71	
Среднодневен енергиен прием			47.40	42.64	223.36	1383.05		
Хр. прием		гр.	Дата 24.10.2019г.					Алергени
			Б	М	В	ККАЛ	№	
Закуска	85	Печен сандвич с кашкавал	14.18	7.91	27.42	229.4	47	масло, кашкавал
	200	Прясно мляко 3%	7.34	7.78	16.57	164.88	393	мляко
10.00 часа	100	Ябълка	0.6	0.6	29.4	125.6	311	
Обяд	100	1. Таратор-кисело мляко 3,6%	3.32	4.75	4.9	74.85	120	мляко
	130	2. Пиле по селски	10.41	8.91	17.7	174.4	227	
	100	3. Грозде	1	0.2	32.4	135.4	311	
	45	Хляб пълнозърнест	4.3	0.7	22	115.5		глутен
Сл. закуска	110	Шрудел с пресен плод	5.46	5.23	45	241.77	364	
	200	Айран - кисело мляко 2%	5.82	3.39	14.55	53.88	398	мляко
Среднодневен енергиен прием			52.43	39.47	209.94	1315.68		
Хр. прием		гр.	Дата 25.10.2019г.					Алергени
			Б	М	В	ККАЛ	№	
Закуска	110	Баница със сирене	10.89	15.42	31.93	304.22	1	сирене, яйца
	200	Прясно мляко 3%	7.34	7.78	16.57	164.88	332	мляко
10.00 часа	100	Грозде	1	0.2	32.4	135.4	311	
Обяд	100	1. Таратор-кисело мляко 3,6%	3.32	4.75	4.9	74.85	120	мляко
	130	2. Мусака с месо и тиквички	10.79	7.66	11.61	151.7	275	мляко, яйца
	100	3. Круша	0.6	0.8	29	125.6	311	
	100	Шопска салата	1.03	3.26	3.97	43.77	74	
	45	Хляб пълнозърнест	4.3	0.7	22	115.5		
Сл. закуска	85	Сандвич смасло, сирене и лютеница	13.05	15.21	4.19	204.22	62	масло
Среднодневен енергиен прием			52.32	55.78	156.57	1320.14		
Средноседмичен енергиен прием за периода			47.66	43.40	160.07	1264.55		

Изготвил:

Мед. сестра-
З.ДУБЕЛОВА

Учител:

Домакин -
А.ЦЕНЕВА

Готвач -
М.ВЕЛКОВА

