СЕДМИЧНО МЕНЮ-УЧЕНИЦИ
20.09.2021/24.09.2021

Утвърдил
/ДИРЕКТОР /.....

меню	гр/бр	№ рец-	Б	М	В	Ккал	вит.А	В1	В2	С	фолат	Fe	Ca	Na	Влак.
ПОНЕДЕЛНИК															
ТАРАТОР	150	112	2,9	7,6	5,00	100	31	0.05	0,15	3,3	18	0.3	98	150	0.6
ПИЛЕ-КАРТОФИ НА ФУРНА	150	225	25,7	7,5	12,60	221	36	0,11	0,13	14,1	14,8	1,1	19	158	1,3
БАНАН	200	357	1	0,2	23,4	99	199	0,04	0,06	15,5	12	0,3	21	1	3
ХЛЯБ ПЪЛНОЗЪРНЕСТ УС	50		4,5	0,55	27,3	127									
			35,1	20,75	72,2	611	403	0,19	0,4	70,9	72,8	1,8	158	389	5,3
ВТОРНИК															
СУПА КАРТОФИ	150	100	2,3	5,4	11,30	103	120	0,06	0,07	10,1	10	0,50	29	132	1
ПИЛЕ С ПРЯСНО ЗЕЛЕ	150	228	25,4	7,6	4,80	189	52	0,08	0,12	26,2	34,1	0,9	50	170	2,2
ГРОЗДЕ	200	357	0,9	0,2	29,3	122	11	0,16	0,09	17,5	6	0,5	31	2	1
ХЛЯБ БЯЛ УС	50		3,9	0,5	27,7	133									
			32,5	13,7	73,1	547	183	0,3	0,28	53,8	50,1	1,9	110	304	1370
СРЯДА															
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ЧЕТВЪРТЪК															
СУПА СПАНАК	150	79	4,8	9,7	9,70	146	478	0,11	0,17	44,2	88	2,2	199	196	3
КЕБАПЧЕТА НА СКАРА	100	285	17	18	0,9	234	1,7	0,38	0,48	1,7	6,2	1,4	6,132	132	0
МЕШАНА САЛАТА	100	298	1	4,9	3,9	64	137	0,04	0,06	38	28	0,4	20	80	1
КРУШИ	200	357	0,4	0,6	21,40	93	3	0,03	0,06	5,9	11	0,3	24	2	4
ХЛЯБ ПЪЛНОЗЪРНЕСТ УС	50		4,5	0,55	27,3	127									
			27,7	33,75	63,2	664	619,7	0,56	0,77	89,8	133,2	4,3	249,1	410	8
ПЕТЪК															
СУПА ЗЕЛЕНЧУЦИ	150	86	2,20	5,1	8,30	88	161	0,05	0,07	7,9	11	0,40	32	161	1,50
РИБА ПЕЧЕНА	80	219	18,7	26,20	0,6	236	36	0.07	0.26		0.7	0.9	20	187	0.3
САЛАТА ЗЕЛЕ	100	299	1,4	4,8	4,2	65	27	0,05	0,03	33,5	56	0,4	51	89	3
ЯБЪЛКА	200	357	0,4	0,4	20,8	89	7	0,02	0,02	8,1	4	0,1	14	2	3
ХЛЯБ БЯЛ УС	50		3,9	0,5	27,7	133									
			26,6	37	61,6	611	231	0,12	0,12	49,5	71	0,9	117	439	7,7