

СЕДМИЧНО МЕНЮ-УЧЕНИЦИ
10.01.2022/14.01.2022

УТВЪРДИЛ
/ДИРЕКТОР /.....*



МЕНЮ	гр/бр	№ релц-	Б	М	В	Ккал	вит.А	В1	В2	С	Фолат	Fe	Са	Na	Блак.
ПОНЕДЕЛНИК															
СУПА ЗЕЛЕНЧУЦИ	150	86	2,2	5,1	8,30	88	161	0,05	0,07	7,9	11	0,40	32	161	1,5
ТАС КЕБАП	150	261	17,6	9,7	4,10	174	73	0,05	0,1	5	11	1,4	15	160	1
ПОРТОКАЛ	200	357	1,8	0,2	22,9	101	42	0,18	0,08	106,9	61	0,4	80	6	4
ХЛЯБ БЯЛ УС	50		3,9	0,5	27,7	133									
			26,5	20,4	66,9	560	413	0,32	0,31	157,8	111	2,6	147	407	7,5
ВТОРНИК															
СУПА ПИЛЕ	150	116	8,5	4	6,70	96	161	0,04	0,08	4,9	8	0,40	33	162	1
ПИЛЕ СЪС ЗЕЛЕН ФАСУЛ	150	227	25	7,6	4,00	184	156	0,07	0,13	0,2	14,8	0,8	27	293	2,9
МЛЯКО С ГРИС	150	386	5,1	2,4	24,7	140	26	0,05	0,2	3,1	4	0,4	17	2	1
ХЛЯБ БЯЛ УС	50		3,9	0,5	27,7	133									
			42,5	14,5	63,1	553	343	0,16	0,41	8,2	26,8	1,6	77	457	15,87
СРЯДА															
СУПА ТОПЧЕТА	150	125	9,8	7,1	6,60	129	155	0,16	0,13	4,3	10	0,70	33	175	1
ОГРЕТЕН ОТ КАРТОФИ	120	171	7,5	8,6	20,60	190	82	0,1	0,16	16,1	15,7	0,9	80	402	
ПЛОДОВ СОК	200	424	0,6	0	25	110	26	0,05	0,2	3,1	4	0,4	17	2	1
ХЛЯБ БЯЛ УС	50		3,9	0,5	27,7	133									
			21,8	16,2	79,9	562	263	0,31	0,49	23,5	29,7	2	130	217	4
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	24	
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 С МЕСО	150	119	10,00	8,2	10,40	155	162	0,06	0,12	4,3	10	0,80	34	180	1,00
ПИЛЕ С ОРИЗ	150	232	26	11,90	19	246	15	0,09	0,1	1,5	6,8	0,8	11	158	1
ЯБЪЛКА	200	357	0,4	0,4	20,8	89	7	0,02	0,02	8,1	4	0,1	14	2	3
ХЛЯБ ПЪЛНОЗЪРНЕСТ УС	50		4,5	0,55	27,3	127									
			40,9	21,05	77,5	617	184	0,17	0,24	13,9	20,8	0,9	59	340	5,4