

СЕДМИЧНО МЕНЮ НА ДГ „ВЪЛШЕБСТВО“ с.КОЗАРСКО - 5 - 7 год.

2

от	2024 г. до	2024 г.	Ккал	Белт.	Мазн.	Въгл.
ПОНЕДЕЛНИК	Сутрешна зак.	Макар. с пр.мл. и сирене - а1; а4	216	8,7	6,15	31,35
Ккал 1201,3 Белт. 49,82 Мазн. 44,81 Въгл. 149,24						
	Подкреп. зак.	Ябълка	63	0,3	0,3	14,9
	Обяд	1. Супа топчета - а1	92,3	8,97	2,99	7,54
		2. Яйца на очи със сирене - а2; а4	187	11,6	14,4	3
		Сал. краст. и сос „Дзадз.“	60	0,8	4,1	5,1
		3. Кис.мляко - 3,6% - а4	93	4,8	5,4	6,3
		Хляб пълнозърнест - а1	128	4,45	0,42	25,7
	Следоб.зак.	Кифла с ябълка - а1; а2	297	6,9	7,3	51
		Айрян - а4	64,5	3,3	3,75	4,35
ВТОРНИК	Сутрешна зак.	Баница със сирене - а1; а2; а4	293	10,7	14,9	28,9
Ккал 1196 Белт. 52,57 Мазн. 45,66 Въгл. 142,79		Чай - отвара от липа	44,7	0,33	0,11	10,85
	Подкреп. зак.	Круша	64	0,3	0,4	14,7
	Обяд	1. Крем супа от моркови - а4	68,9	1,69	4,03	6,24
		2. Риба на фурна - а3	109	15,4	5,3	0
		Салата от картофи с лук	110	1,9	5,2	13,9
		3. Ябълка	63	0,3	0,3	14,9
		Хляб пълнозърнест - а1	128	4,45	0,42	25,7
	Следоб. зак.	Сандвич със шунка -а1	189	11,1	7,8	18,6
		Пр.мляко - 3,6% - а4	126	6,4	7,2	9
СРЯДА	Сутрешна зак.	Кекс с кисело мляко - а1; а2; а4	255	5,9	8,7	38,2
Ккал 1196,3 Белт. 51,84 Мазн. 37,89 Въгл. 161,12		Пр.мляко с какао - а4	172	7,2	6,4	21,6
	Подкреп. зак.	Ябълка	63	0,3	0,3	14,9
	Обяд	1. Таратор - а4	98,8	2,99	7,67	4,42
		2. Пиле с грах	216	25,1	6,6	14,1
		3. Круша	64	0,3	0,4	14,7
		Хляб пълнозърнест - а1	128	4,45	0,42	25,7
	Следоб.зак.	Палачинка с конфитюр - а1; а2; а4	199	5,6	7,4	27,5
ЧЕТВЪРТЪК	Сутрешна зак.	Печен с-ч със сирене - а1; а3; а4	191	8,1	8,7	20
Ккал 1183,5 Белт. 52,49 Мазн. 43,46 Въгл. 176,24		Чай - пакетиран билков	23,2	0,2	0,1	5,4
	Подкреп. зак.	Круша	64	0,3	0,4	14,7
	Обяд	1. Супа от месо с ориз	125	10,1	4,94	10,14
		2. Картофи на фурна със сир. - а4	227	6,9	7,8	32
		Сал. краст., домати, „Винегрет“	63	1,2	5,6	2
		3. Кис.мляко - 2% -а4	72	4,8	3	6,3
		Хляб пълнозърнест - а1	128	4,45	0,42	25,7
	Следоб.зак.	Бискв. торта - а1; а4	202	10	9,5	51
		Пр.мляко - 1,5% а4	88	6,4	3	9
ПЕТЪК	Сутрешна зак.	Пържени филии -а1; а2; а4	256,9	9,7	7,7	42,8
Ккал 1164,7 Белт. 50,48 Мазн. 31 Въгл. 175,82		Пр.мляко с какао - а4	172	7,2	6,4	21,6
	Подкреп. зак.	Ябълка	63	0,3	0,3	14,9
	Обяд	1. Супа от леща по манастир.	98,8	4,55	3,9	11,57
		2. Кюфтета, печени на фурна - а2	115	16,2	3	5,8
		Салата от картофи с лук	110	1,9	5,2	13,9
		3. Киви	51	1,1	0,5	10,6
		Хляб пълнозърнест - а1	128	4,45	0,42	25,7
	Следоб.зак.	Мляко с ориз -а4	170	5,1	3,6	28,95

Алергени: а1.Глутен; а2.Яйца; а3.Риба; а4. Мляко и мл. продукти

Изготвил: Готвач.....

Домакин:.....