

ЕТ ЯНКО МЕРМЕКЛИЕВ  
СЕДМИЧНО МЕНЮ  
изготвено на база "Сборник рецепти за ученически столове и бюфети "  
изд. Техника 2012 г.

№ Рецепта	ЯСТИЕ	ГРАМАЖ	КАЛОРИИ	Б	М	В
01,02,2019	<b>ПЕТЪК</b>					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	<b>ОБЯД</b>					
106	СУПА ОТ ЗЕЛЕНЧУЦИ *,**	150	216	5.6	9.9	2.27
285	КЮФТЕТА С ГАРН.	150	234	17	18	0.9
332	КИСЕЛО МЛЯКО **	150	91,2	4,95 .	4,8	7,05
04,02,2019	<b>ПОНЕДЕЛНИК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ (съдържа глутен)*****	90	122.30	6.58	0.72	47.34
	<b>ОБЯД</b>					
125	СУПА ПИЛЕ *, **, ***	150	96.00	8.5	4	6.7
148	ЛЕЩА ЯХНИЯ ***	150	175	9.4	5.3	22.5
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
05,02,2019	<b>ВТОРНИК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	<b>ОБЯД</b>					
121	МЛЕЧНА СУПА СЪС СИРЕНЕ * ** *****	150	119.00	4.2	7.8	8
256	ПИЛЕШКИ КЕБАП, ГАРН ОРИЗ	150	233	25.6	7.5	15.9
332	КИСЕЛО МЛЯКО **	150	91.2	4.95	4.5	7.1
06,02,2019	<b>СРЯДА</b>					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	<b>ОБЯД</b>					
132	СУПА ОТ РИБА ****	150	113	7.6	6	7
143	КАРТОФИ НА ФУРНА	150	174	5.7	7.7	20.6
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
07,02,2019	<b>ЧЕТВЪРТЪК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	0,36	23,67	3,29
	<b>ОБЯД</b>					
91	СУПА ОТ ДОМАТИ И ОРИЗ *,**	150	85	1.8	5.4	7.3
285	КЮФТЕТА С ГАРН.	150	234	17	18	0.9
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
08,02,2019	<b>ПЕТЪК</b>					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	
	<b>ОБЯД</b>					
106	СУПА ОТ ЗЕЛЕНЧУЦИ *,**	150	216	5.6	9.9	2,27
242	СВИНСКО С КАРТОФИ *****	150	215	18.8	9.7	13,04
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42

ЕТ ЯНКО МЕРМЕКЛИЕВ  
СЕДМИЧНО МЕНЮ  
изготвено на база "Сборник рецепти за ученически столове и бюфети "  
изд.Техника 2012 г.

11,02,2019	<b>ПОНЕДЕЛНИК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	<b>ОБЯД</b>					
119	СУПА ОТ МЕСО *,**	150	155	10	8.2	10.4
151	ЗРЯЛ ФАСУЛ ЯХНИЯ *****	150	175.00	9.4	5.3	22.5
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
12,02,2019	<b>ВТОРНИК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	<b>ОБЯД</b>					
112	ТАРАТОР **	150	100	2.9	7.6	5
242	СВИНСКО С КАРТОФИ *****	150	215	18.8	9.7	13.04
334	МЛЯКО С ГРИС *****	150	162,58	5,31	2,86	29,28
13,02,2019	<b>СРЯДА</b>					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	<b>ОБЯД</b>					
132	СУПА ОТ РИБА ****	150	113	7.6	6	7
196	СПАГЕТИ С КАШКАВАЛ И ДОМАТЕН СОС *****	150	236	8.7	11	25.8
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
14,02,2019	<b>ЧЕТВЪРТЪК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	<b>ОБЯД</b>					
123	СУПА ПИЛЕ *,**	150	96.00	8.5	4	6.7
155	КАРТОФИ ЯХНИЯ **	150	216,28	7,25	12,59	20,93
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
15,02,2019	<b>ПЕТЪК</b>					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105,3	3,6	0,77	20,97
	<b>ОБЯД</b>					
106	СУПА ОТ ЗЕЛЕНЧУЦИ *	150	216	9.9	2,27	26.2
235	ПИЛЕ ЗАДУШЕНО С ГАРН.ОРИЗ	150	181	24.6	7.5	3.7
332	КИСЕЛО МЛЯКО	150	91,2	4,95	4,8	7,05

1\* ястията съдържат яйца

2\*\* ястията съдържат мляко и млечни продукти /вкл. Лактоза/

3\*\*\* ястията съдържат целина.

4\*\*\*\* ястията съдържат риба и рибни продукти

5\*\*\*\*\* ястията съдържат сусамови семена

6\*\*\*\*\* ястията съдържат глутен

7\*\*\*\*\* ястията съдържат горчица

ЕТ ЯНКО МЕРМЕКЛИЕВ  
СЕДМИЧНО МЕНЮ  
изготвено на база "Сборник рецепти за ученически столове и бюфети "  
изд.Техника 2012 г.

18,02,2019	<b>ПОНЕДЕЛНИК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111.15	3.29	0.36	23.67
	<b>ОБЯД</b>					
123	СУПА ПИЛЕ *,**	150	96	8.5	4	6.7
148	ГРАХ ЯХНИЯ	150	132	6.3	5.1	15.2
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
19,02,2019	<b>ВТОРНИК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	<b>ОБЯД</b>					
112	ТАРАТОР **	150	100	2.9	7.6	5
232	ПИЛЕ С ОРИЗ*****	150	246	25.7	7.4	19.1
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
20,02,2019	<b>СРЯДА</b>					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	<b>ОБЯД</b>					
134	СУПА ОТ РИБА *****	150	113	7.6	6	7
189	КАРТОФЕНИ ШНИЦЕЛИ, Г-РА *,**	150	193,6	5,45	8,6	24,6
332	КИСЕЛО МЛЯКО	150	91,2	4,95	4,8	7,05
21,02,2019	<b>ЧЕТВЪРТЪК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****		111,15	3,29	0,36	23,67
	<b>ОБЯД</b>					
106	СУПА ОТ ЗЕЛЕНЧУЦИ *,**	150	216	9.9	2.27	26.2
260	СВИНСКО ВИНЕН КЕБАП	150	180	17.7	9.7	4.7
336	КРЕМ - ВАНИЛИЯ**	150	156,13	5,17	0,9	32,19
22,02,2019	<b>ПЕТЪК</b>					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	<b>ОБЯД</b>					
112	ТАРАТОР **	150	100	2.9	7.6	5
269	МУСАКА С МЕСО И КАРТОФИ *	150	212	12.9	8.4	21.1
335	МЛЯКО С ОРИЗ**	150	158,87	5,27	0,43	35,30

1\* ястията съдържат яйца

2\*\* ястията съдържат мляко и млечни продукти /вкл. Лактоза/

3\*\*\* ястията съдържат целина.

4\*\*\*\* ястията съдържат риба и рибни продукти

5\*\*\*\*\* ястията съдържат сусамови семена

6\*\*\*\*\* ястията съдържат глутен

7\*\*\*\*\* ястията съдържат горчица

ЕТ ЯНКО МЕРМЕКЛИЕВ  
СЕДМИЧНО МЕНЮ  
изготвено на база "Сборник рецепти за ученически столове и бюфети "  
изд.Техника 2012 г.

25,02,2019	<b>ПОНЕДЕЛНИК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	<b>ОБЯД</b>					
119	СУПА СВИНСКО МЕСО *,**, ***	150	155	10	8.2	10.4
151	ЗРЯЛ ФАСУЛ ЯХНИЯ	150	175.00	9.4	5.3	22.5
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
26,02,2019	<b>ВТОРНИК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	<b>ОБЯД</b>					
91	СУПА ОТ ДОМАТИ И ОРИЗ *,**	150	85	1.8	5.4	7.3
221	ПИЛЕ ФРИКАСЕ *,**	150	233	26.7	8.3	13
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
27,02,2019	<b>СРЯДА</b>					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	<b>ОБЯД</b>					
114	СУПА ПИЛЕ ВАРЕНО СЪС ЗЕЛЕНЧ	150	105	12	3.8	5.6
176	ВЕГЕТАРИАНСКА МУСАКА*,**	150	117	3.3	5.9	12.8
332	КИСЕЛО МЛЯКО	150	91,2	4,95	4,8	7,05
28,02,2019	<b>ЧЕТВЪРТЪК</b>					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	<b>ОБЯД</b>					
112	ТАРАТОР**	150	100	2.9	7.6	5
242	СВИНСКО МЕСО С КАРТОФИ	150	215	18.8	9.7	13.1
328	МУС С ПЛОД**	150	122,26	1,36	0,19	29,89

1\* ястията съдържат яйца

2\*\* ястията съдържат мляко и млечни продукти /вкл. Лактоза/

3\*\*\* ястията съдържат целина.

4\*\*\*\* ястията съдържат риба и рибни продукти

5\*\*\*\*\* ястията съдържат сусамови семена

6\*\*\*\*\* ястията съдържат глутен

7\*\*\*\*\* ястията съдържат горчица