

ЕТ ЯНКО МЕРМЕКЛИЕВ
СЕДМИЧНО МЕНЮ

изготвено на база "Сборник рецепти за ученически столове и бюфети "
изд.Техника 2012 г.

10. 02 - 14. 02. 2020

№ Рецепта	ЯСТИЕ	ГРАМАЖ	КАЛОРИИ	Б	М	В
10,02,2020	ПОНЕДЕЛНИК					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111.15	3.29	0.36	23.67
	ОБЯД					
119	СУПА МЕСО*****,*,**	150	155	10	8.2	10.4
151	ЯХНИЯ ОТ ЗРЯЛ ФАСУЛ *****	150	175	9.4	5.3	22.5
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
11,02,2020	ВТОРНИК					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	ОБЯД					
98	СУПА ОТ ЛЕЩА	150	122	5.2	4.9	14.1
273	РУЛО МОЗАЙКА*****,*,**	150	222	12.7	8.5	23.6
335	МЛЯКО С ОРИЗ**	150	158,87	5,27	0,43	35,30
12,02,2020	СРЯДА					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	ОБЯД					
116	СУПА ПИЛЕ*****,*,**	150	96.00	8.5	4	6.7
191	КАРТОФИ НА ФУРНА СЪС СИРЕНЕ **	150	234	17	18	0.9
332	КИСЕЛО МЛЯКО **	150	91.2	4.95	4.5	7.1
13,02,2020	ЧЕТВЪРТЪК					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****		111,15	3,29	0,36	23,67
	ОБЯД					
91	СУПА ОТ ДОМАТИ*****,*,**	150	85	1.8	5.4	7.3
285	КЮФТЕТА НА ФУРНА С ГАРН.	150	234	17	18	0.9
336	КРЕМ С КАРАМЕЛ**	150	156,13	5,17	0,9	32,19
14,02,2020	ПЕТЪК					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	ОБЯД					
132	СУПА ОТ РИБА *;***;****,****	150	113	7.6	6	7
186	ВЕГЕТАРИАНСКИ ГОВЕЧ	150	127	3.1	5.1	17.2
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42

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 суша мо ви семена

6***** ястията съдържат глутен

7***** ястията съдържат горчица

МЕНЮТО ПОДЛЕЖИ НА ПРОМЕНИ ПО НЕЗАВИСЕЩИ ОТ НАС ПРИЧИНИ!!!

ЕТ ЯНКО МЕРМЕКЛИЕВ
СЕДМИЧНО МЕНЮ

изготвено на база "Сборник рецепти за ученически столове и бюфети "
изд.Техника 2012 г.

17. 02 - 21. 02. 2020

№ Рецепта	ЯСТИЕ	ГРАМАЖ	КАЛОРИИ	Б	М	В
17,02,2020	ПОНЕДЕЛНИК					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	ОБЯД					
116	СУПА ПИЛЕ*****,*,**	150	96.00	8.5	4	6.7
148	ЯХНИЯ ОТ ЛЕЩА	150	175	9.4	5.3	22.5
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
18,02,2020	ВТОРНИК					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	ОБЯД					
112	ТАРАТОР	150	100	2.9	7.6	5
189	КАРТОФЕНИ ШНИЦЕЛИ С ГАРН.	150	193.6	5.45	8.6	24.6
389	КРЕМ ШОКОЛАД	150	150	5.2	3.2	27.4
19,02,2020	СРЯДА					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	ОБЯД					
132	СУПА ОТ РИБА *;***;****,****	150	113	7.6	6	7
151	ЯХНИЯ ОТ ЗРЯЛ ФАСУЛ *****	150	175	9.4	5.3	22.5
406	КЕКС*****,*,**	80	229	6.4	6.9	35.3
20,02,2020	ЧЕТВЪРТЪК					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	ОБЯД					
87	СУПА ПО ГРАДИНАРСКИ *****,*,**	150	74	2	4.1	7.2
221	ПИЛЕ ФРИКАСЕ *,**	150	233	26.7	8.3	13
331	ЙОГУРТ	150	180	4.9	5	29.1
21,02,2020	ПЕТЪК					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	ОБЯД					
113	МЛЕЧНА СУПА*****,*,**	150	119	4.2	7.8	8
243	МЕСО С ГРАХ *****	150	208	19.9	9.8	9.9
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 суша мо ви семена

6***** ястията съдържат глутен

7***** ястията съдържат горчица

МЕНЮТО ПОДЛЕЖИ НА ПРОМЕНИ ПО НЕЗАВИСЕЩИ ОТ НАС ПРИЧИНИ!!!

ЕТ ЯНКО МЕРМЕКЛИЕВ
СЕДМИЧНО МЕНЮ

изготвено на база "Сборник рецепти за ученически столове и бюфети "
изд.Техника 2012 г.

24. 02 - 28. 02. 2020

№ Рецепта	ЯСТИЕ	ГРАМАЖ	КАЛОРИИ	Б	М	В
24,02,2020	ПОНЕДЕЛНИК					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	ОБЯД					
129	СУПА ГУЛАШ С МЕСО***** , **,	150	70	4.9	3.1	5.6
147	ПЛАКИЯ ОТ ЗЕЛЕН ФАСУЛ	150	115	4.5	5.2	12.6
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
25,02,2020	ВТОРНИК					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	ОБЯД					
79	СУПА ОТ СПАНАК ***** , **,	150	146	4.8	9.7	9.7
225	ПИЛЕ С КАРТОФИ *,**	150	221	25.7	7.5	12.6
331	ЙОГУРТ	150	180	4.9	5	29.1
26,02,2020	СРЯДА					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	ОБЯД					
116	СУПА ПИЛЕ***** , **,	150	96.00	8.5	4	6.7
148	ЯХНИЯ ОТ ЛЕЩА	150	175	9.4	5.3	22.5
311	ПЛОД	150	120	2.2	0.4	42
27,02,2020	ЧЕТВЪРТЪК					
	ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	111,15	3,29	0,36	23,67
	ОБЯД					
112	ТАРАТОР	150	100	2.9	7.6	5
241	МЕСО С ОРИЗ *****	150	249	19	8.7	23.7
402	КРЕМ С ПАНДИШПАН*****	150	174	3.5	5.8	27
28,02,2020	ПЕТЪК					
	ПЪЛНОЗЪРНЕСТ ХЛЯБ ЗА ДЕНЯ *****	45	105.3	3.6	0.77	20.97
	ОБЯД					
118	ТЕЛЕШКО ВАРЕНО***** , **,	150	107	8.8	5.8	5
259	МЛЕЧЕН КЕБАП	150	218	20.7	12.1	6.6
349	РУЛО С КОНФИТЮР	50	211.94	4.7	2.58	43.76

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 суша мо ви семена

6***** ястията съдържат глутен

7***** ястията съдържат горчица

МЕНЮТО ПОДЛЕЖИ НА ПРОМЕНИ ПО НЕЗАВИСЕЩИ ОТ НАС ПРИЧИНИ!!!