


СЕДМИЧНО МЕНЮ от 09.12 до 13.12.2024г.

№ на рецепта	ПОНЕДЕЛНИК	Грам	Б	М	В	ККАЛ
261	Тас кебап от пилешко месо +А	150	17,6	9,7	4,1	174,00
17	Мъфин със сирене и маслини +А,Б,Г	100	8,5	7	49	294,00
35,3	Хляб бял + А	100	7,4	0,8	52,8	272
	ОБЩО:	350	33,5	17,5	105,9	740
	ВТОРНИК					
112	Таратор 2% +Г	150	2,9	7,6	5	100,00
241	Свинско с гъби и ориз +Г	150	19	8,7	23,7	249,00
35,2	хляб пълнозърнест + А	100	8,3	1,2	48,4	235
	ОБЩО:	400	30,2	17,5	77,1	584
	СРЯДА					
267	Кюфтенца мариновани +А,Б,Г,Д	180	16,7	2,9	19,5	171,00
427	Плодово мляко 2% +Г	200	3,4	2,2	7,8	65,00
35,3	Хляб бял + А	100	7,4	0,8	52,8	272
	ОБЩО:	480	27,5	5,9	80,1	508
	ЧЕТВЪРТЪК					
100	Супа от картофи +А,Б,Г	150	2,3	5,4	11,3	103,00
219	Филе скумрия на фурна +В	80	19,7	15,6	0,6	221,00
300	Г-ра зеле с моркови	150	1,5	5,8	6,3	83,00
35,2	хляб пълнозърнест + А	100	8,3	1,2	48,4	235
	ОБЩО:	480	31,8	28	66,6	642
	ПЕТЪК					
238	Пилешко филе със сметана и шунка+А,Г	150	22,5	13,3	4,9	229,00
357	Плод	200	0,4	0,4	20,8	89,00
35,3	Хляб бял + А	100	7,4	0,8	52,8	272
	ОБЩО:	450	30,3	14,5	78,5	590
			Б	М	В	ККАЛ
	% прием за седмица		153,3	83,4	408,2	3064
	% средно за деня		20,013055	24,497389	53,289817	612,8

ИЗГОТВИЛ:  Инж.тех..И.Антонов

Жстията обозначени с + съдържат вещества или продукти причиняващи алергии или непоносимост /зърнени култури, ракообразни, яйца, риба, фъстъци, соя, мляко, ядки, целина, синап, сусамово семе, серен диоксид и сулфати с концентрация над 10 mg/kg, лупина, мекотели/ или продукти от изброените вещества.

ЛЕГЕНДА: