

СЕДМИЧНО МЕНЮ от 17.03 до 21.03. 2025 г.

№ на рецепта	ПОНЕДЕЛНИК	Грам	Б	М	В	ККАЛ
112	Таратор 2% +Г	150	2.9	7.6	5	100.00
232	Пиле с ориз +Г	150	25.7	7.4	19.1	246.00
35.3	Хляб бял А	100	7.4	0.8	52.8	272
	ОБЩО:	400	36	15.8	76.9	618
	ВТОРНИК					
246	Телешко със зеленчуци +А	150	18.1	9.9	6.2	186.00
427	Плодово мляко 2% +Г	200	3.4	2.2	7.8	65.00
35.2	хляб пълнозърнест А	100	8.3	1.2	48.47	235
	ОБЩО:	450	29.8	13.3	62.47	486
	СРЯДА					
268	Кюфтенца с бял сос +А, Б,Г	180	18.7	6.9	17.7	208.00
17	Мъфин с какао +А,Б,Г	100	8.5	7	49	294.00
35.3	Хляб бял А	100	7.4	0.8	52.8	272
	ОБЩО:	380	34.6	14.7	119.5	774
	ЧЕТВЪРТЪК					
98	Супа от леща +А,Д	150	5.2	4.9	14.1	122.00
220	Филе скумрия на фурна +В	80	26.7	8.3	13	233.00
300	г-ра зеле и моркови+Д	100	1.2	4.8	5.2	69.00
35.2	хляб пълнозърнест А	100	8.3	1.2	48.47	235
	ОБЩО:	430	41.4	19.2	80.77	659
	ПЕТЪК					
323	Руло Мозайка + Б	100	21.78	21.74	16.26	347.85
349	г-ра задушен ориз, грах и моркови +Г	150	5.6	5.3	25.9	174.00
357	Плод ябълка	200	0.4	0.4	20.8	89.00
35.3	Хляб бял А	100	7.4	0.8	52.8	272
	ОБЩО:	550	35.18	28.24	115.76	882.85
			Б	М	В	ККАЛ
	% прием за седмица		176.98	91.24	455.4	3419.85
	% средно за деня		20.700323	24.011579	53.265494	683.97

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: