

СЕДМИЧНО МЕНЮ от 25.11. до 29.11. 2024 г.

| № на рецепта | ПОНЕДЕЛНИК | Грам | Б | М | В | ККАЛ |
|--------------|---------------------------------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
| 238 | Пилешко филе със сос+А | 150 | 22,5 | 13,3 | 4,9 | 229,00 |
| 423 | Арабско реване + А | 120 | 2,41 | 7,3 | 27,02 | 183,4 |
| 35,3 | Хляб бял А | 100 | 7,4 | 0,8 | 52,8 | 272 |
| | ОБЩО: | 370 | 32,31 | 21,4 | 84,72 | 684,4 |
| | ВТОРНИК | | | | | |
| 112 | Таратор 2% +Г | 150 | 2,9 | 7,6 | 5 | 100,00 |
| 241 | Св.месо ризо +Г | 150 | 19 | 8,7 | 23,7 | 249,00 |
| 35,2 | хляб пълнозърнест А | 100 | 8,3 | 1,2 | 48,47 | 235 |
| | ОБЩО: | 400 | 30,2 | 17,5 | 77,17 | 584 |
| | СРЯДА | | | | | |
| 267 | Кюфтенца по ловджийски +А,Б,Г,Д | 180 | 16,7 | 2,9 | 19,5 | 171,00 |
| 427 | Флодово мляко +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 | | | | | |
| 86 | Супа от зеленчуци +А,Б,Г | 150 | 2,2 | 5,1 | 8,3 | 88,00 |
| 220 | Печено рибно филе +В | 80 | 19,7 | 15,6 | 0,6 | 221,00 |
| 300 | г-ра прясно зеле с моркови+Д | 120 | 1,5 | 5,8 | 6,3 | 83,00 |
| 35,2 | хляб пълнозърнест А | 100 | 8,3 | 1,2 | 48,47 | 235 |
| | ОБЩО: | 450 | 31,7 | 27,7 | 63,67 | 627 |
| | ПЕТЪК | | | | | |
| 248 | Телешко месо гулаш +А,Д | 150 | 18,6 | 9,8 | 8,3 | 196,00 |
| 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 | 26,4 | 11 | 81,9 | 557 |
| | | | Б | М | В | ККАЛ |
| | % прием за седмица | | 148,11 | 83,5 | 387,56 | 2960,4 |
| | % средно за деня | | 20,012161 | 25,385083 | 52,365897 | 592,08 |

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: