

Есенно меню детска ясла I седмица (за периода 14.10-18.10.2019 г.)

Храните от менюто с количество на енергийност , белтъчини, мазнини, въглехидрати ,№ на рецепта, алергени

Хр. прием	гр.	14.10.2019 год. Понеделник						
			Б	М	В	KKAL	№	Алергени
Закуска:	150	Попара със сухар и сирене	3,8	8,4	14,8	150	60	1,4
10.00 часа	100	Плод	0,3	0,3	14,9	63	280	
Обяд	50	Крем супа от пилешко месо	2,25	2,3	1,3	35		1,4
	130	Яхния от картофи	2,8	6,2	20,5	149	198	4
	100	Плод	0,3	0,3	14,9	63	280	
	25	Хляб УС	1,78	0,28	12,85	61		
Сл. закуска	150	Баница с ябълки	4,5	6,9	42,3	249	350	1,2,4
	100	Айрян	2,3	2,5	3,3	45	395	4
Среднодневен енергиен прием			18	27,18	124,85	815,00		
Хр. прием	гр.	15.10.2019 г. Вторник						
			Б	М	В	KKAL	№	Алергени
Закуска	60	Сандвич с яйчен пастет	5,5	8,8	13,8	156	379	1,2,4
	100	Прясно мляко	3,3	4,6	10,3	96	398	4
10.00 часа	100	Плод	0,3	0,3	14,9	63	280	
Обяд	50	Таратор	1	3,3	1,65	40	118	4
	60	Кюфтета на пара	14,6	4,1	2,8	107	179	1,4
	70	Пюре от картофи и моркови	1,54	3,22	10,15	75,6	253	4
	100	Плод	0,3	0,3	14,9	63	280	
	25	Хляб УС	1,75	0,28	12,85	61		1
Сл. закуска	100	Млечна баница	6,3	10,6	30,6	243	352	1,2,4
	100	Айрян	2,3	2,5	3,3	45	395	4
Среднодневен енергиен прием			36,89	38,00	115,25	949,60		
Хр. прием	гр.	16.10.2019 г. Сряда						
			Б	М	В	KKAL	№	Алергени
Закуска:	60	Печен сандвич със сирене	7,2	9,3	14,9	173	383	1,4
	100	Прясно мляко	3,5	4,6	10,3	96	398	4
10.00 часа	100	Плод	0,3	0,3	14,9	63	280	
Обяд	50	Супа от зеленчуци със застрояка	0,85	2,6	2,7	37,5	96	2,4,5
	130	Пай с пилешко месо	12,9	10,2	15,3	205	177	1,2,4
	30	Шопска салата с печена пиперка	1,3	2,6	1,5	35	244	4
	100	Плод	0,3	0,3	14,9	63	280	
	25	Хляб УС	1,75	0,28	12,85	61		
Сл. закуска	100	Бисквитена торта с млечен крем	4,6	4,5	36,8	205	338	1,2,4
	100	Прясно изцеден сок	0,2	0	12,4	52	386	
			32,90	34,68	136,55	990,50		
Хр. прием	гр.	17.10.2019 г. Четвъртък						
			Б	М	В	KKAL	№	Алергени
Закуска	100	Макаронени изделия със сирене	5,8	7,6	18,8	167	353	1,4
	100	Прясно мляко	3,5	4,6	10,3	96	398,00	4
10.00 часа	100	Плод	0,3	0,3	14,9	63	280	
Обяд	50	Таратор	1	3,3	1,65	40	118	4
	130	Пилешко месо със зелен фасул	13	7,2	5,5	139	146	1,4
	100	Плод	0,3	0,3	14,9	63	280	
	25	Хляб УС	1,75	0,28	12,85	61		1
	46							
Сл. закуска	100	Пандишпан	10,3	6,3	42,2	267	357	1,2,4
	100	Плодов шейк с прясно мляко	2,5	2,3	5,6	53	397	4
Среднодневен енергиен прием			38,45	32,18	126,70	949,00		
Хр. прием	гр.	18.10.2019 г. Петък						
			Б	М	В	KKAL	№	Алергени
Закуска	60	Сандвич с млечни продукти	7,3	9,1	15,2	173	377	1,4
	100	Прясно мляко	3,5	4,6	10,3	96	398	4
10.00 часа	100	Плод	0,3	0,3	14,9	63	280	
Обяд	50	Супа от тиквички със застрояка	0,4	2,15	3	33	94	1,2,4
	130	Задушена риба със доматиен сос	9,3	7,3	4,3	120	183	3,5
	100	Компот от пресни плодове	0,3	0,2	9,8	42	286	
	25	Хляб УС	1,75	0,28	12,85	61		
Сл. закуска	150	Млечен десерт от овес, ядки, плод	3,5	4,8	20,2	138	329	1,4
	200							
Среднодневен енергиен прием			26,35	28,73	90,55	726,00		
Средноседмичен енергиен прием за периода			30,52	32,15	118,78	886,02		

Изготвил: Мед.сестра-
/ /

Утвърдил:
Директор:.....

Домакин - / / Готвач - / /

