УТВЪРДИЛ: ДИРЕКТОР /Г.ХАСАНОВ/

ОП "ДЕТСКО И УЧЕНИЧЕСКО СТОЛОВО ХРАНЕНЕ " СБОРНИК РЕЦЕПТИ изд.2020
"КУХНЯ МАЙКА" ЗА ДЕТСКИ ГРАДИНИ №1, №2, №3, №8, №4, №10, Въбел, ОДЗ, №5, №6, №7, №9, Лиляк
ЕСЕН 2026.-/3 16.11.-20.11.2026

ДНИ ОТ СЕДМИЦАТА	№ на рецепта	алерг. съставки	НАИМЕНОВАНИЕ НА РЕЦЕПТА	ГРАМАЖ НА 1 ПОРЦИЯ	ИЗПОЛЗВАНИ ПРОДУКТИ	3–6 г. БЕЛТ.	МАЗНИНИ	ВЪГЛЕХ.	КАЛОРИИ	5-7 г. БЕЛТ.	МАЗНИНИ	ВЪГЛЕХ.	КАЛОРИИ
понеделник	72	4,3,	Макарони със сирене	150	/макарони,сирене краве масло/	8.85	9.75	27.9	234	8.85	9.75	27.9	234
	419	3	Прясно мляко с какао	150	/краве мляко 2%/	5.40	4.80	16.20	129.00	5.40	4.80	16.20	129.00
10:00 часа	359	7	Банан	100	/банан/	1.00	0.20	23.40	99.00	1.00	0.20	23.40	99.00
обяд	69	3,4,1,8,9	Зеленчукова супа от карфиол /зеле/	100/130/	/карфиол,броколи,/зеле/моркови,картофи,масло,кис мляко яйце,копър,сол./	2.2	3.4	5.1	60	2.86	4.42	6.5	78
	270	4,9,8	Месо със зелен фасул	130/150/	/месо, масло сл., лук,зелен фасул,домати черв. пипер, магданоз кис мляко,сол,брашно тип 700 /	17.20	4.9	7.2	141	20.90	5.9	8.3	170
	313		Салата от краставици	50/80/	/пресни краставици,сос,, Дзадзики/	0.50	2.50	3.20	38.00	0.80	4.10	5.10	60.00
	387	3,7	Кисело мляко с пресни плодове	150/	/краве кисело мляко,ябълка,киви,банан/	1.80	2.10	14.80	85.00	1.80	2.10	14.80	85.00
			Хляб пълнозърнест	36	/пълнозърнест хляб/	3.06	0.28	16.20	88.20	6.12	0.56	32.40	176.40
16 часа	77	1,3,4,7	Зърнена закуска с мляко	/120/150/	/корнфлейкс/безглутенов/,сушени плодове, кисело мляко/	4.9	4.4	22.5	180	6.15	5.5	28.2	187
						44.91	**32.33**	**136.50**	**1054.20**	**53.88**	**37.33**	**162.80**	**1218.40**
						17.04	***31.17***	***51.79***	**%**	***17.69***	***28.86***	***53.45***	**%**
вторник	32	4,3	Сандвич с шунка и кашкавал	75	,хляб УС № 03/2011,шунка,кашкавал краве,кр масло/	11	10.5	18.3	213	11	10.5	18.3	213
	418	3	Прясно мляко с какао	150/	/краве мляко 2%/	5.40	4.80	16.20	129.00	5.40	4.80	16.20	129.00
10:00 часа	359	7	Круша	100	/круша/	0.30	0.40	14.70	84.00	0.30	0.40	14.70	84.00
обяд	99	,8,9	Крем супа от тиквички	100/130	/тиквички,,лук,морков,сл.масло,прясно мляко,копър,сол./	1.3	3.1	3.4	47	1.8	4.03	4.42	61.1
	289	8.9	Мусака от месо и картофи	130/150	/сол,месо за кайма ,масло,/лук,картофи,домати,сол,чубрица,ч.пипер,брашно тип	16.90	5.5	20.3	199	19.50	6.4	23.3	228
	323		Салата от моркови	50/80/	/пресен морков,сос "Винегрет"	0.40	3.50	3.80	48.00	0.70	5.60	6.10	77.00
		4	Хляб пълнозърнест	36/36+36/	/пълнозърнест хляб/	3.06	0.28	16.20	88.20	3.06	0.28	16.20	88.20
	388	3	Компот	150/		2.40	0.30	32.80	143.00	2.40	0.30	32.80	143.00
16 часа	403	4, 3,8,7	Млечен десерт с пресен плод и овесени ядки	100/150/	Банани,други плодове,овесени ядки,пр мляко,кр масло,захар, орехи смлени/	4.10	5.80	22.00	157.00	6.15	8.70	33.00	235.00
						44.86	**34.28**	**147.70**	**1088.20**	**56.11**	**41.11**	**185.02**	**1238.30**
						16.49	***29.22***	***54.29***	**%**	***16.19***	***30.51***	***53.31***	**%**
сряда	33	1,4,3,8	Сандвич с мляно месо и кашкавал	75	/месо за кайма,кашкавал,яйце,,чубрица,,хляб УС № 03/2011 /	12.50	4.00	18.80	160.00	12.50	4.00	18.80	160.00
	419	3	Кр,кисело мляко	/150/	/краве кисело мляко 3,6 %,/	4.95	4.8	7.05	91.2	4.95	4.8	7.05	91.2
10:00 часа	359	7	Ябълка или друг сезонен плод	/100/	/ябълки/	0.60	0.60	29.40	62.70	0.60	0.60	29.40	62.70
обяд	120	9;8,	Супа от пилци	100/130/	пилешко месо, масло сл., моркови, целина, броколи,,лук, копър, лимон, сол/	7.4	2.7	4.1	70	9.62	3.51	5.2	91
	198	9,4,8,1,3	Гювеч по овчарски	130/150/	пиперки,домати,масло,/лук мляко,сирене,яйца,брашно,магданоз,сол/	8.40	10.8	11.6	177	9.70	12.4	13.4	204
	319	9	Салата зеле и моркови с сос Винегрет	50/80/	/зеле бяло, морков, масло сл., лимон за сок, целина, магданоз. сол/	0.6	3.5	2.6	45	1	5.7	4.2	72
		4	Хляб пълнозърнест	36/36+36/	/пълнозърнест хляб/	6.12	0.56	32.40	176.40	6.12	0.56	32.40	176.40
	404	3	Мляко с ориз	100/150/	/кремляко,ориз,ванилия,канела,захар/	3.40	2.40	19.30	113.00	5.10	3.60	29.40	169.50
16 часа	405	3,4,7	Бишкоти с кисело мляко и плодове	80/100	/бишкоти,кисело мляко,захар пудра,лимон за сок,плодове пресни/	2.88	2	21.35	116	3.6	2.5	26.7	145
	416		Отвара	/100/200/	сушени плодове,захар	0.30	0.10	11.40	47.00	0.60	0.20	22.80	94.00
						47.15	**31.46**	**158.01**	**1058.30**	**53.79**	**37.87**	**189.35**	**1265.80**
						17.92	***22.46***	***59.72***	**%**	***17.00***	***23.17***	***59.84***	**%**

четвъртък	34	1,4,3,	Баница със сирене	100	/, готови кори ,краве сирене,кис мляко,яйца,масло/	8.56	11.92	23.12	241.30	10.70	14.90	28.90	293.00
	419	3	Кр,кисело мляко	/150/	/краве кисело мляко 3,6 %,/	4.95	4.8	7.05	91.2	4.95	4.8	7.05	91.2
10:00 часа	359	7	Ябълка	/100/	/ябълка/	0.60	0.60	29.40	62.70	0.60	0.60	29.40	62.70
обяд	93	9,8	Супа от домати	100/130/	/домати,лук,моркови,целина глави,ориз,копър,сл. олио, сол/	0.80	2.9	5.4	51	1.04	3.77	7.02	66.3
	238	6,7,8	Бяла риба със зеленчуци	130/150/	/риба филе (Хек), масло сл,магданоз,домати,целина,картофи,грах,, лимон, сол/	15.10	4.80	7.20	132.00	17.40	5.50	8.30	152.00
	323		Салата от моркови	50/80/	/пресен морков,сос "Винегрет"	0.40	3.50	3.80	48.00	0.70	5.60	6.10	77.00
		4	Хляб пълнозърнест	36/36+36	/пълнозърнест хляб/	3.06	0.28	16.20	88.20	3.06	0.28	16.20	88.20
	389	7	Кисел от пресни плодове	/100/150	/есенен плод/	0.30	0.20	14.90	62.00	0.45	0.30	22.35	93.00
16 часа	30	4.2	Сандвич с мед и масло	65	,хляб УС № 03/2011,пчелен мед,ко масло/	2.80	4.40	37.80	202.00	2.80	4.40	37.80	202.00
	416		Отвара	/100/200/	сушени плодове,захар	0.30	0.10	11.40	47.00	0.60	0.20	22.80	94.00
						36.87	**33.50**	**156.27**	**1025.40**	**42.30**	**40.35**	**185.92**	**1219.40**
						14.38	***24.66***	***60.95***	**%**	***13.88***	***25.14***	***60.99***	**%**
петък	17	1,3,4	Шопски пастет	75	/,хляб УС № 03/2011, яйца, сирене, краве масло/	8.40	10	20.01	204	8.40	10	20.01	204
	303	9	Пиперка	/50/80/	/лентички от зелена пиперка за сандвича/	0.6	0.3	2.7	15	1	0.4	3	25
	416		Отвара	/100/200/	сушени плодове,захар	0.30	0.10	11.40	47.00	0.60	0.20	22.80	94.00
10:00 часа	359	7	Ябълка	/100/	/ябълка/	0.30	0.30	14.90	63.00	0.60	0.60	29.80	63.00
обяд	87	1,3,4,8,9	Супа от праз лук със застройка	100/130/	Лук праз,целина,моркови,ориз,домати,масло,мляко кисело,яйца,копър,сол/	2	3.5	5.6	62	2.6	4.55	7.28	80.6
	250	8,9,	Пиле с тиквички и домати	130/150/	/пилешко месо, безглутеново брашно/, сл. Масло,морков,тиквички,домати,копър, магданоз, сол/	14.10	8.6	5.8	157	17.30	10.2	6.6	187
	319	9	Салата от прясно зеле	50/80/	/зеле бяло, , масло сл., лимон за сок, целина, магданоз, сол/	0.6	3.5	2.6	45	1	5.7	4.2	72
	396	7	Крем ванилия с плодове	150	/плод,нишесте,захар,мляко//	3.70	2.50	15.20	96.00	3.70	2.50	15.20	96.00
		4	Хляб пълнозърнест	36	/пълнозърнест хляб/	3.06	0.28	16.20	88.20	6.12	0.56	32.40	176.40
16 часа	406	1,3,4,7	Пандишпан с плодове	100	/плод,брашнотип 700 или безглутеново/яйца,захар,бакпулвер,ванилия/	4.40	8.10	37.30	240.00	4.40	8.10	37.30	240.00
						37.46	37.18	131.71	1017.20	45.72	42.81	178.59	1238.00
						14.73	***33.48***	***51.79***	**%**	***14.77***	***27.53***	***57.70***	**%**

ХРАНАТА СЕ ДОСТАВЯ С ТРАНСПОРТНИ СРЕДСТВА ПРИТЕЖАВАЩИ УДОСТОВЕРЕНИЯ ЗА РЕГИСТРАЦИЯ
НА ОСНОВАНИЕ НА ЧЛ 246 АЛ 4 ОТ ЗВД И ЧЛ 6 ОТ РЕГЛАМЕНТ (ЕО) №852/2004

ХРАНИ КОИТО НАЙ-ЧЕСТО МОГАТ ДА ПРЕДИЗВИКАТ АЛЕРГИЧНИ РЕАКЦИИ:

1 - яйца
2 - мед
3 - мляко
4 - пшеница
5 - шоколад
6 - риба
7 плодове/
8 подправки
9 зеленчуци

при необходимост и извънредни ситуации менюто може да претърпи корекции

ИЗГОТВИЛ: технолог: мед.лице: / инж.Е.СТАНЧЕВА/ /Д-р М. Стефанова /

УТВЪРДИЛ: Директор:/Г.ХАСАНОВ/