



ОП „ДЕТСКО И УЧЕНИЧЕСКО ХРАНЕНЕ” гр. ТЪРГОВИЩЕ
7700 Търговище, ул. „В. Петлешков” 27, тел.: 0601/64963, e-mail: stolovohranene@abv.bg

Gyursel
Hasanov
Hasanov

Digitally signed by Gyursel
Hasanov Hasanov
Date: 2026.09.23 08:16:57
+03'00'

Утвърдил:.....
Директор:

Меню за ученици от I до IV клас, сезон Есен 2026, седмица 05.10-09.10.2026г.

менюто е изготвено с рецепти от "Сборник с рецепти за ученически столове и бюфети" изд.2012г. и е съобразено с изискванията на Наредба Н-3 от 3 октомври 2025г. за здравословно хранене на учениците

ден от седмицата	№ на рецепта	алергени	наименование на рецептата	грамаж 1 порция	използвани продукти	6-9г.				10-13г.			
						белт.	мазни ни	въгле х.	калории	белт.	мазнин и	въглев ид.	калори и
понеделник	116	1,23	Супа от птици	150/200	пил.месо, фиде лук, морков, брашно, яйца, кис.мляко	8,5	4	6,7	96,00	11,3	5,3	8,8	128,00
	155	3	Яхния от картофи	150/250	картофи, лук, морков, сл.масло, домати, магданоз, брашно	3	4,8	21,3	140,00	4,9	7,8	35,5	232,00
	394	2	Кисело мляко с плод	150/200	Кисело мляко 2%, плод	4,7	4,5	21,3	145,00	4,7	4,5	21,3	145,00
		3	Хляб пълнозърнест	35	пълнозърнест хляб	6,12	0,58	35,3	170,00	6,12	0,58	35,3	170,00
						22,32	13,88	84,6	551,00	27,02	18,18	100,9	675,00
						16,20	22,67	61,42	%	16,01	24,24	59,79	%
вторник	112	2	Таратор	200	краставица, кис.мляко 3,6%, сл.масло, копър	3,9	10,5	6,8	100	3,9	10,5	6,8	138
	242	2	Тас кебап	150/250	св.месо, ориз, лук, к-ва домати, брашно, магданоз	17,6	9,7	4,1	174,00	16	6,5	1,2	275
	357		Грозде	200		0,90	0,2	29,3	122,00	1,10	0,2	36,6	153,00
		3	Хляб пълнозърнест	35/70	пълнозърнест хляб	6,12	0,58	35,3	170,00	6,12	0,58	35,3	170,00
						28,52	20,98	75,50	566,00	27,12	17,78	79,90	736,00
						20,16	33,36	53,36	%	14,74	21,74	43,42	%
сряда	222		Риба на фурна	80/100	филе скумрия, сл.масло	19,70	15,6	0,6	221,00	24,62	19,5	0,75	273,98
	332	2	Печени картофи на фурна	80/100	картофи, кр.масло, вагданоз	2,00	4,2	16,5	112,00	2,00	4,2	16,5	112,00
	294		С-та от зеле и моркови	100/120	зеле, морковисл.масло, магданоз	1,20	4,8	5,2	69,00	1,50	5,8	6,3	83,00
	389	2,3	Крем какао	150	пр.мляко 3%, нишесте, какао, захар	4,70	5,1	14,2	150,00	4,70	5,1	14,2	150,00

		3	Хляб пълнозърнест	35	пълнозърнест хляб	3,06	0,29	17,65	85,32	3,06	0,29	17,65	85,32
						30,66	29,99	54,15	637,32	35,88	34,89	55,4	704,30
						19,24	42,35	33,99	%	20,38	44,58	31,46	
четвъртък	282		Пилешка пържола	80	пил.месо, сл.масло	22,20	11,90	4,70	214	22,20	11,90	4,70	214
	348	2	Задушен ориз	80/100	ориз,кр.масло,лук	1,20	2,72	13,44	124,00	2,30	5,1	25,2	156,00
	291		Салата краставици	100/120	кр.масло, копър	0,60	4,80	2,20	54	0,70	5,70	2,70	65
	384	2	Кисело мляко	150	кр.масло 2%	4,90	4,80	7,40	92	4,90	4,80	7,40	92
		3	Хляб пълнозърнест	35	пълнозърнест хляб	3,06	0,29	17,65	85,32	6,12	0,58	35,3	170,00
						31,96	24,51	45,39	569,32	36,22	28,08	75,3	697,00
						22,45	38,75	31,89	%	20,79	36,26	43,21	
петък	112	2	Таратор	150/200	кр.масло, копър	2,9	7,6	5	100	3,9	10,5	6,8	138
	241	2	Месо с ориз	150/250	ориз,сл.масло, кр.масло	19,00	8,7	23,7	249,00	25,70	13	42,3	389,00
	357		Банан	200		1,00	0,2	23,4	99,00	1,00	0,2	23,4	99,00
		3	Хляб пълнозърнест	35	пълнозърнест хляб	3,06	0,29	17,65	85,32	3,06	0,29	17,65	85,32
						25,96	16,79	69,75	533,32	33,66	23,99	90,15	711,32
						19,47	28,33	52,31		18,93	30,35	50,69	

храни, които най-често могат да предизвикат алергични реакции

1- яйца

3- пшеница

2- мляко и млечни продукти

4- риба

при необходимост и извънредни ситуации менюто може да претърпи корекции

Изготвил:
Д.Веселинова - ИОХ

Мед.лице:

Утвърдил:
Директор:

