Gyursel Hasanov Hasanov

Digitally signed by Gyursel Hasanov Hasanov
Date: 2026.10.23 11:36:22 +03'00'

Утвърдил:.....
Директор:

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

Меню за ученици от I до IV клас,сезон Есен 2026, седмица 09.11-13.11.2026г.

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. белт.	6-9г. мазнини	6-9г. въглех.	6-9г. калории	10-13г. белт.	10-13г. мазнини	10-13г. въглехид.	10-13г. калории
понеделник	125	1,2,3	Супа с топчета от месо	150/200	мл.месо,ориз, лук, морков, брашно, яйца, кис.мляко	9,8	7,1	6,6	**129,00**	14,3	9,6	8,9	**179,00**
	151	3	Яхния от зрял фасул	150/250	зрял фасул, лук, домати, брашно, морков, сл.масло	9,4	5,3	22,5	**175,00**	15,6	8,6	37,5	**289,00**
	394	2	Кисело мляко с плод	190	Кисело мляко 2%, плод	3,5	3,3	15,8	**107,00**	3,5	3,3	15,8	**107,00**
		3	Хляб пълнозърнест	70	пълнозърнест хляб	6,12	0,58	35,3	**170,00**	6,12	0,58	35,3	**170,00**
						28,82	***16,28***	***80,2***	***581,00***	***39,52***	***22,08***	***97,5***	***745,00***
						19,84	***25,22***	***55,22***	***%***	***21,22***	***26,67***	***52,35***	***%***
вторник	81	1,2,3	Супа от спанак	150	спанак,моркови, домати, сл.масло, ориз, брашно, яйца,кис.мляко, сирене	4,1	7	8,4	**113**	4,1	7	8,4	**113**
	269	1,2,3	Мусака с месо и картофи	150/250	мл.месо, картофи,лук, домати ,брашно, яйца,мляко	12,9	8,4	21,1	**216,00**	21,5	14,7	35,3	**359**
	303		Салата от моркови	50	пр.моркови, сл.масло,магданоз	0,45	1,95	4,05	**35,50**	0,45	1,95	4,05	**35,50**
	384	2	Кисело мляко	120	Краве кисело мляко 2%	3,92	3,84	5,92	**73,60**	3,92	3,84	5,92	**73,60**
		3	Хляб пълнозърнест	35/70	пълнозърнест хляб	3,06	0,29	17,65	**85,32**	6,12	0,58	35,3	**170,00**
						24,43	***21,48***	***57,12***	***523,42***	***36,09***	***28,07***	***88,97***	***751,10***
						18,67	***36,93***	***43,65***	***%***	***19,22***	***33,63***	***47,38***	***%***
сряда	220	4	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**
	348	2	Задушен ориз	80/100	ориз, лук, кр.масло	1,80	1,84	20,16	**124,00**	2,30	5,1	25,2	**156,00**

	299		Салата от прясно зеле	100/120	зеле, магданоз,сл.масло, сол	1,00	4,9	3,9	**64,00**	1,20	5,9	4,7	**77,00**
	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**
						30,26	***27,73***	***56,51***	***644,32***	***35,88***	***35,89***	***62,5***	***742,30***
						18,79	***38,73***	***35,08***	***%***	***19,33***	***43,51***	***33,68***	
	285		Кюфтета на фурна	90	мл.месо, лук,	17,00	18	0,9	**234,00**	17,00	18	0,9	**234,00**
	332	2	Картофи на фурна	100/120	картофи, кр.масло, магданоз	2,00	*4,20*	*16,50*	***112***	*2,40*	*5,04*	*19,80*	***134,4***
	299		Салата от прясно зеле	100/120	зеле, магданоз,сл.масло, сол	1,40	*1,60*	*4,80*	***65***	*1,60*	*5,80*	*5,10*	***79***
	387	3	Мляко с ориз	150	пр.мляко 3%, ориз, захар, канела	5,30	*3,80*	*29,40*	***173***	5,30	*3,80*	*29,40*	***173***
		3	Хляб пълнозърнест	35	пълнозърнест хляб	3,06	0,29	17,65	**85,32**	3,06	0,29	17,65	**85,32**
						28,76	***27,89***	***69,25***	***669,32***	***29,36***	***32,93***	***72,85***	***705,72***
						17,19	***37,50***	***41,39***	***%***	***16,64***	***42,00***	***41,29***	
петък	112	2	Таратор	150	краставици, кис.мляко 2%,сл.масло, копър	2,9	7,6	5	**100**	2,9	7,6	5	**100**
	241	2	Месо с ориз	150/250	св.месо, лук, ориз,сл.масло, кр.масло	19,00	8,7	23,7	**249,00**	25,70	13	42,3	**389,00**
	357		Ябълка	200		0,40	0,4	20,8	**89,00**	0,40	0,4	20,8	**89,00**
		3	Хляб пълнозърнест	35	пълнозърнест хляб	3,06	0,29	17,65	85,32	6,12	0,58	35,3	170,00
						25,36	***16,99***	***67,15***	***523,32***	***35,12***	***21,58***	***103,40***	***748,00***
						19,38	***29,22***	***51,33***		***18,78***	***25,97***	***55,29***	

храни, които най-често могат да предизвикат алергични реакции

1- яйца
2- мляко и млечни продукти
3- пшеница
4- риба

при необходимост и извънредни ситуации менюто може да претърпи корекции

Изготвил:
Д.Веселинова - ИОХ

Мед.лице:

Утвърдил:
Директор: