


МЕНЮ – 1. ОУ „Н. Й. Вапцаров“ - Берковица

31.05.2021 г. – 04.06.2021 г.

Утвърдено:
Директор: 

Съгласувано:
Мед. лице: 

31.05.2021 г. – Понеделник

Закуска

1. Печен сандвич с яйце и сирене 85/170 гр. - Закуска 1- 7 клас;

Обяд

1. Таратор – 200 гр.;
 2. Спагети. – 250 гр.;
 3. Хляб/филия – 1 бр;
- Общо за деня: **Б** – 26,33; **М** - 43,23; **В** - 45,37; **Ен** – 675,86;

01.06.2021г. – Вторник

Закуска

1. Козунак с прясно мляко 100 гр. - Закуска 1- 7 клас;

Обяд

1. Супа от зрял фасул – 200 гр.;
 2. Кюфтета печени на фурна 100 гр. и сотирани картофи – 100 гр.;
 3. Хляб/филия – 1 бр;
- Общо за деня: **Б** – 41,16; **М** - 37,78; **В** - 104,09; **Ен** - 920,91;

02.06.2021г. – Сряда

Закуска

1. Печен сандвич с кайма и кашкавал 85/170 гр. - Закуска 1- 7 клас;

Обяд

1. Картофена крем супа – 200 гр.;
 2. Печена риба на фурна 250 гр., със салата / домати и краставици/ 120 гр.;
 3. Хляб/филия – 1 бр;
- Общо за деня: **Б** – 61,19; **М** - 43,38; **В** - 73,61; **Ен** - 929,46;

03.06.2021г. – Четвъртък

Закуска

1. Варени макарони със сирене 250 гр. - Закуска 1- 7 клас;

Обяд

1. Печено пилешко филе 250 гр. и ориз със зеленчуци – 100 гр.;
 2. Торта „Шарлота“ с бисквити – 150 гр.;
 3. Хляб/филия – 1 бр;
- Общо за деня: **Б** – 47,28; **М** - 42,00; **В** - 72,61; **Ен** - 859,61;

04.06.2021г. – Петък

Закуска

1. Сандвич с масло и кашкавал 85/170 гр. - Закуска 1- 7 клас;

Обяд

1. Супа с пилешко месо – 200 гр.;
 2. Огретен с картофи – 250 гр.;
 3. Хляб/филия – 1 бр;
- Общо за деня: **Б** – 30,91; **М** - 30,93; **В** - 50,85; **Ен** - 605,25;

Легенда: **Б** – белтъци; **М** – мазнини;
В – въглехидрати; **Е** – енергия;