

МЕНЮ ЗА ДЕТСКИТЕ ГРАДИНИ В ОБЩИНА СВИЦОВ ПРЕЗ СЕПТЕМВРИ 2025г.

Сборник рецепти и ръководство за здравословно хранене на деца от 3- до 7-годишна възраст /издадено 2020г./

ДАТА/ ОБЩО КАЛ. ДНЕВНО	ЗАКУСКА	ПОДКРЕПИТЕЛНА ЗАКУСКА – ПРЕДИ ОБЯД	ОБЯД	ПОДКРЕПИТЕЛНА ЗАКУСКА – СЛЕД ОБЯД
01.09.25г. понеделник Общо: 1109кал.	1. <u>Качамак със сирене</u> 100гр. р.73к.146 2. <u>Краставица</u> 100гр. р.303 к.14 160к. / закуска	1.Круша 100гр. р.359 к.64 64 к. / ПЗ	1. <u>Супа борш с месо /заешко/</u> 100гр. р.128 к.86 2. <u>Яхния от зрял фасул</u> 130гр. р.154 к.149 Салата от пресни краставици и сос „Дзадзики“ 40гр. р.313 к.30 3. <u>Кисел от пресни/замразени/ плодове</u> 100гр. р.389 к.67 <u>хляб бял</u> 35гр. к.92 424к. / обяд	1. <u>Соленки с плънка от сирене</u> 100гр. р.67 к.370 2. <u>Кисело мляко</u> 150гр. к.91 /3,6 % мазнини/ 461 к. / ПЗ
02.09.25г. вторник Общо : 1129кал.	1. <u>Печен сандвич с кашкавал и яйце</u> 75гр. /бял хляб/ р.3 к.191 2. <u>Домат</u> 50гр. р.303 к.10 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 /2 % мазнини/ 376к. / закуска	1.Морков 100гр. к.42 42к. / ПЗ	<u>Супа от спанак и овесени ядки със застрояка</u> 100гр. р.84 к.60 2. <u>Риба на фурна</u> 70гр. р.236 к.109 <u>Салата картофи, царевича, грах и маслини</u> 80гр. р.346, к.110 3. <u>Грозде</u> 100гр. р.359 к.68 <u>хляб пълнозърнест</u> 20гр. к.47 394к. / обяд	1. <u>Макарони с прясно мляко и яйца на фурна</u> 150гр. р.71 к.245 2. <u>Цитронада</u> 200гр. р.415 к.72 317 к. / ПЗ
03.09.25г. сряда Общо: 1124кал.	1. <u>Баница със сирене</u> 100гр. р.34 к.293 2. <u>Краставица</u> 50гр. р.303 к.7 3. Чай плодове 200гр. р.416 к.94 394к. / закуска	1.Ябълка 100гр. р.359 к.63 63к. / ПЗ	1. <u>Таратор</u> 100гр. р.118 к.76 2. <u>Птиче месо с ориз</u> 130гр. р.253 к.201 <u>Шопска салата</u> 40гр. р.318 к.46 3. <u>Сини сливи</u> 100гр. р.359 к.80 <u>хляб пълнозърнест</u> 20гр. к.47 450к. / обяд	1. <u>Сандвич с лютеница</u> 75гр. /бял хляб/ р.28 к.114 2. <u>Айрян</u> 200гр. р.417 к.86 /3,6 % мазнини/ 200 к. / ПЗ
04.09.25г. четвъртък Общо: 1033кал.	1. <u>Сандвич с яйчен пастет със зехтин и зелени подправки</u> 75гр. /бял хляб/ р.8 к.201 2. <u>Домат</u> 50гр. р.303 к.10 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 /2% мазнини/ 383к. / закуска	Праскови 100гр. р.359 к.49 49к. / ПЗ	1. <u>Супа от леща по манастирски</u> 100гр. р.95 к.76 2. <u>Мусака с месо и картофи</u> 130гр. р.289 к.199 Салата от печени пиперки и червени домати 40гр. р.330 к.22 3. <u>Диня</u> 100гр. р.359 к.26 <u>хляб пълнозърнест</u> 20гр. к.47 370к. / обяд	1. <u>Пандишпан с пресни плодове</u> 100гр. р.406 к.240 2. <u>Кисело мляко</u> 150гр. к.91 /3,6 % мазнини/ 331к. / ПЗ
05.09.25г. петък Общо: 1035кал.	1. <u>Пица вегетариана</u> 100гр. р.66 к.245 2. <u>Краставица</u> 50гр. р.303 к.7 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 /2% мазнини/ 424к. / закуска	1.Круша 100гр. р.359 к.64 64к. / ПЗ	1. <u>Супа от картофи със застрояка</u> 100гр. р.92 к.74 2. <u>Месо с грах</u> 130гр. р.269 к.148 3. <u>Пъпеш</u> 100гр. р.359 к.28 <u>хляб"Добруджа"</u> 35гр. к.92 342к. / обяд	1. <u>Ашуре</u> 100гр. р.75 к.142 2. <u>Ябълка</u> 100гр. р.359 к.63 205 к. / ПЗ

ДАТА/ ОБЩО КАЛ. ДНЕВНО	ЗАКУСКА	ПОДКРЕПИТЕЛНА ЗАКУСКА – ПРЕДИ ОБЯД	ОБЯД	ПОДКРЕПИТЕЛНА ЗАКУСКА – СЛЕД ОБЯД
09.09.25г. вторник	1. <u>Макарони с масло и сирене</u> 100гр. р.72к.156 2. <u>Краставица</u> 100гр. р.303 к.14	1. <u>Круша</u> 100гр. р.359 к.64	1. <u>Супа от пуешко със застройка</u> 100гр. р.122 к.77 2. <u>Настърган кашкавал на фурна</u> 100гр. р.232 к.237 <u>Салата от прясно зеле, моркови и сос "Винегрет"</u> 30гр. р.319 к.27 3. <u>Пресни плодове с кисело мляко</u> 100гр. р.367 к.85 <u>хляб бял</u> 35гр. к.92	1. <u>Кифла със сирене</u> 100гр. р.53 к.349 2. <u>Кисело мляко</u> 150гр. к.91 /3,6 % мазнини/
Общо : 1192кал.	170к. / закуска	64к. / ПЗ	518к. / обяд	440к. / ПЗ
10.09.25г. сряда	1. <u>Сандвич с пастет „Шопски хайвер“</u> 75гр. /бял хляб/ р.17 к.204 2. <u>Домат</u> 50гр. р.303 к.10 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 /2 % мазнини/	1. <u>Краставица</u> 100гр. р.303 к.14	1. <u>Таратор</u> 100гр. р.118 к.76 2. <u>Задушена риба с доматиен сос</u> 130гр. р.239 к.201 <u>Гарнитура картофи с масло</u> 40гр. р.352 к.49 3. <u>Диня</u> 100гр. р.359 к.26 <u>хляб пълнозърнест</u> 20гр. к.47	1. <u>Овесени питки със сушени плодове</u> 100гр. р.59 к.403 2. <u>Кисело мляко</u> 150гр. к.91 /3,6 % мазнини/
Общо: 1293кал.	386к. / закуска	14к. / ПЗ	399к. / обяд	494к. / ПЗ
11.09.25г. четвъртък	1. <u>Пица с кашкавал</u> 100гр. р.66 к.245 2. <u>Краставица</u> 50гр. р.303 к.7 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 /2 % мазнини/	<u>Праскови</u> 100гр. р.359 к.49	1. <u>Супа от картофи със застройка</u> 100гр. р.92 к.74 2. <u>Птиче месо с грах</u> 130гр. р.249 к.182 3. <u>Грозде</u> 100гр. р.359 к.68 <u>хляб пълнозърнест</u> 20гр. к.47	1. <u>Сандвич с мед и масло</u> 65гр. /бял хляб/ р.30 к.202 2. <u>Айрян</u> 200гр. р.417 к.86 /3,6 % мазнини/
Общо: 1132ал.	424к. / закуска	49к. / ПЗ	371к. / обяд	288к. / ПЗ
12.09.25г. петък	1. <u>Печен сандвич с мляно месо кашкавал</u> 75гр. /бял хляб/ р.33 к.160 2. <u>Домат</u> 50гр. р.303 к.10 3. <u>Чай плодове</u> 200гр. р.416 к.94	1. <u>Морков</u> 100гр. к.42	1. <u>Крем супа от тиквички</u> 100гр. р.99 к.47 <u>крутони</u> 5гр. р.139 к.21 2. <u>Млечен кебап</u> 130гр. р.278 к.189 3. <u>Пъпеш</u> 100гр. р.359 к.28 <u>хляб "Добруджа"</u> 18гр. к.46	1. <u>Млечен десерт с овесени ядки, сушени плодове и орехи</u> 100гр. р.403 к.157 2. <u>Ябълка</u> 100гр. р.359 к.63
Общо: 857кал.	264к. / закуска	42к. / ПЗ	331к. / обяд	220к. / ПЗ

ДАТА/ ОБЩО КАЛ. ДНЕВНО	ЗАКУСКА	ПОДКРЕПИТЕЛНА ЗАКУСКА – ПРЕДИ ОБЯД	ОБЯД	ПОДКРЕПИТЕЛНА ЗАКУСКА – СЛЕД ОБЯД
15.09.25г. понеделник	1. <u>Кускус с масло и сирене</u> 100гр. р.72к.156 2. <u>Краставица</u> 100гр. р.303 к.14	1. <u>Ябълка</u> 100гр. р.359 к.63	1. <u>Зеленчукова супа с риба</u> 100гр.р.134 к.50 2. <u>Мусака от картофи със сирене/кашкавал, извара/</u> 130гр. р.188 к.177 Салата от пресни краставици и сос „Дзадзики“ 40гр. р.313 к.30 3. <u>Крем какао с мляко и яйца</u> 100гр. р.397 к.121 <u>хляб бял</u> 35гр. к.92	1. <u>Бисквитена торта с цедено кисело мляко и плодове</u> <u>/банан/</u> 120гр. р.407 к.202 2. <u>Натурален сок</u> 200гр. к.86
Общо: 991кал.	170к. / закуска	63к. / ПЗ	470к. / обяд	288к. / ПЗ
16.09.25г. вторник	1. <u>Печен сандвич със сирене и яйца</u> 75гр. /бял хляб/ р.3 к.191 2. <u>Домат</u> 50гр. р.303 к.10 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 /2 % мазнини/	1. <u>Морков</u> 100гр. к.42	1. <u>Супа от спанак и картофи</u> 100гр. р.83 к.61 2. <u>Риба с ориз и зеленчуци</u> 130гр.р.243 к.247 Смесена салата 40гр. р.317 к.23 3. <u>Диня</u> 100гр. р.359 к.26 <u>хляб пълнозърнест</u> 20гр. к.47	1. <u>Плодова пита с овесени ядки</u> 100гр. р.62 к.244 2. <u>Кисело мляко</u> 150гр. к.91 /3,6 % мазнини/
Общо : 1167кал.	376к. / закуска	42к. / ПЗ	404к. / обяд	335 к. / ПЗ
17.09.25г. сряда	1. <u>Попара с вода и сирене</u> 100гр. р.76 к.167 2. <u>Краставица</u> 100гр. р.303 к.14	1. <u>Круша</u> 100гр. р.359 к.64	1. <u>Супа от зрял фасул по манастирски</u> 100гр. р.94 к.78 2. <u>Макаронени изделия с месо, домати и млечна заливка</u> 130гр. р.221 к.173 Салата моркови и ябълки 40гр. р.324 к.43 3. <u>Грозде</u> 100гр. р.359 к.68 БЕЗ ХЛЯБ!	1. <u>Печена палачинка с конфитюр</u> 100гр. р.55 к.199 2. <u>Кисело мляко</u> 150гр. к.91 /3,6 % мазнини/
Общо: 887кал.	181к. / закуска	64к. / ПЗ	362к. / обяд	290к. / ПЗ
18.09.25г. четвъртък	1. <u>Соленки с овесени ядки и сирене</u> 100гр. р.68 к.412 2. <u>Домат</u> 50гр. р.303 к.10 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 /2% мазнини/	1. <u>Праскови</u> 100гр. р.359 к.49	1. <u>Крем супа от моркови</u> 100гр. р.101 к.53 <u>крутони</u> 5гр. р.139 к.21 2. <u>Кюфтета печени на фурна</u> 80гр. р.300 к.115 <u>Салата „Айсберг“ с ябълки и авокадо</u> 70гр. р.320 к.90 3. <u>Диня</u> 100гр. р.359 к.26 <u>хляб пълнозърнест</u> 20гр. к.47	1. <u>Сандвич с пастет от сирене Крема, извара и орехи</u> 75гр. <u>/бял хляб/</u> р.16 к.259 2. <u>Айрян</u> 200гр. р.417 к.86 /3,6 % мазнини/
Общо: 1340кал.	594к. / закуска	49к. / ПЗ	352к. / обяд	345к. / ПЗ
19.09.25г. петък	1. <u>Сандвич с кашкавал и зеленчуци</u> 85гр. /бял хляб/ р.2 к.206 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 /2% мазнини/	1. <u>Краставица</u> 100гр. р.303 к.14	1. <u>Таратор</u> 100гр. р.118 к.76 2. <u>Месо с картофи</u> 130гр. р.268 к.162 <u>Салата “Капрезе”</u> 40гр. р.316 к.43 3. <u>Пъпеш</u> 100гр. р.359 к.28 <u>хляб “Добруджа”</u> 18гр. к.46	1. <u>Мляко с ориз</u> 150гр. р.404 к.170 2. <u>Ябълка</u> 100гр. р.359 к.63
Общо: 980кал.	378к. / закуска	14к. / ПЗ	355к. / обяд	233 к. / ПЗ

ДАТА/ОБЩО КАЛ. ДНЕВНО	ЗАКУСКА	ПОДКРЕПИТЕЛНА ЗАКУСКА – ПРЕДИ ОБЯД	ОБЯД	ПОДКРЕПИТЕЛНА ЗАКУСКА – СЛЕД ОБЯД
23.09.25г. вторник Общо : 1141кал.	1. <u>Зърнена закуска /мюсли/ с мляко</u> 150гр. р.77 к.125 2.Краставица 100гр. р.303 к.14 139к. / закуска	1.Круша 100гр. р.359 к.64 64к. / ПЗ	1. <u>Супа от пуешко с картофи</u> 100гр. р.121 к.74 2. <u>Яйца по панагюрски</u> 130гр. р.224 к.108 <u>Салата от прясно зеле, моркови и сос “Винегрет”</u> 70гр. р.319 к.63 3. <u>Крем ванилия с пресни плодове</u> 100гр. р.396 к.98 <u>хляб бял</u> 35гр. к.92 435к. / обяд	1. <u>Козуначени кифли с мармалад</u> 100гр. р.54 к.412 2. <u>Кисело мляко</u> 150гр. к.91 /3,6 % мазнини/ 503к. / ПЗ
24.09.25г. сряда Общо: 1193кал.	1. <u>Кекс със сирене</u> 100гр. р.38 к.295 2. Краставица 50гр. р.303 к.7 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 /2 % мазнини / 474к. / закуска	1.Морков 100гр. к.42 42к. / ПЗ	1.Супа от леща по манастирски 100гр. р.95 к.76 <u>Риба на фурна</u> 70гр. р.236 к.109 <u>Гарнитура картофи с масло</u> 80гр. р.352 к.98 3.Грозде 100гр. р.359 к.68 <u>хляб пълнозърнест</u> 20гр. к.47 389к. / обяд	1. <u>Сандвич с мед и масло</u> 65гр. /бял хляб/ р.30 к.202 2. <u>Айрян</u> 200гр. р.417 к.86 /3,6 % мазнини/ 288к. / ПЗ
25.09.25г. четвъртък Общо: 1210кал.	1. <u>Сандвич с пастет от варени яйца и сирене</u> 75гр. /бял хляб/ р.4 к.189 2. Краставица 50гр. р.303 к.7 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 /2% мазнини/ 368к. / закуска	Праскови 100гр. р.359 к.49 49к. / ПЗ	1. <u>Таратор</u> 100гр. р.118 к.76 2. <u>Пай с птиче месо</u> 130гр. р.263 к.203 <u>Салата “Капрезе”</u> 40гр. р.316 к.43 3. Пъпеш 100гр. р.359 к.28 <u>хляб пълнозърнест</u> 20гр. к.47 397к. / обяд	1. <u>Щрудел с ябълки /круши</u> 100гр. р.36 к.305 2. <u>Кисело мляко</u> 150гр. к.91 /3,6 % мазнини/ 396к. / ПЗ
26.09.25г. петък Общо: 1122кал.	1. <u>Пица със сирене</u> 100гр. р.66 к.245 2.Краставица 50гр. р.303 к.7 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 /2 % мазнини/ 424к. / закуска	1.Круша 100гр. р.359 к.64 64к. / ПЗ	1. <u>Зеленчукова супа с ориз /киноа/</u> 100гр. р.97 к.38 2. <u>Руло от смяно месо</u> 100гр. р.287 к.186 <u>Лютеница с праз лук</u> 25гр. р.334 к.17 <u>Салата от зрял фасул</u> 25гр. р.347 к.42 3. Диня 100гр. р.359 к.26 <u>хляб”Добруджа”</u> 35гр. к.92 401к. / обяд	1. <u>Варено жито с мляко и орехи</u> 120гр. р.74 к.170 2. Ябълка 100гр. р.359 к.63 233 к. / ПЗ

ДАТА/ОБЩО КАЛ. ДНЕВНО	ЗАКУСКА	ПОДКРЕПИТЕЛНА ЗАКУСКА – ПРЕДИ ОБЯД	ОБЯД	ПОДКРЕПИТЕЛНА ЗАКУСКА – СЛЕД ОБЯД
29.09.25г. понеделник	1. <u>Макарони с масло и сирене</u> 100гр. р.72к.156 2. <u>Краставица</u> 100гр. р.303 к.14	1. <u>Ябълка</u> 100гр. р.359 к.63	1. <u>Супа борш с месо /заешко/</u> 100гр. р.128 к.86 2. <u>Яхния от леща</u> 150гр. р.155 к.169 Салата от пресни краставици и сос „Дзадзики“ 40гр. р.313 к.30 3. <u>Кисел от пресни/замразени/ плодове</u> 100гр. р.389 к.67 <u>хляб бял</u> 35гр. к.92	1. <u>Крем пита с ванилов крем</u> 100гр. р.410 к.189 2. <u>Цитронада</u> 200гр. р.415 к.72
Общо: 938ал.	170к. / закуска	63к. / ПЗ	444к. / обяд	261 к. / ПЗ
30.09.25г. вторник	1. <u>Питка със сирене /извара, кашкавал/</u> 100гр. р.64 к.323 2. <u>Домат</u> 50гр. р.303 к.10 3. <u>Прясно мляко</u> 200гр. р.419 к.172 <u>/2 % мазнини/</u>	<u>Праскови</u> 100гр. р.359 к.49	1. <u>Таратор</u> 100гр. р.118 к.76 2. <u>Риба на фурна</u> 70гр. р.236 к.109 <u>Шопска салата</u> 80гр. р.318 к.92 3. <u>Грозде</u> 100гр. р.359 к.68 <u>хляб пълнозърнест</u> 40гр. к.94	1. <u>Бишкоти с кисело мляко и плодове</u> 100гр. р.405 к.145 2. <u>Натурален сок</u> 200гр. к.86
Общо: 1224кал.	505к. / закуска	49к. / ПЗ	439к. / обяд	231к. / ПЗ

Съгласно Регламент (ЕС) №1169/2011 на Европейския парламент и на Съвета от 25 октомври 2011 година за предоставянето на информация за храните на потребителите, в менюто са подчертани храните, съдържащи вещества или продукти, причиняващи алергии или непоносимост!

ДАТА	МЛЯКО И МЛЕЧНИ ПРОДУКТИ	ПЛОДОВЕ И ЗЕЛЕНЧУЦИ
01.09.2025г.	170	350
02.09.2025г.	260	320
03.09.2025г.	200	350
04.09.2025г.	370	370
05.09.2025г.	270	400
09.09.2025г.	240	380
10.09.2025г.	400	370
11.09.2025г.	360	350
12.09.2025г.	100	400
15.09.2025г.	160	370
16.09.2025г.	350	280
17.09.2025г.	180	450
18.09.2025г.	340	360
19.09.2025г.	300	380
23.09.2025г.	300	360
24.09.2025г.	350	280
25.09.2025г.	400	380
26.09.2025г.	250	400
29.09.2025г.	100	370
30.09.2025г.	300	400
СРЕДНО:	270	366

Изготвил менюто: м.с. Дияна Годорова

Съгласувал: Теодора Кулева – ЗАС

Айля Неджибова – готвач

Одобрил: Силвия Иванова – Директор