

**МЕНЮ ЗА ДЕТСКА ГРАДИНА ЗА МЕСЕЦ ЯНУАРИ 2022г.**

дата	закуска	рец.	кал.	гр.	ПЗ	гр.	кал.	обяд	рец.	кал.	гр.	ПЗ-сл.обяд	рец.	кал.	гр.
4.яну	Кус-кус с масло и сирене	72	156	100	банан	50	50	Супа от риба със застройка	132	73	100	Кекс	44	255	100
2022г.	краставица	303	14	100				Яхния от леща	155	147	130	Кис. мляко 3,6%		93	150
вторник								салата от зеле и моркови	319	45	50				
								Крем ванилия с пр.плодове	396	98	100				
								хляб "Добруджа"		92	35				
1023к			170				50			455				348	
5.яну	Печен сандвич с кашкавал и яйце/хляб "Добруджа"	3	191	75	ябълка	50	32	Супа от спанак и сирене със застройка	85	86	100	Бишкоти с кис.мляко и плодове	405	145	100
2022г.	Прясно мляко 2% с какао	419	172	200				Птиче месо фрикасе	264	187	130	Фреш от портокал	411	48	100
сряда	домат	303	10	50				Печена тиква с мед и орехи	379	70	100				
								хляб пълнозърнест		82	35				
1023к			373				32			425				193	
6.яну	Баница със сирене	34	234	80	банан	50	50	Супа от домати	93	51	100	Млечен десерт с овес,ядки,суш.плодове и орехи	403	157	100
2022г.	Кис. мляко 3,6%		93	150				Св.месо с картофи	268	162	130	ябълка	359	63	100
четв.	краставица	303	7	50				шопска салата	318	57	50				
								Портокал	359	50	100				
								хляб пълнозърнест		82	35				
1006к			334				50			402				220	
7.яну	Качамак със сирене	73	146	100	ябълка	50	32	Крем супа от зел.микс	104	71	100	Сандвич с мед и масло/хляб "Добруджа"	30	202	65
								крутони	139	21	5	Айрян	417	86	150
2022г.	Прясно мляко 2%		165	200				Риба на фурна	236	164	60				
петък	домат	303	10	50				салата от зрял фасул	347	49	30				
								лютеница с праз лук	334	26	40				
								Плодова салата	361	64	100				
								хляб пълнозърнест		82	35				
1036к			321				32			395				288	
дата	закуска	рец.	кал.	гр.	ПЗ	гр.	кал.	обяд	рец.	кал.	гр.	ПЗ-сл.обяд	рец.	кал.	гр.
10.яну	Зърнена закуска с мляко	77	125	100	краставица	50	7	Супа борш с месо	128	86	100	Печена палачинка с конфитюр	55	199	100
2022г.	банан	359	99	100				Плакия от зрял фасул	147	152	130	Кис. мляко 3,6%		93	150
понед.								салата от цвекло и моркови	322	47	50				

								Мандарина	359	47	100						
								хляб бял		92	35						
<b>947к</b>			<b>224</b>				<b>7</b>			<b>424</b>						<b>292</b>	
<b>11.яну</b>	Пастет от извара и масло/хляб бял	11	213	75	ябълка	50	<b>32</b>	Супа от тиквички със застройка	86	56	100	Макарони с пр.мляко и яйца на фурна	71	163	100		
<b>2022г.</b>	Пр.мляко 2% с какао	419	172	200				Птиче месо,печено на фурна	266	120	50	Цитронада	415	72	200		
<b>вторник</b>	домат	303	10	50				салата от картофи и лук	345	41	30						
								смесена салата	317	29	50	<b>ДФЗ-пр.мляко</b>					
								Кис.мляко със сушени плодове	369	116	100	<b>мандарина</b>					
								хляб пълнозърнест		82	35						
<b>1024к</b>			<b>395</b>				<b>32</b>			<b>362</b>						<b>235</b>	
<b>12.яну</b>	Пица с кашкавал	66	196	80	банан	50	<b>50</b>	Супа зеленчукова със застройка	90	60	100	Мляко с ориз	404	113	100		
<b>2022г.</b>	Айрян	417	86	150				Свинско месо със зеле	274	153	130	ябълка	359	63	100		
<b>сряда</b>	краставица	303	7	50				Мандарина	359	47	100	<b>ДФЗ-кис.мляко</b>					
								хляб пълнозърнест		82	35	<b>банани</b>					
<b>857к</b>			<b>289</b>				<b>50</b>			<b>342</b>						<b>176</b>	
<b>13.яну</b>	Соленки с овесени ядки и сирене	68	330	80	ябълка	50	<b>32</b>	Крем супа от моркови	101	53	100	Сандвич с лютеница/хляб бял	28	167	75		
<b>2022г.</b>	Чай плодов	416	94	200				крутони	139	21	5	Кис. мляко 3,6%		93	150		
<b>четв.</b>	домат	303	10	50				Мусака с месо и картофи	289	199	130						
								салата от пр.краставици	313	38	50						
								Банан	359	99	100	<b>ДФЗ-кис.мляко</b>					
								хляб пълнозърнест		82	35	<b>банани</b>					
<b>1218к</b>			<b>434</b>				<b>32</b>			<b>492</b>						<b>260</b>	
<b>14.яну</b>	Кекс със сирене	38	236	80	банан	50	<b>50</b>	Супа от леща	95	76	100	Крем какао с мляко и яйца	397	121	100		
<b>2022г.</b>	Прясно мляко 2%		165	200				Задушена риба с дом сос	239	201	130	ябълка	359	63	100		
<b>петък</b>	краставица	303	7	50				шоре от картофи	341	59	50						
								Мандарина	359	47	100	<b>ДФЗ-кис.мляко</b>					
								хляб бял		92	35	<b>портокал</b>					
<b>1088к</b>			<b>408</b>				<b>50</b>			<b>475</b>						<b>184</b>	
<b>дата</b>	<b>закуска</b>	<b>рец.</b>	<b>кал.</b>	<b>гр.</b>	<b>ПЗ</b>	<b>гр.</b>	<b>кал.</b>	<b>обяд</b>	<b>рец.</b>	<b>кал.</b>	<b>гр.</b>	<b>ПЗ-сл.обяд</b>	<b>рец.</b>	<b>кал.</b>	<b>гр.</b>		
<b>17.яну</b>	Макарони с пр.мляко и сирене	70	144	100	краста вица	50	<b>7</b>	Супа от пилешко със застройка	122	77	100	Плодова пита с овес.ядки	62	244	100		
<b>2022</b>	банан	359	99	100				Запеканка с ориз	169	192	130	Кис. мляко 3,6%		93	150		
<b>пон.</b>								салата от моркови	323	48	50						
								Киви	359	51	100						
								хляб "Добруджа"		92	35						
<b>1047к</b>			<b>243</b>				<b>7</b>			<b>460</b>						<b>337</b>	

18.яну	<u>Пастет"Шопски хайвер"/хляб "Добруджа"</u>	17	204	75	ябълка	50	32	<u>Супа от зел.фасул със застройка</u>	88	54	100	<u>Млечна баница</u>	37	190	80
2022г.	<u>Пр.мляко 2% с какао</u>	419	172	200				<u>Птиче месо,задушено със зеленчуци</u>	260	124	80	<u>Фреш от цитруси</u>	414	46	100
вторник	<u>краставица</u>	303	7	50				<u>картофи с масло</u>	352	61	50				
								<u>Кис.мляко с пр.плодове и корнфлейкс</u>	368	85	100	<u>ДФЗ-пр.мляко</u>			
								<u>хляб пълнозърнест</u>		82	35	<u>ябълки</u>			
1057к			383				32				406			236	
19.яну	<u>Питка с кашкавал</u>	64	323	100	киви	50	26	<u>Супа по градинарски със застройка</u>	91	63	100	<u>Варено жито с мляко и орехи</u>	74	142	100
2022г.	<u>Кис. мляко 3,6%</u>		93	150				<u>Кюфтета,печени на фурна</u>	300	115	80	<u>ябълка</u>	359	63	100
сряда	<u>домат</u>	303	10	50				<u>шюре от спанак и картофи</u>	343	49	50				
								<u>Плодова салата</u>	361	64	100	<u>ДФЗ-кис.мляко</u>			
								<u>хляб пълнозърнест</u>		82	35	<u>ябълки</u>			
1030к			426				26				373			205	
20.яну	<u>Попара с вода и сирене</u>	76	172	100	банан	50	50	<u>Таратор</u>	118	76	100	<u>Кекс със плодове-1вар.</u>	45	270	100
2022г.	<u>краставица</u>	303	14	100				<u>Свинско месо с грах</u>	269	148	130	<u>Кис. мляко 3,6%</u>		93	150
четв.								<u>Млечно-яйчен крем от тиква</u>	393	79	100	<u>ДФЗ-кашкавал</u>			
								<u>хляб пълнозърнест</u>		82	35	<u>ябълки</u>			
984к			186				50				385			363	
21.яну	<u>Печен сандвич със сирене и яйце/хляб"Добруджа"</u>	3	191	75	киви	50	26	<u>Крем супа от картофи</u>	98	81	100	<u>Бисквитена торта с кис.мляко и плодове</u>	407	135	80
2022г.	<u>Пр.мляко 2% с какао</u>	419	172	200				<u>крутони</u>	139	21	5	<u>Цитронада</u>	415	72	200
петък	<u>домат</u>	303	10	50				<u>Риба на фурна</u>	236	164	60				
								<u>ориз,задушен с масло</u>	354	45	30	<u>ДФЗ-кашкавал</u>			
								<u>домати със сирене</u>	316	43	40	<u>ябълки</u>			
								<u>Банан</u>	359	99	100				
								<u>хляб "Добруджа"</u>		92	35				
1059к			373				26				453			207	
дата	<u>закуска</u>	<u>рец.</u>	<u>кал.</u>	<u>гр.</u>	<u>ПЗ</u>	<u>гр.</u>	<u>кал.</u>	<u>обяд</u>	<u>рец.</u>	<u>кал.</u>	<u>гр.</u>	<u>ПЗ-сл.обяд</u>	<u>рец.</u>	<u>кал.</u>	<u>гр.</u>
24.яну	<u>Овесени ядки с пр.мляко и сирене</u>	80	150	100	краставица	50	7	<u>Супа топчета от тел.месо</u>	125	71	100	<u>Козуначени кифли с мармалад</u>	54	412	100
2022	<u>банан</u>	359	99	100				<u>Плакия от леща</u>	148	150	130	<u>Кис. мляко 3,6%</u>		93	150
понед.								<u>салата от цвекло,ябълки,ядки,стаф.</u>	325	55	30				
								<u>Портокал</u>	359	50	100				
								<u>хляб бял</u>		92	35				
1087к			249				7				326			505	

25.яну	Пастет от извара с домати/хляб бял	12	175	75	банан	50	50	Супа от броколи със застройка	89	60	100	Пандишпан с пр.плодове	406	193	80
2022г.	Пр.мляко 2% с какао	419	172	200				Макарони с месо,домати и млечна заливка	220	191	130	Айрян	417	86	200
вторник								Ябълка	359	63	100				
								хляб пълнозърнест			82	35			
1072к			347				50				396			279	
26.яну	Баница със спанак и сирене	34	227	80	ябълка	50	32	Супа от картофи със застройка	92	74	100	Бисквити от овес,ядки,банани и стафиди	386	215	100
2022г.	Кис. мляко 3,6%		93	150				Св.месо с ориз	267	202	130	Фреш от портокал	411	48	100
сряда	краставица	303	7	50				шопска салата	318	57	50				
								Банан	359	99	100				
								хляб пълнозърнест			82	35			
1136к			327				32				514			263	
27.яну	Яйчен пастет с масло/хляб бял	7	194	75	банан	50	50	Таратор	118	76	100	Кекс със пр.мляко	43	255	80
2022г.	Чай плодов	416	94	200				Птиче месо говеч	259	165	130	Кис. мляко 3,6%		93	150
четв.	домат	303	10	50				Млечен кисел с пр.плодове и ядки	390	124	100				
								хляб пълнозърнест			82	35			
1143к			298				50				447			348	
28.яну	Соленки с пльнка от сирене	67	296	80	ябълка	50	32	Крем супа от грах	100	75	100	Смес от сирене и лютеница/хляб бял	18	154	75
2022г.	Прясно мляко 2%		165	200				крутони	139	21	5	Айрян	417	86	200
петък	краставица	303	7	50				Риба на фурна	236	164	60				
								пюре от картофи	341	35	30				
								салата от пр.домати	315	35	40				
								Портокал	359	50	100				
								хляб бял			92	35			
1212к			468				32				472			240	
31.яну	Кус-кус с масло и сирене	72	156	100	морков	50	21	Супа от пилешко с картофи	121	74	100	Овесени питки със сушени плодове	59	322	80
2022	Смути от плодове с пр.мляко	426	79	100				Яхния от зрял фасул	154	149	130	Кис. мляко 3,6%		93	150
понед.								салата от печени пиперки и домати	330	27	50				
								Мандарина	359	47	100				
								хляб Добруджа			92	35			
1060к			235				21				389			415	

дата	пресен плод и зеленчук/ гр.	мляко / мл.
04.01.22г.	270	280
05.01.22г.	450	280
06.01.22г.	340	240
07.01.22г.	320	380
10.01.22г.	310	330
11.01.22г.	200	410
12.01.22г.	300	300
13.01.22г.	260	220
14.01.22г.	300	370
17.01.22г.	310	250
18.01.22г.	460	370
19.01.22г.	300	250
20.01.22г.	280	300
21.01.22г.	370	270
24.01.22г.	310	220
25.01.22г.	250	350
26.01.22г.	490	200
27.01.22г.	280	340
28.01.22г.	240	420
31.01.22г.	300	210
ср.мес.	320	300

**Менюто е изготвено от Сборник рецепти и ръководство по здравословно хранене на деца от 3-до 7-годишна възраст-издаден 2020г.**

Подчертаните храни съдържат вещества или продукти ,причиняващи алергии или непоносимост, съгласно Регламент/ЕС/ № 1169/ 2011 на Европейския парламент и на парламент и на Съвета от 25 октомври 2011г. ,за предоставяне на информация за храните на потребителите