

**„Леон-69” ЕООД**

**гр. Раковски ,ул. „Ягода” № 28**

**ИН 200329389**

**тел. 03151 22 07 // 0884 333 416**

**Месечно меню за обяд –**

**двустепенно /първо – супа,или салата, и второ – основно,**

**или второ – основно,и десерт/, за периода от 03 до 31.01.2019 г.**

**Меню за четвъртък,03.01.2019 г.:**

- 1.Пиле/без кожа и кости/ с бял ориз\* 150 гр. // 246 ккал
- 2.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал
- 3.Десерт – подсладено прясно мляко със разтворим шоколад \*200 гр.//166 ккал

**Меню за петък,04.01.2019 г.:**

- 1.Печени картофени кюфтета 2 бр.на фурна,с прясна туршия от зеле,чушки и моркови\* 150 гр. // 259 ккал
- 2.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал
- 3.Десерт – кисело мляко/подсладено/\*150 гр.//92 ккал

**Меню за понеделник,07.01.2019 г.:**

- 1.Яхния от зрял /стар/ фасул\* 150 гр. // 175 ккал
- 2.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал
- 3.Десерт – пресни плодове с кисело мляко/подсладено/\*190 гр.// 107 ккал

### **Меню за вторник,08.01.2019 г.:**

- 1.Каша от пиле /без кожа и кости/ със сирене\* 150 гр.// 273 ккал
- 2.Филийка пълнозърнест хляб\* – 2 бр./ 134 ккал
- 3.Десерт – пандишпан с крем и стерилизирани плодове\* 80 гр.// ккал

### **Меню за сряда,09.01.2019 г.:**

- 1.Печено филе от скумрия/без кости/, с гарнитура  
картофи в масло\*150 гр.// 267 ккал
- 2.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал
- 3.Десерт – компот/стерилизиран/\* 150 гр.// 66 ккал

### **Меню за четвъртък,10.01.2019 г.:**

- 1.Айрян\*200 гр./62 ккал
- 2.Пилешка пържола със соев сос/с кисели краставички /,и гарнитура пюре от картофи \*150 гр. // 311 ккал
- 3.Филийка пълнозърнест хляб\* – 2 бр./ 134 ккал

### **Меню за петък,11.01.2019 г.:**

- 1.Месо със спанак\*150 гр.// 203 ккал
- 2.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал
- 3.Десерт – мляко с ориз\* 150 гр.//173 ккал

### **Меню за понеделник,14.01.2019 г.:**

- 1.Салата „Снежанка” \* 80 гр.// 38 ккал
- 2.Яхния от леща\* 150 гр. // 175 ккал
- 3.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал

### **Меню за вторник,15.01.2019 г.:**

- 1.Пиле /без кожа и кости/по градинарски\*150 гр.// 206 ккал
- 2.Филийка пълнозърнест хляб\* – 2 бр./ 134 ккал
- 3.Десерт – крем от мляко с грис,мюсли и добавени орехи\*150 гр.//140 ккал

### **Меню за сряда,16.01.2019 г.:**

- 1.Филе от бяла риба/без кожа и кости/ на фурна ,с гарнитура задушен  
ориз със грах\*150 гр. // 304 ккал
- 2.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал
- 3.Десерт – плодов нектар/от пасиран компот/\* 150 гр.// 66 ккал

### **Меню за четвъртък,17.01.2019 г.:**

- 1.Салата зелена с маруля,репички и лук \*100 гр.//58 ккал
- 2.Пиле /без кожа и кости/с картофи\*150 гр.// 221 ккал
- 3.Филийка пълнозърнест хляб\* – 2 бр./ 134 ккал

### **Меню за петък,18.01.2019 г.:**

- 1.Кюфтета яхния\*180 гр.// 171 ккал
- 2.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал
- 3.Десерт – кисело мляко/подсладено/ с добавен пълнозърнест  
корнфлейкс\*150 гр.//117 ккал

### **Меню за понеделник,21.01.2019 г.:**

- 1.Салата „шопска”с добавени печени чушки \* 100 гр. // 104 ккал
- 2.Яхния от зрял /стар/ фасул\* 150 гр. // 175 ккал
- 3.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал

### **Меню за вторник,22.01.2019 г.:**

- 1.Мусака с месо и картофи\*150 гр. // 212 ккал
- 2.Филийка пълнозърнест хляб\* – 2 бр./ 134 ккал
- 3.Десерт – крем от цедено кисело мляко,с добавени орехи\*150 гр.//122 ккал

### **Меню за сряда,23.01.2019 г.:**

- 1.Печено филе от скумрия/без кости/,с гарнитура руска салата\*  
150 гр. // 311 ккал
- 2.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал
- 3.Десерт – компот/стерилизиран/\* 150 гр.// 66 ккал

### **Меню за четвъртък,24.01.2019 г.:**

- 1.Печени кебапчета 2 бр.,с гарнитура с гарнитура салата  
от зеле и моркови \*150 гр.// 189 ккал
- 2.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал
- 3.Десерт – крем „Ванилия”\* 150 гр.// 150 ккал

### **Меню за петък,25.01.2019 г.:**

- 1.Яйца по панагюрски\* 150 гр. // 200 ккал
2. Филийка пълнозърнест хляб\* – 2 бр./ 134 ккал
- 3.Десерт – плодова салата\*150 гр.//95 ккал

### **Меню за понеделник,28.01.2019 г.:**

- 1.Яхния от зрял /стар/ фасул\* 150 гр. // 175 ккал
- 2.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал
- 3.Десерт - гофрета с конфитюр\*2 бр.// 246 ккал

**Меню за вторник,29.01.2019 г.:**

- 1.Пиле /без кожа и кости/с картофи\*150 гр.// 221 ккал
- 2.Филийка пълнозърнест хляб\* – 2 бр./ 134 ккал
- 3.Десерт – крем малеби\*150 гр.//175 ккал

**Меню за сряда,30.01.2019 г.:**

- 1.Супа по градинарски\*150 гр.// 74 ккал
- 2.Печено филе от скумрия/без кости/,с гарнитура „Букет”от зеленчуци\*  
150 гр. // 304 ккал
- 3.Филийка бял хляб\* – 2 бр./ 180 ккал

**Меню за четвъртък,31.01.2019 г.:**

1. Кюфтета с маринован сос/със кисели краставички/\*180 гр.// 171 ккал
- 2.Филийка пълнозърнест хляб\* – 2 бр./ 134 ккал
- 3.Десерт – крем „Какао”\* 150 гр.// 150 ккал

**ЛЕГЕНДА: ястията със знака \* съдържат алергени !**

Менюто е изготвено с помощта на „Сборник рецепти за ученическите столове и бюфети” – издателство „Техника” 2012 г.

# ВЕЩЕСТВА ИЛИ ПРОДУКТИ, ПРИЧИНЯВАЩИ АЛЕРГИИ ИЛИ НЕПОНОСИМОСТ СА:

1. Зърнени култури, съдържащи глютен;
2. Ракообразни и продукти от тях;
3. Яйца и продукти от тях;
4. Рибна и рибни продукти;
5. Фъстъци и продукти от тях;
6. Соя и соеви продукти;
7. Мляко и млечни продукти (включително лактоза);

8. Ядки, а именно: бадеми (*Amygdalus communis* L.), лешници (*Corylus avellana*), орехи (*Juglans regia*), кашу (*Anacardium occidentale*), пеканови ядки (*Carya illinoensis* (Wangenh.)K. Koch), бразилски орехи (*Bertholletia excelsa*), шамфъстък (*Pistacia vera*), орехи макадамия или орехи Куинсленд (*Macadamia ternifolia*) и продукти от тях, с изключение на ядки, използвани за производство на алкохолни дестилати, включително етилов алкохол от селскостопански произход;

9. Целина и продукти от нея;

10. Синап и продукти от него;

11. Сусамено семе и продукти от него;

12. Серен диоксид и сулфити с концентрация над 10 mg/kg или 10 mg/litre, изразени под формата на общ SO<sub>2</sub>, който следва да се изчисли за продуктите, предлагани готови за консумация или върнати към първоначално състояние съгласно указанията на производителя;

13. Лупина и продукти от нея;

14. Мекотели и продукти от тях;