



## ST. GEORGE INTERNATIONAL SCHOOL & PRESCHOOL

### Меню март 2026 Детска група 2 - 3г.

дата	Сутрешна закуска	10ч.	супа	обяд основно	десерт	следобедна закуска
02.03.2026 г.	Корнфлейкс с прясно мляко (7)	Ябълка	Крем супа от броколи / Крутони (1)	Пиле Фрикасе / Салата домати със сирене и маслини (1,7)	Плод	Козунак / Прясно мляко / Плодове (1,3,7)
04.03.2026 г.	Баница със сирене / Айран (1,3,7)	Портокал	Телешко варено	Миш-маш / Салата "Снежанка" (3,7)	Йогурт с боровинки (7)	Мъфин / Чай / Плодове (1,3,7)
05.03.2026 г.	Принцеса със сирене и яйце (1,3,7)	Зеленчукови пръчици	Доматена супа	Талиатели със съомга и сушени домати / Картофена салата (1,3,40)	Плодова салата	Прясно изпечена кифла с масло / Прясно мляко / Плодове (1,3,7)
06.03.2026 г.	Сандвич с масло ,кашкавал, краставица / Чай (1,7)	Киви	Картофена крем супа / Крутони (1)	Пуешко със зеленчуци / Витаминозна салата	Крем Брюле (3,7)	Руло с мармалад/ Чай / Плодове (1,3,7)
09.03.2026 г.	Макарони с масло и сирене / Чай (1,7)	Ябълка	Крем супа от тиквички / Крутони (1)	Мусака + кисело мляко / Гръцка салата (1,3,7)	Плод	Курабии / Чай /Плодове (1,3,7)
10.03.2026 г.	Козунак / Прясно мляко (1,7)	Банан	Заяшка супа / Минестроне (1)	Пилешки филеца с корнфлейкс / задушени зеленчуци / Салата "Дзадзики" (1,7)	Йогурт с чиа и боровинки (7)	Солен мъфин / Плодов сок 100%/ Плодове (1,3,7)
11.03.2026 г.	Сандвич Филадельфия: кашкавал и краставица / Чай (1,7)	Портокал	Супа от свинско месо / Крем супа от карфиол	Картофени кюфтета / Шопска салата (1,3)	Печена тиква	Бисквитки / Прясно мляко (7)
12.03.2026 г.	Корнфлейкс с прясно мляко (7)	Зеленчукови пръчици	Зеленчукова супа с фиде (1)	Печена съомга с гарнитурa бейби моркови и царевица /Картофена салата (1,4)	Плодова салата	Кашкавалка / Чай / Плодове (1,3,7)
13.03.2026 г.	Сандвич с масло и сладко от горски плодове / Прясно мляко (1,7)	Киви	Крем супа от царевица / крутони (1)	Пица Маргарита / Редена салата със сирене (1,7)	Крем ванилия (7)	Прясно изпечена кифла с масло /Прясно Мляко / Плодове (1,3,7)
16.03.2026 г.	Кус-кус с масло и сирене / Чай (1,7)	Ябълка	Таратор (7)	печени картофи / Салата "Капрезе" (1,7)	Плод	Портокалов тарт/ Чай/ Плодове (1,3,7)
17.03.2026 г.	Топъл сандвич с кашкавал / Чай (1,7)	Банан	Картофена крем супа / Крутони (1)	Паста Карбонара / Гръцка салата(1)	Печена ябълка	Печен чийзкейк / Плодове (1,3,7)
18.03.2026 г.	Корнфлейкс с прясно мляко (7)	Портокал	Супа топчета / Боб чорба	Запечени картофи с кисели краставички и кашкавал/ Салата с краставици, авокадо и копър (7)	Йогурт с горски плодове (7)	Мъфин / Чай / Плодове (1,3,7)
19.03.2026 г.	Баница със сирене / Айран (1,3,7)	Зеленчукови пръчици	Доматена супа	Бяла риба пане с гарнитурa задушени зеленчуци /Салата с домати, маслини и сирене (4,7)	Мляко с ориз (7)	Рогче с извара / Айран / Плодове (1,3,7)
20.03.2026 г.	Мюсли с плодове и кисело мляко (7)	Киви	Зеленчукова крем супа / Крутони (1)	Пица "Маргарита" / Шопска салата (1)	Плодова салата	Бисквитки / Прясно мляк / Плодове
23.03.2026 г.	Макарони с масло и сирене / чай (1,7)	Ябълка	Крем супа от тиква / Крутони (1)	Кебапчета на скара с гарнитурa картофи по селски /Редена салата със сирене (7)	Плод	Козунак / Чай/ Плодове (1,3,7)
24.03.2026 г.	Сандвич с крема сирене/ кашкавал/ краставица/ айран (1,7)	Банан	Минестрионе (1)	Грах с телешко месо /Зелена салата с чери домати	Йогурт с чиа и боровинки (7)	Кроасан с масло / Прясно мляко/ Плодове (1,3,7)
25.03.2026 г.	Корнфлейкс с прясно мляко (7)	Портокал	Заяшка супа (9)	Ориз със спанак, запечен с кашкавал и домати / Дзадзики (7)	Крем ванилия (7)	Печен чийзкейк / Прясно мляко / Плодове (1,3,7)
26.03.2026 г.	Сандвич "Филадельфия" : кашкавал, краставица / Чай (1,7)	Зеленчукови пръчици	Крем супа от картофи	Паста с риба тон и сос / Салата с боб, домати, чушки и червен лук (1,3,4)	Плодова салата	Кифла с мармалад / Чай / Плодове (1,3,7)
27.03.2026 г.	Овесени ядки с прясно мляко и банан / (7)	Киви	Крем супа от грах / Крутони (1)	Пилешка каварма с яйце / Шопска салата (3)	Грис халва (1)	Солен мъфин/ Айран/ Плодове (1,3,7)

Забележка: Всички продукти в менюто са съгласно наредбите за специфичните изисквания към безопасността и качеството на храните, предлагани в детските заведения. А именно: хлебните, тестени и картофени изделия са с ниско съдържание на мазнини, сол и захар. Плодовете и зеленчуците са предимно пресни, като се предпочитат замразени и изсушени, пред стерилизираните, от своя страна трябва да бъдат с ниско съдържание на сол, захар, мазнини, синтетични оцветители, консерванти и др./Натуралните сокове са 100%. Конфитюрите и мармаладите са с над 60% плодово съдържание и под 15% съдържание на захар. Прясното и киселото мляко са със съдържание на мазнини 2%, а в останалите 3%. Айранът е без добавена сол. Месото и месните продукти трябва да са без видими сухожилия, тлъстини и кости. Мляното месо е телешко или смес от телешко и свинско в съотношение 60/40. Птичето месо е без кожа. Рибата се предпочита прясна пред замразена, без кости, с ниско съдържание на сол. Яйцата са пресни, съхранявани при хладилни условия, в срок на годност. Всички продукти, който се използват за храненето на децата са по БДС.

Изготвил: Главен готвач

Легенда:

1. Глутен съдържащи зърнени култури; 2. Ракообразни и производни от тях; 3. Яйца и продукти от тях; 4. Риба и рибни продукти; 5. Фъстъци и производни от тях; 6. Соя и соеви продукти; 7. Мляко и млечни продукти; 8. Ядки – бадеми, орехи, макадамия, лешници, кашу, бразилски орех, орехи кунсленд; 9. Целина и продукти от нея; 10. Синап и продукти от него; 11. Сусамово семе и продукти от него; 12. Серен диоксид и сулфити; 13. Лупина и продукти от нея; 14. Мекотели и продукти от тях