



## ST. GEORGE INTERNATIONAL SCHOOL & PRESCHOOL

Меню март 2026

дата	Сутрешна закуска	10ч.	салати	супа	обяд основно	десерт	следобедна закуска
02.03.2026 г.	Корнфлейкс с прясно мляко / 1,7/	Ябълка	Салата Айсберг с рукола и авокадо/ Салата домати със сирене и маслини /7/	Супа топчета / Крем супа от броколи/ крутони /1,7/	Телешки тас кебап / Пиле Фрикасе / Ориз със спанак /7,1/	Плод	Козунак / Прясно мляко / Плодове /1,7,3/
04.03. 2026 г.	Баница със сирене / Айран /1,3,7/	Портокал	Салата "Снежанка" / Зелена салата с репички и пармезан /7/	Телешко варено / Зеленчукова крем супа/ крутони /7,1/	Кюфтета на скара с гарнитура печени картофи / Свинско със зелен фасул / Миш-маш /3,7/	Йогурт с боровинки /7/	Мъфин / Чай / Плодове /1,3,7/
05.03. 2026 г.	Принцеса със сирене и яйце /3,7,1/	Зеленчукови пръчици	Шопска салата / Картофена салата /7/	Доматена супа /7/	Паниран хек с гарнитура задушени зеленчуци / Талиатели със сьомга и сушени домати / Талиатели с рукола и чери домати /1,3,7,4/	Плодова салата	Прясно изпечена кифла с масло / Мляко с какао / Плодове /1,7,3/
06.03. 2026г.	Комбинирана закуска /масло, пуешко филе, кашкавал, сладко, яйце, краставица/ чай /1,3,7/	Киви	Витаминозна салата / Млечна салата с кисели краставички и копър /7/	Пилешка супа с фиде / Картофена крем супа/ крутони / 1,7/	 Телешко с нахут / Пуешко със зеленчуци/ Червен ориз с домати (Гана)	Крем Брюле /3,7/	Руло с мармалад/ Чай / Плодове /1,7,3/
09.03. 2026 г.	Макарони с масло и сирене / чай /1,7/	Ябълка	Гръцка салата / Салата печена чушка с копър /7/	Пуешка супа/ Крем супа от тиквички/ крутони /7/	Заешка яхния с грах / Мусака + кисело мляко / Кашкавал пане със свежа салата/ 6,7/	Плод	Курабии / Чай /Плодове /1,7,3/
10.03. 2026 г.	Козунак/ прясно мляко /1,3,7/	Банан	Салата "Дзадзики" / Зелена салата с чери домати, рукола и пармезан /7/	Заешка супа / Минестроне /6/	Пилешки филенца с корнфлейкс / задушени зеленчуци / Свинско с ориз / Огретен от тиквички /1,3,7/	Йогурт с чиа и ягоди /7,11/	Солен мъфин/ Плодов сок 100%/ Плодове /1,7,3/
11.03. 2026 г.	Чебата с Филадельфия, пуешко филе/кашкавал/ домати/ чай Вега: Чебата с "Филадельфия"/кашкавал/ краставица/ чай /1,7/	Портокал	Салата с нахут, чушки, червен лук и магданоз / Шопска салата /7/	Супа от свинско месо / Крем супа от карфиол/ крутони /1,7/	 Телешки тас кебап с гарнитура ориз / Пиле Алфредо/ Картофени кюфтета (Литва) /1,3,7/	Печена тиква	Брауни / прясно мляко с какао/ Плодове /1,7,3/
12.03.2026 г.	Шоко топчета с прясно мляко /7	Зеленчукови пръчици	Салата "Цезар" / Картофена салата /7/	Зеленчукова супа с фиде /1/	Печена сьомга с гарнитура бейби моркови и царевича / Паста с бяла риба и доматен сос / Паста Неаполитана /1,4,7/	Плодова салата	Кашкавалка / чай / плодове /1,7,3/
13.03.2026 г.	Комбинирана закуска /масло, свинко филе, кашкавал, сладко, яйце, маслини, домати/ чай /1,7,3/	Киви	Катък / Редена салата със сирене /7/	Пилешка супа / Крем супа от царевича/ крутони /1,7/	Свинско със зеле / Пица Капричоза / Пица Маргарита /1,7/	Крем ванилия /3,7/	Прясно изпечена кифла с масло / Мляко с какао / Плодове /1,7,3/
16.03.2026 г.	Кус-кус с масло и сирене/ Чай /1,7/	Ябълка	Салата с бейби спанак, рукола и краставици / Салата "Капрезе" /7/	Заешка супа / Таратор /7/	 Гулаш (Унгария) / Виенски шницел с печени картофи / Ориз с пъстри зеленчуци /1,7/	Плод	Портокалов тарт/ Чай/ Плодове /1,7,3/
17.03.2026 г.	Топъл сандвич с шунка и кашкавал/чай Вега: Топъл сандвич с кашкавал /1,7/	Банан	Гръцка салата / Салата "Дзадзики" /7/	Пуешка супа с фиде / Картофена крем супа /1,7/	 Яхния с телешко месо (Ирландия) Паста Карбонара / Постен гювеч /1,7/	Печена ябълка	Печен чийзкейк / Прясно мляко с какао / Плодове /1,7,3/
18.03.2026 г.	Шоко топчета с прясно мляко /7/	Портокал	Кьополу / Салата с краставици, авокадо и копър	Супа топчета / Боб чорба /6/	Свинска каварма / Пуешко с ориз / Запечени картофи с кисели краставички и кашкавал / 1,7/	Йогурт с горски плодове /7/	Мъфин / Чай / Плодове /1,7,3/
19.03.2026 г.	Баница със сирене / Айран /1,7/	Зеленчукови пръчици	Зелена салата с репички и царевича / Салата с домати, маслини и сирене /7/	Доматена супа	Бяла риба пане с гарнитура задушени зеленчуци / Паста с рибени кюфтенца и доматен сос / Паста с доматен сос /1,3/	Мляко с ориз /1,7/	Рогче с извара / Айран / Плодове /1,7,3/
20.03.2026 г.	Комбинирана закуска /масло, пуешко филе, кашкавал, сладко, яйце, краставица/ чай /1,3,7/	Киви	Шопска салата / Салата с риба Тон /4,7/	Пилешка супа / Зеленчукова крем супа/ крутони 1,7/	Кус кус с пиле и зеленчуци (Тунис) / Пица с пилешко филе, царевича, топено сирене и кашкавал / Пица "Маргарита" /1,7/	Плодова салата	Брауни / Прясно мляк с какао/ Плодове /1,7,3/
23.03.2026 г.	Макарони с масло и сирене / чай /1,7/	Ябълка	Витаминозна салата / Редена салата със сирене /7/	Свинска супа / Крем супа от тиква/ крутони /1,7/	Ориз Биряни (Пакистан) / Кебапчета на скара с гарнитура картофи по селски / Сирене по шопски /1,7	Плод	Козунак / Чай/ Плодове /1,7,3/
24.03.2026 г.	Сандвич с крема сирене, свинско филе, кашкавал и краставица / Айран /1,7/	Банан	Салата с киноа, червени чушки, лук и магданоз / Зелена салата с чери домати	Рибена чорба / Минестрионе /4/	Грах с телешко месо / Булгур с пилешко филе / Яйца по панагюрски /6,1,3/	Йогурт с чиа и ягоди /7,11/	Кроасан с масло/ прясно мляко/ плодове /1,7,3/
25.03.2026 г.	Корнфлейкс с прясно мляко /7/	Портокал	Салата "Цезар"/ Дзадзики /7/	Заешка супа / Пъстра зеленчува супа	Мусака (Гърция) / Пилешко бутче на скара с гарнитура ориз / Паниран карфиол/ млечен сос / 3,7,1/	Крем какао /3,7/	Печен чийзкейк / Прясно мляко с какао / Плодове /1,7,3/
26.03.2026 г.	Чебата с Филадельфия, пуешко филе/кашкавал/ домати/ чай Вега: Чебата с "Филадельфия"/кашкавал/ краставица/ чай /1,7/	Зеленчукови пръчици	Салата с боб, домати, чушки и червен лук / Салата зеле и моркови /6/	Крем супа от картофи/ крутони /1,7/	Панирана тилапия с гарнитура задушени броколи / Паста с риба тон сос / Паста с доматен сос / 1,3,7,4/	Плодова салата	Кифла с мармалад / Чай / Плодове /1,7,3/
27.03.2026 г.	Комбинирана закуска /масло, свинко филе, кашкавал, сладко, яйце, маслини, домати/ чай / 1,7,3/	Киви	Зелена салата с яйце / Шопска салата / 3,7/	Телешко варено / Крем супа от грах/ крутони /6,7,1/	Печен свински джолан с моркови и картофи / Пилешка каварма с яйце / Ориз със спанак, запечен с кашкавал и домати /3,1,7/	Грис халва /1/	Солен мъфин/ Плодов сок 100%/ Плодове /1,7,3/

Забележка: Всички продукти в менюто са съгласно наредбите за специфичните изисквания към безопасността и качеството на храните, предлагани в детските заведения. А именно: хлябните, 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, които се използват за храненето на децата са по БДС.

Съгласувано с Главен готвач на STG/SGP

Изготвил: Nurses STG

Легенда:

1. Глутен съдържащи зърнени култури 🌾; 2. Ракообразни и производни 🦀; 3. Яйца и продукти от тях 🥚; 4. Риба и рибни продукти 🐟; 5. Фъстъци и производни 🌰; 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 🌿; 14. Мекотели и продукти 🐛.