

Меню ШБС школа № 3 ОП

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг),	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
--	-------	--------------------	-------------------

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каша рисовая с маслом	14-65
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	10-40
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-16
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-47
ЭЦ-603, Б-17, Ж-20, У-89, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-762, K-404, Ca-228, Mg-60, P-331, Fe-4			
ЭЦ-153, Б-1, Ж-16, У-2, Вит.С-6, Na-315, K-91, Ca-18, Mg-9, P-28	.080	Салат из свежих огурцов	14-40
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, K-266, Ca-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	15-50
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-43
ЭЦ-336, Б-11, Ж-8, У-54, Вит.РР-2, Na-704, K-329, Ca-25, Mg-173, P-259, Fe-6	.181	Каша гречневая рассыпчатая	14-29
ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, K-108, Ca-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Батон нарезной	4-32
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из кураги	5-38
ЭЦ-1564, Б-38, Ж-68, У-169, Вит.А-2, Вит.С-20, Вит.РР-5, Na-1979, K-905, Ca-122, Mg-236, P-443, Fe-9			139-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом	18-60
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо отварное	10-40
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-16
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-47
ЭЦ-603, Б-17, Ж-20, У-89, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-762, K-404, Ca-228, Mg-60, P-331, Fe-4			
ЭЦ-153, Б-1, Ж-16, У-2, Вит.С-6, Na-315, K-91, Ca-18, Mg-9, P-28	.080	Салат из свежих огурцов	14-40
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, K-266, Ca-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/16/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	20-96
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-43
ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, Na-778, K-363, Ca-27, Mg-191, P-287, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	15-78
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, Na-44, K-86, Ca-18, Mg-11, P-67, Fe-1	.100	Крендель в сахаре	10-10
ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, K-108, Ca-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Батон нарезной	4-32
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из кураги	5-38
ЭЦ-2050, Б-46, Ж-85, У-244, Вит.А-2, Вит.С-20, Вит.РР-6, Na-2097, K-1025, Ca-142, Mg-265, P-538, Fe-10			160-00

1-4 класс

ЭЦ-153, Б-1, Ж-16, У-2, Вит.С-6, Na-315, K-91, Ca-18, Mg-9, P-28	.080	Салат из свежих огурцов	14-40
ЭЦ-165, Б-8, Ж-15	.063	Колбаса отварная с маслом сливочным	40-57
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, K-272, Ca-20, Mg-143, P-215, Fe-5	.150	Каша гречневая рассыпчатая	11-84
ЭЦ-260, Б-7, Ж-2, У-51, Вит.РР-1, Na-415, K-95, Ca-17, Mg-12, P-65, Fe-1	.088	Батон нарезной	3-81
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из кураги	5-38
ЭЦ-979, Б-26, Ж-40, У-128, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-1317, K-493, Ca-87, Mg-185, P-337, Fe-7			76

5-11 класс

ЭЦ-153, Б-1, Ж-16, У-2, Вит.С-6, Na-315, К-91, Са-18,
Mg-9, P-28
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6,
Mg-5, P-14
ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272,
Са-20, Mg-143, P-215, Fe-5
ЭЦ-269, Б-8, Ж-2, У-53, Вит.РР-1, Na-429, К-98, Са-18,
Mg-13, P-67, Fe-1
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4,
К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1

ЭЦ-1325, Б-30, Ж-59, У-135, Вит.А-1, Вит.С-11,
Вит.РР-3, Na-1334, К-572, Са-94, Mg-191,
P-353, Fe-7

.080 Салат из свежих огурцов
.060/60 Гуляш
.150 Каша гречневая рассыпчатая
.091 Батон нарезной
.200 Компот из кураги

14-40
52-43
11-84
3-95
5-38

88

Свободная продажа

ЭЦ-191, Б-9, Ж-12, У-12, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-1793,
К-95, Са-31, Mg-10, P-34, Fe-1
ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, Na-778, К-363,
Са-27, Mg-191, P-287, Fe-6
ЭЦ-388, Б-7, Ж-15, У-57, Вит.РР-1, Na-264, К-90,
Са-16, Mg-11, P-62, Fe-1
ЭЦ-194, Б-5, Ж-5, У-32, Вит.РР-1, Na-202, К-67, Са-13,
Mg-8, P-51, Fe-1

ЭЦ-1144, Б-33, Ж-41, У-160, Вит.С-4, Вит.РР-5,
Na-3037, К-615, Са-87, Mg-220, P-434, Fe-9

.060/50/20 Тефтели с соусом, огурец конс.
.150 Каша гречневая рассыпчатая
.100 Булочка Дорожная
0.080 Булочка Сладкая

35-13
11-84
12-12
10-54

Руководитель

Зав.производством


