

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-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша пшенная с маслом сливочным	13-27
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	9-47
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 сухофруктов	4-26
ЭЦ-622, Б-13, Ж-22, У-95, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-641, K-220, Ca-164, Mg-41, P-148, Fe-1			
	.080	Салат из разных овощей	11-83
ЭЦ-193, Б-10, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-996, K-478, Ca-34, Mg-26, P-70, Fe-1	.250/25/10	Суп рыбный картоф. с крупной со сметаной	23-43
ЭЦ-236, Б-11, Ж-21	.090/5	Колбаса отварная с маслом сливочным	60-76
ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, K-81, Ca-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150	Рис припущенный с овощами	9-29
ЭЦ-157, Б-4, Ж-1, У-31, Вит.РР-1, Na-250, K-57, Ca-10, Mg-7, P-39, Fe-1	.053	Батон нарезной	2-43
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 сухофруктов	4-26
ЭЦ-942, Б-30, Ж-37, У-119, Вит.А-2, Вит.С-19, Вит.РР-4, Na-1829, K-651, Ca-92, Mg-84, P-227, Fe-4			139-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/8	Каша пшенная с маслом сливочным	15-76
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	9-47
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 сухофруктов	4-26
ЭЦ-622, Б-13, Ж-22, У-95, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-641, K-220, Ca-164, Mg-41, P-148, Fe-1			
	.080	Салат из разных овощей	11-83
ЭЦ-193, Б-10, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-996, K-478, Ca-34, Mg-26, P-70, Fe-1	.250/25/10	Суп рыбный картоф. с крупной со сметаной	23-43
ЭЦ-236, Б-11, Ж-21	.090/5	Колбаса отварная с маслом сливочным	60-76
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, K-108, Ca-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	12-39
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	4-57
ЭЦ-458, Б-6, Ж-20, У-64, Вит.РР-1, Na-53, K-105, Ca-20, Mg-11, P-60, Fe-1	.100	Песочная Турбинка	13-27
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 сухофруктов	4-26
ЭЦ-1617, Б-41, Ж-62, У-224, Вит.А-3, Вит.С-20, Вит.РР-5, Na-2295, K-834, Ca-126, Mg-112, P-352, Fe-5			160-00

1-4 класс

ЭЦ-707, Б-19, Ж-31, У-65, Na-931, K-3, Ca-10, Mg-1, P-6	.066	Салат из разных овощей	9-79
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, K-760, Ca-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.060	Шницель н-р	47-81
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.150	Картофельное пюре	11-85
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	.050	Батон нарезной	2-29
ЭЦ-1133, Б-27, Ж-38, У-147, Вит.А-1, Вит.С-27, Вит.РР-4, Na-2380, K-852, Ca-105, Mg-62, P-171, Fe-3	.200	Компот из сухофруктов	4-26
			76

5-11 класс

	.080	Салат из разных овощей	11-83
ЭЦ-236, Б-11, Ж-21	.090/5	Колбаса отварная с маслом сливочным	60-76

ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579,
K-81, Ca-16, Mg-30, P-89, Fe-1

ЭЦ-118, Б-3, Ж-1, У-23, Na-188, K-43, Ca-8, Mg-6, P-30

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

ЭЦ-710, Б-19, Ж-28, У-93, Вит.А-1, Вит.С-2,
Вит.РР-2, Na-771, K-159, Ca-56, Mg-57, P-148,
Fe-2

.150

Рис припущенный с овощами

9-29

.040

Батон нарезной

1-86

.200

Компот из сухофруктов

4-26

88

Свободная продажа

ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-2591,
K-67, Ca-33, Mg-8, P-26, Fe-1

ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209,
K-760, Ca-53, Mg-33, P-99, Fe-1

ЭЦ-198, Б-5, Ж-5, У-33, Вит.РР-1, Na-215, K-70, Ca-14,
Mg-8, P-53, Fe-1

ЭЦ-270, Б-6, Ж-10, У-37, Вит.С-10, Вит.РР-1, Na-60,
K-354, Ca-22, Mg-20, P-86, Fe-1

ЭЦ-377, Б-7, Ж-13, У-58, Вит.РР-1, Na-263, K-92,
Ca-17, Mg-12, P-65, Fe-1

ЭЦ-1232, Б-34, Ж-47, У-166, Вит.С-38,
Вит.РР-7, Na-4338, K-1343, Ca-139, Mg-81,
P-329, Fe-5

.050/5/20

Котлета мясная с маслом огурец конс.

34-33

.150

Картофельное пюре

11-85

.100

Пирожок с капустой печеный

11-33

.100

Шаньга Домашняя с картофелем

11-49

.100

Булочка Домашняя

11-85

Руководитель

Зав.производством

