

30 Ноября 2020 г.

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-619, Б-26, Ж-39, У-41, Вит.А-16, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-103, К-287, Са-317, Mg-47, P-414, Fe-1	.167/20	<i>Запеканка творожная с мол. сгущенным</i>	68-07
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Батон нарезной</i>	2-30
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	2-42
ЭЦ-824, Б-30, Ж-40, У-85, Вит.А-16, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-340, К-366, Са-332, Mg-58, P-459, Fe-3			

ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10	<i>Суп карт. с горохом со сметаной</i>	7-44
ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, Na-3, К-63, Са-5, Mg-4, P-12	.050/50	<i>Гуляш</i>	43-73
ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, К-81, Са-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150	<i>Каша гречневая рассыпчатая с овощами</i>	10-32
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Батон нарезной</i>	2-30
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	2-42
ЭЦ-1077, Б-27, Ж-48, У-110, Вит.А-1, Вит.С-16, Вит.РР-3, Na-1421, К-554, Са-63, Mg-63, P-193, Fe-4			139-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-619, Б-26, Ж-39, У-41, Вит.А-16, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-103, К-287, Са-317, Mg-47, P-414, Fe-1	.167/20	<i>Запеканка творожная с мол. сгущенным</i>	68-07
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Батон нарезной</i>	2-30
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	2-42
ЭЦ-824, Б-30, Ж-40, У-85, Вит.А-16, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-340, К-366, Са-332, Mg-58, P-459, Fe-3			

ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-331, Са-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/10	<i>Суп карт. с горохом, мясом, сметаной</i>	16-32
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, P-14	.060/60	<i>Гуляш</i>	52-41
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Са-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	<i>Каша гречневая рассыпчатая с овощами</i>	13-76
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	<i>Батон нарезной</i>	2-30
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	2-42
ЭЦ-1239, Б-30, Ж-55, У-124, Вит.А-2, Вит.С-18, Вит.РР-3, Na-1613, К-594, Са-69, Mg-74, P-225, Fe-4			87-21

1-4 класс

ЭЦ-176, Б-8, Ж-16	.067/5	<i>Колбаса отварная с маслом сливочным</i>	44-83
ЭЦ-295, Б-5, Ж-8, У-49, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-733, К-103, Са-20, Mg-38, P-113, Fe-1	.190	<i>Рис припущенный с овощами</i>	11-83
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050/20	<i>Бутерброд с сыром</i>	16-92
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	2-42
ЭЦ-676, Б-17, Ж-25, У-93, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-970, К-182, Са-35, Mg-49, P-158, Fe-3			76

5-11 класс

ЭЦ-619, Б-26, Ж-39, У-41, Вит.А-16, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-103, К-287, Са-317, Mg-47, P-414, Fe-1	.167/20	<i>Запеканка творожная с мол. сгущенным</i>	68-07
ЭЦ-253, Б-8, Ж-11, У-29, Вит.РР-1, Na-641, К-136, Са-17, Mg-13, P-87, Fe-1	.050/17	<i>Бутерброд с сервелатом</i>	17-51
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	<i>Чай с сахаром</i>	2-42
ЭЦ-929, Б-34, Ж-50, У-85, Вит.А-16, Вит.В2-1, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-745, К-448, Са-339, Mg-64, P-509, Fe-3			88

30 Ноября 2020 г.

Меню ШБС 9 классы шк. 3 ОП

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

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	18-68
ЭЦ-253, Б-8, Ж-11, У-29, Вит.РР-1, Na-641, K-136, Ca-17, Mg-13, P-87, Fe-1	.050/21	Бутерброд с сервелатом	21-55
ЭЦ-329, Б-4, Ж-13, У-49, Na-71, K-49, Ca-12, Mg-6, P-41, Fe-1	.080	Кекс Чайный	9-91
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	5-54
ЭЦ-971, Б-20, Ж-38, У-138, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-1182, K-476, Ca-224, Mg-67, P-341, Fe-4			
ЭЦ-334, Б-13, Ж-31, Вит.РР-1, Na-645, K-131, Ca-11, Mg-10, P-80, Fe-1	.078	Лечо	11-69
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, K-331, Ca-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	16-32
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-41
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	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	13-76
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	4-60
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	5-54
ЭЦ-1750, Б-49, Ж-90, У-156, Вит.А-2, Вит.С-19, Вит.РР-4, Na-2518, K-852, Ca-149, Mg-98, P-387, Fe-5			160-00

5-11 класс

ЭЦ-334, Б-13, Ж-31, Вит.РР-1, Na-645, K-131, Ca-11, Mg-10, P-80, Fe-1	.078	Лечо	11-69
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-41
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	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	13-76
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	4-60
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	5-54
ЭЦ-1529, Б-39, Ж-79, У-133, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-1916, K-521, Ca-122, Mg-80, P-340, Fe-4			88

Руководитель
Зав.производством

Свободная продажа

ЭЦ-191, Б-9, Ж-12, У-12, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-1793,
K-95, Ca-31, Mg-10, P-34, Fe-1

.060/50/20

Тефтели с соусом , огурец конс.

37-52

ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579,
K-81, Ca-16, Mg-30, P-89, Fe-1

.150

*Каша гречневая рассыпчатая с
овощами*

10-32

ЭЦ-194, Б-5, Ж-5, У-32, Вит.РР-1, Na-202, K-67, Ca-13,
Mg-8, P-51, Fe-1

0.080

Булочка Сладкая

10-69

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

.100

Пирожок с капустой печеный

11-35

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

.100

Шаньга Домашняя с картофелем

11-82

ЭЦ-329, Б-4, Ж-13, У-49, Na-71, K-49, Ca-12, Mg-6,
P-41, Fe-1

.080

Кекс Чайный

9-91

ЭЦ-1415, Б-33, Ж-52, У-202, Вит.С-15,
Вит.РР-5, Na-2920, K-716, Ca-108, Mg-82,
P-354, Fe-6

Руководитель

Зав.производством

