

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	14-36
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	2-30
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-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-146, Б-4, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, K-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	18-91
ЭЦ-589, Б-13, Ж-33, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250	Жаркое по-домашнему	55-20
ЭЦ-253, Б-8, Ж-11, У-29, Вит.РР-1, Na-641, K-136, Ca-17, Mg-13, P-87, Fe-1	.050/20	Бутерброд с сервелатом	20-37
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, K-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный медом	9-62
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	2-30
ЭЦ-1232, Б-29, Ж-54, У-128, Вит.А-1, Вит.С-71, Вит.РР-5, Na-1920, K-1665, Ca-108, Mg-94, P-300, Fe-5			139-00

ОВЗ 5-9 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	.200/6	Каша рисовая с маслом	15-76
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	2-30
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, K-73, Ca-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе растворимый с молоком	14-72

ЭЦ-594, Б-17, Ж-20, У-86, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-761, K-379, Ca-223, Mg-56, P-323, Fe-3

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	10-42
ЭЦ-146, Б-4, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, K-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	18-91
ЭЦ-589, Б-13, Ж-33, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250	Жаркое по-домашнему	55-20
ЭЦ-253, Б-8, Ж-11, У-29, Вит.РР-1, Na-641, K-136, Ca-17, Mg-13, P-87, Fe-1	.050/20	Бутерброд с сервелатом	20-37
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, K-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный медом	9-62
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	2-30
ЭЦ-1683, Б-36, Ж-70, У-198, Вит.А-1, Вит.С-71, Вит.РР-6, Na-1964, K-1751, Ca-126, Mg-105, P-367, Fe-6			160-00

1-4 класс

ЭЦ-138, Б-2, Ж-13, У-3, Вит.С-6, Na-328, K-135, Ca-25, Mg-12, P-43, Fe-1	.080	Салат Свежесть	11-51
ЭЦ-229, Б-14, Ж-17, У-4, Вит.РР-6, Na-77, K-152, Ca-40, Mg-17, P-146, Fe-1	0.065/10	Суфле из филе птицы с маслом сл.	34-88
ЭЦ-199, Б-4, Ж-7, У-28, Вит.С-33, Вит.РР-2, Na-1556, K-978, Ca-68, Mg-43, P-127, Fe-2	.193	Картофельное пюре	15-39
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, K-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный медом	9-62
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-958, Б-28, Ж-40, У-119, Вит.С-47, Вит.РР-9, Na-2432, K-1396, Ca-152, Mg-87, P-390, Fe-5			76

5-11 класс

ЭЦ-589, Б-13, Ж-33, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250	Жаркое по-домашнему	55-20
ЭЦ-253, Б-8, Ж-11, У-29, Вит.РР-1, Na-641, K-136, Ca-17, Mg-13, P-87, Fe-1	.050/20	Бутерброд с сервелатом	20-37
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, K-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный медом	9-62

ЭЦ-181, Б-5, Ж-2, У-36, Вит.РР-1, Na-287, К-66, Са-12, Mg-8, Р-45, Fe-1

ЭЦ-1119, Б-26, Ж-46, У-121, Вит.С-50, Вит.РР-4, Na-980, К-1321, Са-56, Mg-70, Р-250, Fe-4

.061

Батон нарезной

2-81

88

Свободная продажа

ЭЦ-144, Б-9, Ж-12, Вит.РР-4, Na-1065, К-92, Са-17, Mg-9, Р-80, Fe-1

0.050/5/20

Птица жареная (филе) с маслом сливочным, огурец конс.

52-56

ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, К-1013, Са-70, Mg-44, Р-131, Fe-2

.200

Картофельное пюре

16-19

ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, Na-44, К-86, Са-18, Mg-11, Р-67, Fe-1

.100

Крендель в сахаре

10-42

ЭЦ-182, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-190, К-63, Са-12, Mg-8, Р-48, Fe-1

0.075

Булочка Сладкая

10-02

ЭЦ-270, Б-6, Ж-10, У-37, Вит.С-10, Вит.РР-1, Na-60, К-354, Са-22, Mg-20, Р-86, Fe-1

.100

Шаньга Домашняя с картофелем

11-76

ЭЦ-1253, Б-31, Ж-50, У-166, Вит.С-44, Вит.РР-9, Na-2971, К-1608, Са-139, Mg-92, Р-412, Fe-6

Руководитель

Зав.производством

