

21 Декабря 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-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	15-80
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-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-559, Б-11, Ж-23, У-80, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-670, K-330, Ca-204, Mg-54, P-241, Fe-2			
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25/10/30	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной с гренками	19-78
ЭЦ-136, Б-4, Ж-1, У-27, Вит.РР-1, Na-217, K-50, Ca-9, Mg-6, P-34	1шт/8	Голень запеченная с маслом сл.	58-48
ЭЦ-538, Б-36, Ж-43, У-1, Вит.РР-15, Na-2461, K-385, Ca-57, Mg-37, P-330, Fe-3	.200	Макаронные изделия отварные	12-18
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-12
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.17гр.	Конфеты Аленка	4-82
ЭЦ-65, Б-16, Ca-2, Mg-1, P-1	0.200	Компот из яблок	9-81
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1			
ЭЦ-1542, Б-78, Ж-63, У-167, Вит.А-1, Вит.С-19, Вит.РР-20, Na-6379, K-1082, Ca-161, Mg-91, P-562, Fe-7			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	18-68
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо вареное	10-40
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-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-56
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-711, Б-19, Ж-28, У-98, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-907, K-423, Ca-234, Mg-64, P-346, Fe-3			
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/25/10/30	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной с гренками	19-78
ЭЦ-136, Б-4, Ж-1, У-27, Вит.РР-1, Na-217, K-50, Ca-9, Mg-6, P-34	1шт/5	Голень запеченная с маслом сл.	55-72
ЭЦ-538, Б-36, Ж-43, У-1, Вит.РР-15, Na-2461, K-385, Ca-57, Mg-37, P-330, Fe-3	.160	Макаронные изделия отварные	9-68
ЭЦ-224, Б-6, Ж-5, У-38, Вит.РР-1, Na-2170, K-68, Ca-32, Mg-10, P-52, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-12
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.17гр.	Конфеты Аленка	4-82
ЭЦ-65, Б-16, Ca-2, Mg-1, P-1	0.200	Компот из яблок	9-81
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1			
ЭЦ-2, Вит.С-1, Na-1, K-12, Ca-1	1шт	Климентина	11-42
ЭЦ-1488, Б-77, Ж-61, У-158, Вит.А-1, Вит.С-20, Вит.РР-20, Na-5838, K-1077, Ca-155, Mg-89, P-548, Fe-7			160-00

1-4 класс

ЭЦ-113, Б-10, Ж-6, У-4, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1414, K-38, Ca-30, Mg-4, P-36	.060/10	Котлета Детская с маслом сливочным	36-04
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	17-17
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-56
ЭЦ-2, Вит.С-1, Na-1, K-12, Ca-1	1шт	Климентина	11-42
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-81

ЭЦ-646, Б-18, Ж-15, У-108, Вит.А-1, Вит.С-11,
Вит.РР-2, Na-2379, К-319, Са-67, Mg-53, Р-184,
Fe-2

76

5-11 класс

ЭЦ-80, У-21, Вит.РР-1, К-46, Са-4, Mg-3, Р-5
ЭЦ-538, Б-36, Ж-43, У-1, Вит.РР-15, Na-2461, К-385,
Са-57, Mg-37, Р-330, Fe-3
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85,
Са-39, Mg-12, Р-66, Fe-1
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15,
Mg-10, Р-47, Fe-1
ЭЦ-65, Б-16, Са-2, Mg-1, Р-1
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, Р-5,
Fe-1
ЭЦ-1269, Б-65, Ж-51, У-138, Вит.С-7,
Вит.РР-18, Na-5547, К-710, Са-125, Mg-67,
Р-454, Fe-6

.31,25 /30 *Бутерброд с повидлом*
1шт *Голень запеченная*
.200 *Макаронные изделия отварные*
.2кг/62,5г *Хлеб витаминный*
.17г. *Конфеты Аленка*
0.200 *Компот из яблок*

6-30
51-77
12-18
3-12
4-82
9-81

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, Р-34, Fe-1
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, Р-119, Fe-1
ЭЦ-502, Б-14, Ж-21, У-64, Вит.А-1, Вит.С-6,
Вит.РР-2, Na-2564, К-203, Са-52, Mg-50, Р-153,
Fe-2

.060/50/20 *Тефтели с соусом (бек св)*
.200 *Каши гречневая рассыпчатая с
овощами*

35-15

17-17

52-32

Руководитель _____
Зав. производством _____

