

18 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-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/6	Каша пшенная с маслом сливочным	14-65
ЭЦ-202, Б-3, У-47, Вит.РР-1, На-200, К-98, Са-13, Mg-9, P-33, Fe-1	.31,25/30/	Бутерброд с повидлом и маслом сл.	14-03
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	4-35
ЭЦ-654, Б-13, Ж-13, У-122, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-641, К-279, Са-168, Mg-44, P-153, Fe-2			
ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/35	Суп рыбный с картоф. с крупой	29-78
ЭЦ-323, Б-19, Ж-18, У-21, Вит.С-25, Вит.РР-4, На-67, К-692, Са-24, Mg-33, P-81, Fe-1	.253	Азу	64-59
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-12
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	8-48
ЭЦ-814, Б-35, Ж-31, У-98, Вит.А-1, Вит.С-50, Вит.РР-6, На-1422, К-1251, Са-64, Mg-70, P-192, Fe-3			139-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/11	Каша пшенная с маслом сливочным	18-63
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/25	Бутерброд с сыром	19-83
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком Несквик	15-57
ЭЦ-645, Б-20, Ж-24, У-88, Вит.С-2, На-851, К-353, Са-451, Mg-44, P-315, Fe-1			
ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-993, К-469, Са-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/35	Суп рыбный с картоф. с крупой	29-78
ЭЦ-323, Б-19, Ж-18, У-21, Вит.С-25, Вит.РР-4, На-67, К-692, Са-24, Mg-33, P-81, Fe-1	.253	Азу	64-59
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-12
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	8-48
ЭЦ-814, Б-35, Ж-31, У-98, Вит.А-1, Вит.С-50, Вит.РР-6, На-1422, К-1251, Са-64, Mg-70, P-192, Fe-3			160-00

1-4 класс

ЭЦ-2592, Б-155, Ж-217, У-6, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.РР-66, На-19177, К-1657, Са-313, Mg-164, P-1442, Fe-15	0.60/6	Птица жареная филе с маслом сл.	45-31
ЭЦ-185, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, На-1451, К-912, Са-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/18	Картофельное пюре с огурец конс.	20-65
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-56
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	8-48
ЭЦ-2959, Б-162, Ж-224, У-75, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-39, Вит.РР-68, На-20809, К-2626, Са-383, Mg-210, P-1584, Fe-17			76

5-11 класс

ЭЦ-323, Б-19, Ж-18, У-21, Вит.С-25, Вит.РР-4, На-67, К-692, Са-24, Mg-33, P-81, Fe-1	.253	Азу	64-59
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/15	Бутерброд с сыром	13-37
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25	Хлеб витаминный	1-56
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный медом	8-48
ЭЦ-672, Б-30, Ж-24, У-83, Вит.С-33, Вит.РР-4, На-612, К-809, Са-239, Mg-55, P-239, Fe-2			88

Свободная продажа

ЭЦ-206, Б-3, Ж-11, У-25	1п.	Печенье <i>Шими</i>	19-22
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный 1 кус.	1-56