

**Меню ШБС школа №3 ОП**

| зн. 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                 | 14-72  |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24                                                      | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                       | 1-56   |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                        | .200/15    | Чай с сахаром                         | 2-42   |
| ЭЦ-446, Б-9, Ж-12, У-76, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-626, K-252, Ca-142, Mg-46, P-192, Fe-2                 |            |                                       |        |
| ЭЦ-105, Б-1, Ж-9, У-4, Вит.А-647, Вит.С-5, Na-429, K-215, Ca-30, Mg-11, P-22                          | .067       | Икра кабачковая                       | 10-56  |
| 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          | .250/10/7  | Борщ из св. капусты с мясом, сметаной | 18-13  |
| ЭЦ-236, Б-11, Ж-21                                                                                    | .090       | Колбаса отварная                      | 56-01  |
| ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1                             | .200       | Макаронные изделия отварные           | 12-18  |
| ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1                              | .2к/62,5г  | Хлеб витаминный                       | 3-12   |
| ЭЦ-91, У-24, K-1                                                                                      | .200       | Напиток из брусники                   | 20-30  |
| ЭЦ-1030, Б-29, Ж-47, У-124, Вит.А-648, Вит.С-26, Вит.РР-3, Na-4494, K-724, Ca-138, Mg-58, P-193, Fe-3 |            |                                       | 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-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24                                                      | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                       | 1-56   |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                        | .200/15    | Чай с сахаром                         | 2-42   |
| ЭЦ-446, Б-9, Ж-12, У-76, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-626, K-252, Ca-142, Mg-46, P-192, Fe-2                 |            |                                       |        |
| ЭЦ-105, Б-1, Ж-9, У-4, Вит.А-647, Вит.С-5, Na-429, K-215, Ca-30, Mg-11, P-22                          | .067       | Икра кабачковая                       | 10-56  |
| 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 | 18-80  |
| ЭЦ-236, Б-11, Ж-21                                                                                    | .090/5     | Колбаса отварная с маслом сливочным   | 59-97  |
| ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1                             | .200       | Макаронные изделия отварные           | 12-18  |
| ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1                              | .2к/62,5г  | Хлеб витаминный                       | 3-12   |
| ЭЦ-91, У-24, K-1                                                                                      | .200       | Напиток из брусники                   | 20-30  |
| ЭЦ-411, Б-5, Ж-16, У-62, Na-88, K-62, Ca-15, Mg-7, P-52, Fe-1                                         | .100       | Кекс Чайный                           | 12-41  |
| ЭЦ-1441, Б-34, Ж-63, У-186, Вит.А-648, Вит.С-26, Вит.РР-3, Na-4582, K-786, Ca-153, Mg-65, P-245, Fe-4 |            |                                       | 160-00 |

**1-4 класс**

|                                                                                                    |            |                                      |       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------|-------|
| ЭЦ-105, Б-1, Ж-9, У-4, Вит.А-647, Вит.С-5, Na-429, K-215, Ca-30, Mg-11, P-22                       | .067       | Икра кабачковая                      | 10-56 |
| ЭЦ-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, Na-3, K-60, Ca-4, Mg-4, P-11                                      | .050/50    | Гуляш                                | 44-58 |
| 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 | 16-88 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24                                                   | .1к/31,25г | Хлеб витаминный                      | 1-56  |
| ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1                                                     | .200/15    | Чай с сахаром                        | 2-42  |
| ЭЦ-969, Б-18, Ж-46, У-92, Вит.А-648, Вит.С-10, Вит.РР-1, Na-1385, K-442, Ca-67, Mg-64, P-184, Fe-2 |            |                                      | 76    |

**5-11 класс**

|                                                                              |           |                             |       |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------|-------|
| ЭЦ-105, Б-1, Ж-9, У-4, Вит.А-647, Вит.С-5, Na-429, K-215, Ca-30, Mg-11, P-22 | .067      | Икра кабачковая             | 10-56 |
| ЭЦ-176, Б-8, Ж-16                                                            | .067      | Колбаса отварная            | 41-84 |
| ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1    | .200      | Макаронные изделия отварные | 12-18 |
| ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1     | .2к/62,5г | Хлеб витаминный             | 3-12  |

ЭЦ-91, У-24, К-1

.200

*Напиток из брусники*

20-30

ЭЦ-824, Б-22, Ж-33, У-110, Вит.А-647, Вит.С-5,  
Вит.РР-2, Na-3503, К-368, Са-84, Mg-33, Р-135,  
Fe-2

88

**Свободная продажа**

ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-2591,  
К-67, Са-33, Mg-8, Р-26, Fe-1  
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85,  
Са-39, Mg-12, Р-66, Fe-1

.050/5/20

*Котлета мясная с маслом, огурец конс.*

34-45

.200

*Макаронные изделия отварные*

12-18

.100

*Пряник -Берёзка-*

10-22

ЭЦ-512, Б-20, Ж-20, У-63, Вит.С-2, Вит.РР-3,  
Na-5303, К-152, Са-72, Mg-20, Р-92, Fe-2

Руководитель

Зав.производством

