

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, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом	21-25
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050/24	Бутерброд с сыром	21-41
ЭЦ-102, Б-2, Ж-3, У-17, Вит.А-22, Na-41, K-138, Ca-100, Mg-15, P-76, Fe-1	.200	Чай с молоком сгущенным	10-62
ЭЦ-579, Б-15, Ж-17, У-90, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-714, K-338, Ca-233, Mg-36, P-204, Fe-2			
ЭЦ-125, Б-1, Ж-11, У-4, Вит.А-773, Вит.С-6, Na-512, K-256, Ca-36, Mg-13, P-26, Fe-1	.080	Икра кабачковая	12-60
ЭЦ-199, Б-5, Ж-6, У-30, Вит.А-1, Вит.С-20, Вит.РР-2, Na-722, K-619, Ca-71, Mg-33, P-113, Fe-1	.250/25	Суп-пюре с гренками	18-93
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	55-09
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-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-50
ЭЦ-1343, Б-27, Ж-53, У-158, Вит.А-774, Вит.С-75, Вит.РР-5, Na-1769, K-2206, Ca-161, Mg-112, P-336, Fe-6			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом	21-25
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050/17	Бутерброд с сыром	16-98
ЭЦ-102, Б-2, Ж-3, У-17, Вит.А-22, Na-41, K-138, Ca-100, Mg-15, P-76, Fe-1	.200	Чай с молоком сгущенным	10-62
ЭЦ-579, Б-15, Ж-17, У-90, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-714, K-338, Ca-233, Mg-36, P-204, Fe-2			
ЭЦ-311, Б-10, Ж-15, У-33, Вит.РР-1, Na-215, K-72, Ca-14, Mg-9, P-56, Fe-1	.090	Колбаса, запеченная в тесте	28-43
ЭЦ-125, Б-1, Ж-11, У-4, Вит.А-773, Вит.С-6, Na-512, K-256, Ca-36, Mg-13, P-26, Fe-1	.080	Икра кабачковая	12-60
ЭЦ-199, Б-5, Ж-6, У-30, Вит.А-1, Вит.С-20, Вит.РР-2, Na-722, K-619, Ca-71, Mg-33, P-113, Fe-1	.250/25	Суп-пюре с гренками	18-93
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	55-09
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-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-50
ЭЦ-1654, Б-37, Ж-68, У-191, Вит.А-774, Вит.С-75, Вит.РР-6, Na-1984, K-2278, Ca-175, Mg-121, P-392, Fe-7			178-00

1-4 класс

ЭЦ-707, Б-19, Ж-31, У-65, Na-931, K-3, Ca-10, Mg-1, P-6	.060/10	Шницель н-р с маслом сл. (свин. выр.)	56-77
ЭЦ-170, Б-6, Ж-6, У-23, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-2, Na-41, K-601, Ca-145, Mg-52, P-103, Fe-2	.200	Капуста тушеная	15-43
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-50
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-1159, Б-29, Ж-38, У-151, Вит.А-1, Вит.С-139, Вит.РР-3, Na-1220, K-785, Ca-173, Mg-64, P-151, Fe-4			84

5-11 класс

ЭЦ-125, Б-1, Ж-11, У-4, Вит.А-773, Вит.С-6, Na-512, K-256, Ca-36, Mg-13, P-26, Fe-1	.080	Икра кабачковая	12-60
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	55-09
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050/18	Бутерброд с сыром	17-51

ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10,
Mg-7, P-37, Fe-1
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, P-5,
Fe-1

.050

Батон нарезной

2-30

0.200

Компот из яблок

9-50

97

ЭЦ-1144, Б-22, Ж-46, У-127, Вит.А-773,
Вит.С-55, Вит.РР-4, Na-1048, К-1587, Са-91,
Mg-79, P-223, Fe-6

Свободная продажа

ЭЦ-409, Б-10, Ж-28, Na-1549, К-11, Са-17, Mg-2, P-6
ЭЦ-170, Б-6, Ж-6, У-23, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-2,
Na-41, К-601, Са-145, Mg-52, P-103, Fe-2
ЭЦ-270, Б-6, Ж-10, У-37, Вит.С-10, Вит.РР-1, Na-60,
К-354, Са-22, Mg-20, P-86, Fe-1

.050/20

Мясо отварное огурец конс.

52-90

.200

Капуста тушеная

15-41

.100

Шаньга Домашняя с картофелем

12-09

.100

Ватрушка Витая

12-88

.080

Кекс Чайный

9-84

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

0.200

Сок Фруктовый 1кор

15-60

ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2,
Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, P-180, Fe-2

0.080

Коржик Молочный

11-30

ЭЦ-322, Б-5, Ж-10, У-54, Вит.РР-1, Na-27, К-73, Са-21,
Mg-9, P-51, Fe-1

ЭЦ-2050, Б-36, Ж-67, У-290, Вит.А-13001,
Вит.С-182, Вит.РР-6, Na-1768, К-3538, Са-417,
Mg-189, P-467, Fe-7

Руководитель

Зав.производством

