

18 Января 2021 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, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша пшеничная с маслом	12-52
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-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком Несквик	16-05
ЭЦ-626, Б-16, Ж-19, У-98, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-723, K-347, Ca-253, Mg-35, P-218, Fe-1			
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-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, K-331, Ca-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	19-72
ЭЦ-184, Б-9, Ж-17	.070/5	Колбаса отварная с маслом сливочным	48-47
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	17-16
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-114, У-30, K-1, Ca-1	.200	Компот из ягод	20-58
ЭЦ-1251, Б-33, Ж-51, У-168, Вит.А-775, Вит.С-20, Вит.РР-3, Na-2356, K-804, Ca-104, Mg-85, P-266, Fe-4			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	16-66
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-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком Несквик	16-05
ЭЦ-626, Б-16, Ж-19, У-98, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-723, K-347, Ca-253, Mg-35, P-218, Fe-1			
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-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, K-331, Ca-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/10/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	19-72
ЭЦ-184, Б-9, Ж-17	.070/9	Колбаса отварная с маслом сливочным	51-71
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	17-16
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-276, Б-13, Ж-8, У-37, Вит.РР-1, Na-374, K-74, Ca-15, Mg-9, P-48, Fe-1	0.100	Расстегай Московский	16-62
ЭЦ-114, У-30, K-1, Ca-1	.200	Компот из ягод	20-58
ЭЦ-1527, Б-46, Ж-59, У-205, Вит.А-775, Вит.С-20, Вит.РР-4, Na-2730, K-878, Ca-119, Mg-94, P-314, Fe-5			178-00

1-4 класс

ЭЦ-223, Б-11, Ж-14, У-14, Вит.А-1, Вит.С-5, Вит.РР-2, Na-2091, K-111, Ca-36, Mg-11, P-40, Fe-1	.070/50	Тефтели с соусом	44-41
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	Рис припущенный с овощами	17-07
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-114, У-30, K-1, Ca-1	.200	Компот из ягод	20-58
ЭЦ-734, Б-19, Ж-23, У-114, Вит.А-2, Вит.С-7, Вит.РР-3, Na-3043, K-254, Ca-65, Mg-56, P-183, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-78, Б-1, Ж-7, У-3, Вит.А-483, Вит.С-4, Na-320, K-160, Ca-23, Mg-8, P-16	.050	Икра кабачковая	7-88
ЭЦ-184, Б-9, Ж-17	.070/5	Колбаса отварная с маслом сливочным	48-47
ЭЦ-280, Б-5, Ж-8, У-47, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, K-97, Ca-19, Mg-36, P-107, Fe-1	.180	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	15-47

ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108,
Са-19, Мг-14, Р-74, Fe-1

ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1

ЭЦ-952, Б-23, Ж-35, У-139, Вит.А-484, Вит.С-6,
Вит.РР-2, На-1485, К-366, Са-62, Мг-58, Р-197,
Fe-2

.100

Батон нарезной

4-60

.200

Компот из ягод

20-58

97

Свободная продажа

ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-2591,
К-67, Са-33, Мг-8, Р-26, Fe-1

.050/5/20

**Котлета мясная с маслом сл. огурец
конс.**

41-77

ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1,
На-771, К-108, Са-21, Мг-40, Р-119, Fe-1

.200

**Каша гречневая рассыпчатая с
овощами**

17-16

ЭЦ-325, Б-11, Ж-18, У-30, Вит.РР-1, На-605, К-177,
Са-31, Мг-18, Р-131, Fe-2

1шт

Сосиска, запеченная в тесте

21-28

ЭЦ-215, Б-5, Ж-12, У-22, На-50, К-52, Са-37, Мг-8,
Р-67

.052

Ватрушка Лакомка

11-44

ЭЦ-194, Б-5, Ж-5, У-32, Вит.РР-1, На-202, К-67, Са-13,
Мг-8, Р-51, Fe-1

0.080

Булочка Сластена

10-65

ЭЦ-198, Б-5, Ж-5, У-33, Вит.РР-1, На-215, К-70, Са-14,
Мг-8, Р-53, Fe-1

.100

Пирожок с капустой печеный

11-27

ЭЦ-1475, Б-44, Ж-62, У-185, Вит.А-1, Вит.С-4,
Вит.РР-6, На-4434, К-541, Са-149, Мг-90,
Р-447, Fe-6

Руководитель

Зав. производством

