

21 Января 2021 г.

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-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом	16-28
ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-55, Са-11, Мг-7, Р-39, Fe-1	.050/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-19
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, На-25, К-73, Са-60, Мг-7, Р-45	.200	Кофе растворимый с молоком	14-96
ЭЦ-629, Б-15, Ж-25, У-87, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-698, К-274, Са-194, Мг-28, Р-175, Fe-1			

ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-1024, К-513, Са-41, Мг-29, Р-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленин. с цыпленком, сметаной	26-13
ЭЦ-165, Б-11, Ж-12, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-2, На-1530, К-47, Са-35, Мг-7, Р-36	0.065/10	Котлета Здоровье с маслом сл.	49-25
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612, К-1013, Са-70, Мг-44, Р-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	16-98
ЭЦ-18, Б-1, У-3, Вит.С-5, На-166, К-46, Са-9, Мг-10, Р-29	.030	Зеленый горошек конс.	11-26
ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108, Са-19, Мг-14, Р-74, Fe-1	.100	Батон нарезной	4-60
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Мг-21, Р-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	4-35
ЭЦ-959, Б-28, Ж-30, У-144, Вит.А-3, Вит.С-58, Вит.РР-7, На-4807, К-1762, Са-206, Мг-125, Р-382, Fe-5			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Мг-14, Р-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом	16-28
ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-55, Са-11, Мг-7, Р-39, Fe-1	.050/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-19
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, На-25, К-73, Са-60, Мг-7, Р-45	.200	Кофе растворимый с молоком	14-96
ЭЦ-629, Б-15, Ж-25, У-87, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-698, К-274, Са-194, Мг-28, Р-175, Fe-1			

ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, На-1024, К-513, Са-41, Мг-29, Р-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленин. с цыпленком, сметаной	26-13
ЭЦ-165, Б-11, Ж-12, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-2, На-1530, К-47, Са-35, Мг-7, Р-36	0.065/8	Котлета Здоровье с маслом сл.	47-41
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612, К-1013, Са-70, Мг-44, Р-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	16-98
ЭЦ-18, Б-1, У-3, Вит.С-5, На-166, К-46, Са-9, Мг-10, Р-29	.030	Зеленый горошек конс.	11-26
ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108, Са-19, Мг-14, Р-74, Fe-1	.100	Батон нарезной	4-60
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Мг-14, Р-90	.200	Какао с молоком Несквик	16-05
ЭЦ-328, Б-8, Ж-6, У-59, Вит.РР-1, На-299, К-109, Са-21, Мг-15, Р-77, Fe-1	.100	Булочка Веснушка	14-14
ЭЦ-1313, Б-38, Ж-41, У-197, Вит.А-2, Вит.С-58, Вит.РР-7, На-5152, К-1983, Са-315, Мг-133, Р-520, Fe-5			178-00

1-4 класс

ЭЦ-68, Б-1, Ж-4, У-7, Вит.С-31, Вит.РР-1, На-319, К-138, Са-37, Мг-12, Р-26	.080	Салат Пестрый	16-40
ЭЦ-204, Б-14, Ж-13, У-7, Вит.С-1, На-1642, К-42, Са-32, Мг-8, Р-40	.070/5	Суфле Рыбка с маслом сл.	30-69
ЭЦ-198, Б-4, Ж-7, У-28, Вит.С-33, Вит.РР-2, На-1548, К-973, Са-68, Мг-43, Р-126, Fe-2	.192	Картофельное пюре	16-26
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Мг-14, Р-90	.200	Какао с молоком Несквик	16-05
ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108, Са-19, Мг-14, Р-74, Fe-1	.100	Батон нарезной	4-60
ЭЦ-915, Б-30, Ж-32, У-126, Вит.С-66, Вит.РР-4, На-4030, К-1408, Са-276, Мг-91, Р-356, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-165, Б-11, Ж-12, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-2, На-1530, К-47, Са-35, Мг-7, Р-36	0.065/8	Котлета Здоровье с маслом сл.	48-11
---	---------	-------------------------------	-------

ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612,
 К-1013, Са-70, Mg-44, Р-131, Fe-2
 ЭЦ-18, Б-1, У-3, Вит.С-5, Na-166, К-46, Са-9, Mg-10,
 Р-29
 ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108,
 Са-19, Mg-14, Р-74, Fe-1
 ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Са-120,
 Mg-14, Р-90
 ЭЦ-834, Б-27, Ж-27, У-120, Вит.А-1, Вит.С-41,
 Вит.РР-5, Na-3829, К-1361, Са-253, Mg-89,
 Р-360, Fe-3

.200	Картофельное пюре	16-98
.030	Зеленый горошек конс	11-26
.100	Батон нарезной	4-60
.200	Какао с молоком Несквик	16-05
		97

Свободная продажа

ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6,
 Mg-5, Р-14
 ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612,
 К-1013, Са-70, Mg-44, Р-131, Fe-2
 ЭЦ-270, Б-6, Ж-10, У-37, Вит.С-10, Вит.РР-1, Na-60,
 К-354, Са-22, Mg-20, Р-86, Fe-1
 ЭЦ-198, Б-5, Ж-5, У-33, Вит.РР-1, Na-215, К-70, Са-14,
 Mg-8, Р-53, Fe-1
 ЭЦ-194, Б-5, Ж-5, У-32, Вит.РР-1, Na-202, К-67, Са-13,
 Mg-8, Р-51, Fe-1
 ЭЦ-1370, Б-31, Ж-61, У-136, Вит.С-48,
 Вит.РР-5, Na-2092, К-1580, Са-125, Mg-85,
 Р-335, Fe-5

.050/50	Гуляш	61-43
.200	Картофельное пюре	16-98
.100	Шаньга Домашняя с картофелем	11-95
.100	Пирожок с капустой печеный	11-27
0.080	Булочка Сладкая	10-65

Руководитель
 Зав.производством

