

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 пшенная с маслом сливочным	18-35
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-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-534, Б-13, Ж-14, У-88, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-674, K-225, Ca-138, Mg-25, P-136, Fe-2			
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	22-33
ЭЦ-364, Б-15, Ж-26, У-6, Вит.С-1, Na-1522, K-38, Ca-24, Mg-4, P-25	.065/10	Шницель рубленый Дружба с маслом сл.	56-32
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	12-05
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 сливы	14-03
ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, K-61, Ca-50, Mg-6, P-38	.200	Йогурт	21-60
ЭЦ-1244, Б-35, Ж-46, У-162, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-3, Na-5729, K-775, Ca-194, Mg-65, 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 пшенная с маслом сливочным	18-35
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-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-534, Б-13, Ж-14, У-88, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-674, K-225, Ca-138, Mg-25, P-136, Fe-2			
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	22-33
ЭЦ-364, Б-15, Ж-26, У-6, Вит.С-1, Na-1522, K-38, Ca-24, Mg-4, P-25	.065/10	Шницель рубленый Дружба с маслом сл.	56-32
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	12-05
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-435, Б-11, Ж-24, У-44, Вит.РР-1, Na-100, K-104, Ca-74, Mg-16, P-135, Fe-1	.105	Ватрушка Лакомка	24
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из сливы	14-03
ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, K-61, Ca-50, Mg-6, P-38	.200	Йогурт	21-60
ЭЦ-1679, Б-46, Ж-70, У-206, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-4, Na-5829, K-879, Ca-268, Mg-81, P-401, Fe-5			178-00

1-4 класс

ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250	Жаркое по-домашнему	54-32
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-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, K-61, Ca-50, Mg-6, P-38	.200	Йогурт	21-60
ЭЦ-632, Б-26, Ж-22, У-79, Вит.С-44, Вит.РР-6, Na-335, K-1309, Ca-152, Mg-72, P-246, Fe-4			84

5-11 класс

ЭЦ-336, Б-14, Ж-24, У-6, Вит.С-1, Na-1405, K-35, Ca-23, Mg-4, P-23	.060/7	Шницель рубленый Дружба с маслом сл.	50-03
ЭЦ-210, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, Na-2034, K-64, Ca-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	9-04

ЭЦ-134, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10,
Р-37, Fe-1
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, Р-5,
Fe-1
ЭЦ-24, Б-1, Ж-1, У-2, Вит.С-1, Na-21, К-61, Са-50,
Mg-6, Р-38
ЭЦ-852, Б-24, Ж-31, У-106, Вит.С-9, Вит.РР-2,
Na-3708, К-341, Са-121, Mg-30, Р-152, Fe-3

.050

Батон нарезной

2-30

0.200

Компот из сливы

14-03

.200

Йогурт

21-60

97

Свободная продажа

ЭЦ-191, Б-9, Ж-12, У-12, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-1793,
К-95, Са-31, Mg-10, Р-34, 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
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

.060/50

Тефтели с соусом

28-97

.200

Макаронные изделия отварные

12-05

.100

Шаньга Домашняя с картофелем

12-09

ЭЦ-741, Б-22, Ж-29, У-96, Вит.С-14, Вит.РР-3,
Na-4565, К-534, Са-92, Mg-42, Р-186, Fe-3

Руководитель

Зав.производством

