

19 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, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, Р-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	18-35
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, На-416, К-79, Са-230, Mg-18, Р-156, Fe-1	.050/22	Бутерброд с сыром	20-37
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком Несквик	18-73
ЭЦ-705, Б-21, Ж-26, У-98, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-903, К-372, Са-473, Mg-46, Р-337, Fe-1			
ЭЦ-146, Б-4, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, На-991, К-356, Са-54, Mg-25, Р-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	21-55
ЭЦ-207, Б-10, Ж-13, У-13, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-1, На-1942, К-103, Са-33, Mg-11, Р-37, Fe-1	.065/50	Тефтели с соусом	39-80
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-771, К-108, Са-21, Mg-40, Р-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	16-54
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, Р-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-30
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Напиток из облепихи	16-36
ЭЦ-926, Б-23, Ж-32, У-138, Вит.А-3, Вит.С-27, Вит.РР-4, На-3940, К-622, Са-119, Mg-83, Р-251, Fe-4			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, Р-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	18-35
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, На-416, К-79, Са-230, Mg-18, Р-156, Fe-1	.050/22	Бутерброд с сыром	20-79
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком Несквик	18-73
ЭЦ-705, Б-21, Ж-26, У-98, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-903, К-372, Са-473, Mg-46, Р-337, Fe-1			
ЭЦ-146, Б-4, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, На-991, К-356, Са-54, Mg-25, Р-58, Fe-1	.250/10/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	21-55
ЭЦ-207, Б-10, Ж-13, У-13, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-1, На-1942, К-103, Са-33, Mg-11, Р-37, Fe-1	.065/50	Тефтели с соусом	39-80
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-771, К-108, Са-21, Mg-40, Р-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	16-54
ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108, Са-19, Mg-14, Р-74, Fe-1	.100	Батон нарезной	4-60
ЭЦ-325, Б-11, Ж-18, У-30, Вит.РР-1, На-605, К-177, Са-31, Mg-18, Р-131, Fe-2	1шт	Сосиска, запеченная в тесте	21-28
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Напиток из облепихи	16-36
ЭЦ-1399, Б-38, Ж-52, У-198, Вит.А-3, Вит.С-27, Вит.РР-5, На-4780, К-853, Са-159, Mg-108, Р-419, Fe-6			178-00

1-4 класс

ЭЦ-171, Б-8, Ж-15	.065/10	Колбаса отварная с маслом сливочным	48-36
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612, К-1013, Са-70, Mg-44, Р-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	16-98
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, Р-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-30
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Напиток из облепихи	16-36
ЭЦ-639, Б-16, Ж-23, У-88, Вит.С-34, Вит.РР-3, На-1848, К-1068, Са-81, Mg-51, Р-168, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-207, Б-10, Ж-13, У-13, Вит.А-1, Вит.С-4, Вит.РР-1, На-1942, К-103, Са-33, Mg-11, Р-37, Fe-1	.065/50	Тефтели с соусом	39-80
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-771, К-108, Са-21, Mg-40, Р-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	16-54
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, На-416, К-79, Са-230, Mg-18, Р-156, Fe-1	.050/24	Бутерброд с сыром	22
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, Р-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-30
ЭЦ-114, У-30, К-1, Са-1	.200	Напиток из облепихи	16-36

ЭЦ-1007, Б-28, Ж-31, У-153, Вит.А-2, Вит.С-6,
Вит.РР-4, Na-3365, К-345, Са-295, Mg-76,
Р-349, Fe-4

97

Свободная продажа

ЭЦ-152, Б-19, Ж-7, У-3, Вит.А-1, Вит.С-2, Na-908, К-37,
Са-13, Mg-4, Р-10
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-211, Б-5, Ж-12, У-21, Na-49, К-51, Са-36, Mg-8,
Р-66
ЭЦ-325, Б-11, Ж-18, У-30, Вит.РР-1, Na-605, К-177,
Са-31, Mg-18, Р-131, Fe-2

ЭЦ-1556, Б-55, Ж-64, У-185, Вит.А-1, Вит.С-46,
Вит.РР-6, Na-3651, К-1769, Са-199, Mg-110,
Р-528, Fe-7

.050/25	<i>Рыба припущенная с овощами</i>	52-71
.200	<i>Картофельное пюре</i>	16-98
.100	<i>Шаньга Домашняя с картофелем</i>	11-95
.100	<i>Пирожок с капустой печеный</i>	11-27
0.080	<i>Булочка Сладкая</i>	10-65
.051	<i>Ватрушка Лакомка</i>	11-22
шт	<i>Сосиска, запеченная в тесте</i>	21-28

Руководитель

Зав.производством

