

20 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-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом	19-52
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-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	10-37
ЭЦ-553, Б-12, Ж-16, У-89, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-721, K-385, Ca-240, Mg-59, P-273, Fe-3			
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	8-04
ЭЦ-193, Б-10, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-996, K-478, Ca-34, Mg-26, P-70, Fe-1	.250/20/10	Суп рыбный картоф. с крупой со сметаной	26-47
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.	55-71
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, K-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	17-25
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	9-74
ЭЦ-1271, Б-38, Ж-52, У-149, Вит.А-484, Вит.С-63, Вит.РР-4, Na-4933, K-1924, Ca-178, Mg-100, P-321, Fe-5			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/10	Каша рисовая с маслом	19-52
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-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	10-37
ЭЦ-553, Б-12, Ж-16, У-89, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-2, Na-721, K-385, Ca-240, Mg-59, P-273, Fe-3			
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	8-04
ЭЦ-193, Б-10, Ж-9, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-996, K-478, Ca-34, Mg-26, P-70, Fe-1	.250/20/10	Суп рыбный с картоф. с крупой со сметаной	26-47
ЭЦ-364, Б-15, Ж-26, У-6, Вит.С-1, Na-1522, K-38, Ca-24, Mg-4, P-25	.065/5	Шницель рубленый Дружба с маслом сл.	51-12
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, K-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	17-25
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-270, Б-6, Ж-10, У-37, Вит.С-10, Вит.РР-1, Na-60, K-354, Ca-22, Mg-20, P-86, Fe-1	.100	Шаньга Домашняя с картофелем	12-99
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-74
ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2, Na-20, K-2450, Ca-200, Mg-100, P-180, Fe-2	0.200	Сок Фруктовый Икор	15-60
ЭЦ-2091, Б-49, Ж-62, У-313, Вит.А-13484, Вит.С-113, Вит.РР-7, Na-5013, K-4728, Ca-400, Mg-220, P-587, Fe-8			178-00

1-4 класс

ЭЦ-480, Б-21, Ж-19, У-55, Вит.А-2, Вит.С-13, Вит.РР-4, Na-1566, K-327, Ca-37, Mg-54, P-137, Fe-2	250	Плов	68-39
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-114, У-30, K-1, Ca-1	.200	Компот из ягод	13-31
ЭЦ-742, Б-25, Ж-20, У-114, Вит.А-2, Вит.С-13, Вит.РР-5, Na-1802, K-382, Ca-48, Mg-61, P-174, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-53, Б-1, Ж-3, У-6, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-782, К-100, Са-33, Mg-10, Р-18

ЭЦ-364, Б-15, Ж-26, У-6, Вит.С-1, Na-1522, К-38, Са-24, Mg-4, Р-25

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

ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, Р-5, Fe-1

ЭЦ-1053, Б-28, Ж-39, У-134, Вит.А-1, Вит.С-57, Вит.РР-3, Na-4399, К-1386, Са-154, Mg-76, Р-253, Fe-4

.100

Салат из свежей капусты

9-73

.065/10

Шницель рубленый Дружба с маслом сл.

55-71

.200

Картофельное пюре

17-25

.100

Батон нарезной

4-60

0.200

Компот из яблок

9-71

97

Свободная продажа

ЭЦ-199, Б-11, Ж-15, У-5, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-143, К-50, Са-10, Mg-4, Р-23

.050/5/20

Зразв -Верх-Исетские- с маслом сливочным . огурец конс.

52-49

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

.200

Картофельное пюре

17-25

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

.100

Пирожок с капустой печеный

11-40

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

0.080

Булочка Сладкая

10-65

ЭЦ-211, Б-5, Ж-12, У-21, Na-49, К-51, Са-36, Mg-8, Р-66

.051

Ватрушка Лакомка

11-22

ЭЦ-1008, Б-30, Ж-44, У-120, Вит.С-36, Вит.РР-6, Na-2221, К-1251, Са-143, Mg-72, Р-324, Fe-4

Руководитель

Зав.производством