

01 Февраля 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	.200/8	Каша рисовая с маслом	18-11
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/15	Бутерброд с сыром	13-53
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, K-1042, Ca-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный с молоком	10-02
ЭЦ-527, Б-22, Ж-20, У-79, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-825, K-1295, Ca-546, Mg-238, P-640, Fe-36			
ЭЦ-321, Б-13, Ж-30, Вит.РР-1, Na-620, K-126, Ca-11, Mg-9, P-77, Fe-1	.075	Лечо	12-56
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/30/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	21-29
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-64
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	14-03
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	7-94
ЭЦ-1557, Б-44, Ж-85, У-124, Вит.А-2, Вит.С-46, Вит.РР-9, Na-2371, K-745, Ca-84, Mg-85, P-336, Fe-4			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-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/15	Бутерброд с сыром	13-53
ЭЦ-57, Б-8, Ж-2, У-17, Вит.С-4, Вит.РР-3, Na-17, K-1042, Ca-208, Mg-185, P-346, Fe-34	.200/15	Чай пакетированный с молоком	10-02
ЭЦ-527, Б-22, Ж-20, У-79, Вит.С-5, Вит.РР-4, Na-825, K-1295, Ca-546, Mg-238, P-640, Fe-36			
ЭЦ-321, Б-13, Ж-30, Вит.РР-1, Na-620, K-126, Ca-11, Mg-9, P-77, Fe-1	.075	Лечо	12-56
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/30/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	21-29
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-64
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	14-03
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
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	12-16
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	18-37
ЭЦ-1942, Б-53, Ж-100, У-177, Вит.А-2, Вит.С-29, Вит.РР-6, Na-2481, K-1246, Ca-226, Mg-119, P-512, Fe-5			178-00

1-4 класс

ЭЦ-321, Б-13, Ж-30, Вит.РР-1, Na-620, K-126, Ca-11, Mg-9, P-77, Fe-1	.075	Лечо	12-56
ЭЦ-184, Б-9, Ж-17	.070/5	Колбаса отварная с маслом сливочным	48-98
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	12-58
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	7-94
ЭЦ-936, Б-30, Ж-56, У-79, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-6, Na-1572, K-268, Ca-39, Mg-54, P-220, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-321, Б-13, Ж-30, Вит.РР-1, Na-620, К-126, Са-11, Mg-9, Р-77, Fe-1
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Са-6, Mg-5, Р-14

ЭЦ-259, Б-4, Ж-7, У-43, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-644, К-90, Са-18, Mg-33, Р-99, Fe-1

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, Р-28

ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24

ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4

ЭЦ-1372, Б-34, Ж-80, У-95, Вит.А-1, Вит.С-33, Вит.РР-6, Na-1648, К-365, Са-51, Mg-58, Р-242, Fe-2

.075 Лечо

12-56

.060/60 Гуляш

52-64

.167 Каша гречневая рассыпчатая с овощами

11-71

.31,25/10 Бутерброд с маслом сливочным

10-21

.1к/31,25г Хлеб витаминный

1-94

.200 Напиток Виталайт

7-94

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

.060/50 Тефтели с соусом

28-97

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

.200 Каша гречневая рассыпчатая с овощами

14-03

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

11-41

ЭЦ-182, Б-5, Ж-5, У-30, Вит.РР-1, Na-190, К-63, Са-12, Mg-8, Р-48, Fe-1

0.075 Булочка Сладкая

9-99

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

1шт Сосиска, запеченная в тесте

28-04

ЭЦ-397, Б-12, Ж-24, У-33, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-344, К-168, Са-136, Mg-20, Р-140, Fe-1

.100 Пицца с колбасой

36-52

ЭЦ-366, Б-5, Ж-16, У-51, Вит.РР-1, Na-42, К-84, Са-16, Mg-9, Р-48, Fe-1

.080 Песочная Турбинка

14-74

ЭЦ-412, Б-5, Ж-16, У-62, Na-88, К-62, Са-15, Mg-7, Р-52, Fe-1

.100 Кекс Чайный

14-41

ЭЦ-2382, Б-57, Ж-105, У-303, Вит.А-1, Вит.С-10, Вит.РР-7, Na-4048, К-827, Са-276, Mg-120, Р-625, Fe-9

Руководитель

Зав.производством