

02 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-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, На-437, К-146, Са-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша пшеничная с маслом	12-52
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-30
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	4-35
ЭЦ-600, Б-14, Ж-14, У-104, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-677, К-235, Са-165, Mg-42, P-157, Fe-2			
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	17-98
ЭЦ-153, Б-1, Ж-16, У-2, Вит.С-6, На-315, К-91, Са-18, Mg-9, P-28	.080	Салат из свежих огурцов	35-80
ЭЦ-184, Б-9, Ж-17	.070/5	Колбаса отварная с маслом сливочным	48-75
ЭЦ-289, Б-5, Ж-8, У-48, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-717, К-100, Са-20, Mg-37, P-111, Fe-1	.186	Рис припущенный с овощами	12-01
ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Батон нарезной	4-60
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, На-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	15-69
ЭЦ-1196, Б-29, Ж-50, У-158, Вит.А-2, Вит.С-27, Вит.РР-4, На-2125, К-874, Са-92, Mg-92, P-309, 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, P-91	.200/5	Каша пшеничная с маслом	12-52
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, На-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	17-40
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из сухофруктов	4-35
ЭЦ-619, Б-18, Ж-19, У-94, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-805, К-241, Са-363, Mg-51, P-254, Fe-2			
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, На-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/25	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком	17-98
ЭЦ-124, Ж-13, У-1, Вит.С-5, На-256, К-74, Са-15, Mg-8, P-23	.065	Салат из свежих огурцов	29-06
ЭЦ-184, Б-9, Ж-17	.070/5	Колбаса отварная с маслом сливочным	48-75
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, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	12-91
ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, На-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Батон нарезной	4-60
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, На-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	15-69
ЭЦ-366, Б-5, Ж-16, У-51, Вит.РР-1, На-42, К-84, Са-16, Mg-9, P-48, Fe-1	.080	Песочная Турбинка	14-74
ЭЦ-1555, Б-33, Ж-64, У-212, Вит.А-2, Вит.С-26, Вит.РР-5, На-2162, К-949, Са-106, Mg-103, P-360, Fe-5			178-00

1-4 класс

ЭЦ-602, Б-13, Ж-41, У-6, Вит.С-5, На-4, К-91, Са-7, Mg-6, P-17	.060/60	Гуляш	52-64
ЭЦ-301, Б-5, Ж-8, У-50, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-748, К-105, Са-20, Mg-39, P-116, Fe-1	.194	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	13-37
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-30
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, На-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	15-69
ЭЦ-1161, Б-22, Ж-50, У-113, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-2, На-994, К-320, Са-46, Mg-57, P-177, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-78, Ж-8, У-1, Вит.С-3, На-161, К-47, Са-9, Mg-5, P-14	.040	Салат из свежих огурцов	18-28
--	------	-------------------------	-------

ЭЦ-184, Б-9, Ж-17
ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579,
К-81, Са-16, Mg-30, Р-89, Fe-1
ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108,
Са-19, Mg-14, Р-74, Fe-1
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, Р-7,
Fe-1

ЭЦ-901, Б-21, Ж-34, У-127, Вит.С-6, Вит.РР-2,
Na-1217, К-306, Са-53, Mg-54, Р-184, Fe-3

.070/5	Колбаса отварная с маслом сливочным	48-75
.150	Рис припущенный с овощами	9-68
.100	Батон нарезной	4-60
.200	Компот из груш	15-69

97

Свободная продажа

ЭЦ-155, Б-9, Ж-9, У-11, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-1727,
К-44, Са-22, Mg-5, Р-17

ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85,
Са-39, Mg-12, Р-66, Fe-1

ЭЦ-396, Б-8, Ж-12, У-65, Вит.РР-1, Na-818, К-106,
Са-30, Mg-12, Р-87, Fe-1

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

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

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

ЭЦ-550, Б-5, У-127, Вит.А-13000, Вит.С-40, Вит.РР-2,
Na-20, К-2450, Са-200, Mg-100, Р-180, Fe-2

.050/5/20	Биточки мясные с маслом сл. огурец конс.	30-58
.200	Макаронные изделия отварные	13-08
.100	Рулет с изюмом	16-24
.100	Пицца с колбасой	36-52
шт	Сосиска, запеченная в тесте	28-04
.100	Пирожок с капустой печеный	11-27
.100	Шаньга Домашняя с картофелем	12-01
0.200	Сок Фруктовый 1кор	15-60
.600	Вода Обуховская	16-80

ЭЦ-2571, Б-63, Ж-85, У-383, Вит.А-13000,
Вит.С-56, Вит.РР-9, Na-6501, К-3454, Са-494,
Mg-195, Р-760, Fe-9

Руководитель

Зав.производством