

08 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	.200/5	Каша рисовая с маслом	14-66
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
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	16-05
ЭЦ-622, Б-12, Ж-26, У-88, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, K-379, Ca-259, Mg-57, P-278, Fe-1			
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, K-266, Ca-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	20-82
ЭЦ-834, Б-17, Ж-42, У-63, Вит.А-2, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2806, K-229, Ca-51, Mg-57, P-155, Fe-2	0.260	Плов	59-60
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, K-51, Ca-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	6-89
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/17	Бутерброд с сыром	15-72
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/62,5г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-11
ЭЦ-1280, Б-34, Ж-55, У-128, Вит.А-3, Вит.С-45, Вит.РР-7, Na-3869, K-640, Ca-296, Mg-97, P-361, 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	18-79
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
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	16-05
ЭЦ-622, Б-12, Ж-26, У-88, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, K-379, Ca-259, Mg-57, P-278, Fe-1			
ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, K-266, Ca-22, Mg-14, P-39, Fe-1	.200/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	20-82
ЭЦ-834, Б-17, Ж-42, У-63, Вит.А-2, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2806, K-229, Ca-51, Mg-57, P-155, Fe-2	0.260	Плов	59-60
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, K-51, Ca-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	6-89
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	17-28
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/62,5г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-459, Б-6, Ж-20, У-64, Вит.РР-1, Na-53, K-105, Ca-20, Mg-11, P-60, Fe-1	.100	Песочная Турбинка	18-31
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-11
ЭЦ-1739, Б-40, Ж-75, У-192, Вит.А-3, Вит.С-45, Вит.РР-8, Na-3922, K-745, Ca-316, Mg-108, P-421, Fe-5			178-00

1-4 класс

ЭЦ-197, Б-9, Ж-18	.075/6	Колбаса отварная с маслом сливочным	52-78
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
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	12-90
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-11
ЭЦ-681, Б-19, Ж-34, У-76, Вит.С-28, Вит.РР-5, Na-2912, K-124, Ca-48, Mg-18, P-94, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-834, Б-17, Ж-42, У-63, Вит.А-2, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2806, K-229, Ca-51, Mg-57, P-155, Fe-2	0.260	Плов	59-60
ЭЦ-5, У-1, Вит.С-2, Na-36, K-51, Ca-8, Mg-5, P-9	.020	Нарезка из огурцов конс.	6-89
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, K-79, Ca-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/22	Бутерброд с сыром	20-46
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	8-11
ЭЦ-1186, Б-29, Ж-50, У-120, Вит.А-2, Вит.С-36, Вит.РР-7, Na-3439, K-393, Ca-296, Mg-85, P-344, Fe-3			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
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-199, Б-5, Ж-5, У-33, Вит.РР-1, Na-215, К-70, Са-14,
Mg-9, Р-54, Fe-1
ЭЦ-1332, Б-37, Ж-44, У-194, Вит.С-14,
Вит.РР-6, Na-5197, К-741, Са-133, Mg-67,
Р-344, Fe-6

.060/50/20	Тефтели с соусом ,огурец конс.	36-55
.200	Макаронные изделия отварные	12-90
.100	Шаньга Домашняя с картофелем	12-09
.100	Пирожок с капустой печеный	11-73
0.080	Булочка Сладкая	10-65
.100	Пирожок с рисом, яйцом	10-04

Руководитель _____
Зав.производством _____
