

11 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                 | .200/10  | Каша рисовая с маслом              | 20-23  |
| ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-55, Ca-11, Mg-7, P-39, Fe-1                              | .050/10  | Бутерброд с маслом сливочным       | 10-56  |
| 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-675, Б-13, Ж-27, У-97, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-730, K-395, Ca-261, Mg-58, P-289, Fe-2                |          |                                    |        |
| ЭЦ-41, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-12, Na-610, K-78, Ca-26, Mg-8, P-14                                       | .078     | Салат из свежей капусты            | 4-80   |
| ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, K-505, Ca-26, Mg-27, P-89, Fe-1          | .250/30  | Суп картоф. с мак. изд., цыпленком | 19-11  |
| ЭЦ-152, Б-11, Ж-11, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1412, K-43, Ca-32, Mg-7, P-33                 | 0.060/10 | Котлета Здоровье с маслом сл.      | 39-41  |
| 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-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1                                            | 0.200    | Компот из яблок                    | 7-59   |
| 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-228, Б-2, Ж-13, У-25                                                                               | .1шт.    | Шоколад Аленка                     | 14-40  |
| ЭЦ-1221, Б-32, Ж-42, У-176, Вит.А-2, Вит.С-71, Вит.РР-6, Na-4733, K-1874, Ca-181, Mg-104, P-346, 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              | 20-23  |
| ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-55, Ca-11, Mg-7, P-39, Fe-1                              | .050/15  | Бутерброд с маслом сливочным       | 15-03  |
| 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-675, Б-13, Ж-27, У-97, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-730, K-395, Ca-261, Mg-58, P-289, Fe-2                |          |                                    |        |
| ЭЦ-41, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-12, Na-610, K-78, Ca-26, Mg-8, P-14                                       | .078     | Салат из свежей капусты            | 4-80   |
| ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, K-505, Ca-26, Mg-27, P-89, Fe-1          | .250/30  | Суп картоф. с мак. изд., цыпленком | 19-11  |
| ЭЦ-152, Б-11, Ж-11, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1412, K-43, Ca-32, Mg-7, P-33                 | 0.060/10 | Котлета Здоровье с маслом сл.      | 39-41  |
| 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-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1                                            | 0.200    | Компот из яблок                    | 7-59   |
| 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-199, Б-5, Ж-5, У-33, Вит.РР-1, Na-215, K-70, Ca-14, Mg-9, P-54, Fe-1                               | .100     | Пирожок с рисом, яйцом             | 10-47  |
| ЭЦ-42, У-10, Вит.С-17, Na-26, K-278, Ca-16, Mg-9, P-11, Fe-2                                          | 1шт      | Груша штучно                       | 23-46  |
| ЭЦ-1234, Б-35, Ж-34, У-194, Вит.А-2, Вит.С-88, Вит.РР-7, Na-4974, K-2222, Ca-211, Mg-122, P-411, Fe-8 |          |                                    | 178-00 |

**1-4 класс**

|                                                                                            |         |                                      |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------------------------------------|-------|
| ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14                             | .060/60 | Гуляш                                | 52-54 |
| ЭЦ-249, Б-4, Ж-7, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-617, K-86, Ca-17, Mg-32, P-95, Fe-1          | .160    | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 11-16 |
| ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, K-79, Ca-230, Mg-18, P-156, Fe-1                 | .050/13 | Бутерброд с сыром                    | 12-71 |
| ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, K-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1                                 | 0.200   | Компот из яблок                      | 7-59  |
| ЭЦ-1112, Б-24, Ж-49, У-109, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-1048, K-368, Ca-261, Mg-59, P-270, Fe-3 |         |                                      | 84    |

**5-11 класс**

ЭЦ-41, Б-1, Ж-2, У-4, Вит.С-12, Na-610, К-78, Са-26, Mg-8, Р-14  
ЭЦ-152, Б-11, Ж-11, У-4, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-1412, К-43, Са-32, Mg-7, Р-33  
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-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Са-8, Mg-4, Р-5, Fe-1  
ЭЦ-287, Б-8, Ж-3, У-57, Вит.РР-1, Na-457, К-105, Са-19, Mg-13, Р-72, Fe-1  
ЭЦ-42, У-10, Вит.С-17, Na-26, К-278, Са-16, Mg-9, Р-11, Fe-2

---

ЭЦ-862, Б-24, Ж-23, У-138, Вит.А-1, Вит.С-71, Вит.РР-4, Na-4129, К-1644, Са-171, Mg-85, Р-266, Fe-6

|          |                               |          |
|----------|-------------------------------|----------|
| .078     | Салат из свежей капусты       | 4-80     |
| 0.060/10 | Котлета Здоровье с маслом сл. | 39-41    |
| .200     | Картофельное пюре             | 17-25    |
| 0.200    | Компот из яблок               | 7-59     |
| .097     | Батон нарезной                | 4-49     |
| 1шт      | Груша штучно                  | 23-46    |
|          |                               | <hr/> 97 |

Свободная продажа

|                                                                                        |           |                                                         |       |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------|-------|
| ЭЦ-221, Б-18, Ж-17, Вит.РР-3, Na-348, Са-3, Р-1                                        | .053/5/20 | Бифштекс нат. руб. с маслом сл., зеленым горошком конс. | 50-76 |
| 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-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    | .100      | Шаньга Домашняя с картофелем                            | 12-09 |

Руководитель \_\_\_\_\_  
Зав. производством \_\_\_\_\_  
