

16 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 пшенная с маслом сливочным	14-22
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, На-416, К-79, Са-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/15	Бутерброд с сыром	14-43
ЭЦ-102, Б-2, Ж-3, У-17, Вит.А-22, На-41, К-138, Са-100, Mg-15, P-76, Fe-1	.200	Чай с молоком сгущенным	7-25
ЭЦ-658, Б-20, Ж-24, У-90, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-894, К-363, Са-453, Mg-47, P-323, Fe-2			
ЭЦ-7, У-1, Вит.С-5, На-4, К-71, Са-12, Mg-7, P-21	.050	Нарезка овощная (огурец)	18-81
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	19-83
ЭЦ-538, Б-36, Ж-43, У-1, Вит.РР-15, На-2461, К-385, Са-57, Mg-37, P-330, Fe-3	1шт	Голень запеченная	51-85
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612, К-1013, Са-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	17-25
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 кураги	5-76
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-1344, Б-55, Ж-64, У-133, Вит.А-2, Вит.С-64, Вит.РР-21, На-4620, К-2005, Са-227, Mg-147, P-648, Fe-8			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	.200/10	Каша пшенная с маслом сливочным	18-34
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, На-416, К-79, Са-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/22	Бутерброд с сыром	20-56
ЭЦ-102, Б-2, Ж-3, У-17, Вит.А-22, На-41, К-138, Са-100, Mg-15, P-76, Fe-1	.200	Чай с молоком сгущенным	7-25
ЭЦ-538, Б-36, Ж-43, У-1, Вит.РР-15, На-2461, К-385, Са-57, Mg-37, P-330, Fe-3	1шт	Голень запеченная	51-85
ЭЦ-1196, Б-56, Ж-67, У-91, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-16, На-3355, К-748, Са-510, Mg-84, P-653, Fe-5			
ЭЦ-7, У-1, Вит.С-5, На-4, К-71, Са-12, Mg-7, P-21	.050	Нарезка овощная (огурец)	18-81
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, На-68, К-393, Са-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	19-83
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612, К-1013, Са-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	17-25
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-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	.100	Рогалик сдобный	13-75
ЭЦ-806, Б-19, Ж-21, У-132, Вит.А-2, Вит.С-64, Вит.РР-6, На-2159, К-1620, Са-170, Mg-110, P-318, Fe-5	.200	Компот из кураги	5-76
			80

1-4 класс

ЭЦ-12, Б-1, У-2, Вит.А-1, Вит.С-13, На-4, К-145, Са-7, Mg-10, P-13	.050	Нарезка овощная (помидор)	15-82
ЭЦ-319, Б-14, Ж-23, У-5, Вит.С-1, На-1334, К-33, Са-21, Mg-4, P-22	.057/7	Шницель рубленый Дружба с маслом сл.	47-18
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, На-1209, К-760, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	12-94
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 кураги	5-76
ЭЦ-757, Б-23, Ж-30, У-89, Вит.А-2, Вит.С-41, Вит.РР-4, На-2787, К-1027, Са-123, Mg-75, P-200, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-7, У-1, Вит.С-5, На-4, К-71, Са-12, Mg-7, P-21	.050	Нарезка овощная (огурец)	18-81
---	------	--------------------------	-------

ЭЦ-538, Б-36, Ж-43, У-1, Вит.РР-15, На-2461, К-385, Са-57, Мг-37, Р-330, Fe-3
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612, К-1013, Са-70, Мг-44, Р-131, Fe-2
ЭЦ-213, Б-6, Ж-2, У-42, Вит.РР-1, На-339, К-78, Са-14, Мг-10, Р-53, Fe-1
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4, К-35, Са-32, Мг-21, Р-29, Fe-1
ЭЦ-1087, Б-47, Ж-52, У-104, Вит.А-1, Вит.С-40, Вит.РР-19, На-4420, К-1582, Са-185, Мг-119, Р-564, Fe-7

<i>1шт</i>	<i>Голень запеченная</i>	<i>51-85</i>
<i>.200</i>	<i>Картофельное пюре</i>	<i>17-25</i>
<i>.072</i>	<i>Батон нарезной</i>	<i>3-33</i>
<i>.200</i>	<i>Компот из кураги</i>	<i>5-76</i>
		<i>97</i>

Свободная продажа

ЭЦ-188, Б-2, Ж-15, У-10, Вит.А-2, Вит.С-24, Вит.РР-1, На-2044, К-413, Са-76, Мг-30, Р-55, Fe-1
ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-2591, К-67, Са-33, Мг-8, Р-26, Fe-1
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612, К-1013, Са-70, Мг-44, Р-131, Fe-2
ЭЦ-270, Б-6, Ж-10, У-37, Вит.С-10, Вит.РР-1, На-60, К-354, Са-22, Мг-20, Р-86, Fe-1
ЭЦ-199, Б-5, Ж-5, У-33, Вит.РР-1, На-215, К-70, Са-14, Мг-9, Р-54, Fe-1
ЭЦ-198, Б-5, Ж-5, У-33, Вит.РР-1, На-215, К-70, Са-14, Мг-8, Р-53, Fe-1
ЭЦ-325, Б-11, Ж-18, У-30, Вит.РР-1, На-605, К-177, Са-31, Мг-18, Р-131, Fe-2
ЭЦ-397, Б-12, Ж-24, У-33, Вит.С-4, Вит.РР-1, На-344, К-168, Са-136, Мг-20, Р-140, Fe-1
ЭЦ-330, Б-4, Ж-13, У-49, На-70, К-49, Са-12, Мг-6, Р-41, Fe-1

<i>.150</i>	<i>Винегрет овощной</i>	<i>21-69</i>
<i>.050/5/20</i>	<i>Котлета мясная с маслом, огурец конс.</i>	<i>35-06</i>
<i>.200</i>	<i>Картофельное пюре</i>	<i>17-25</i>
<i>.100</i>	<i>Шаньга Домашняя с картофелем</i>	<i>12-09</i>
<i>.100</i>	<i>Пирожок с рисом, яйцом</i>	<i>10-47</i>
<i>.100</i>	<i>Пирожок с капустой печеный</i>	<i>11-40</i>
<i>1шт</i>	<i>Сосиска, запеченная в тесте</i>	<i>28-02</i>
<i>.100</i>	<i>Пицца с колбасой</i>	<i>34-98</i>
<i>.080</i>	<i>Кекс Чайный</i>	<i>11-38</i>

ЭЦ-2345, Б-62, Ж-110, У-270, Вит.А-2, Вит.С-74, Вит.РР-10, На-7756, К-2381, Са-408, Мг-163, Р-717, Fe-11

Руководитель _____
Зав.производством _____
