

17 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, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом	16-66
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	10-55
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-701, Б-16, Ж-28, У-98, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-723, K-348, Ca-254, Mg-35, P-220, Fe-1			
ЭЦ-146, Б-4, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, K-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	24-96
ЭЦ-589, Б-13, Ж-33, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250	Жаркое по-домашнему	56-88
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, K-79, Ca-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/20	Бутерброд с сыром	18-48
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-28
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-14
ЭЦ-1144, Б-30, Ж-51, У-112, Вит.А-1, Вит.С-91, Вит.РР-9, Na-1695, K-1585, Ca-321, Mg-98, P-369, Fe-5			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/15	Каша пшеничная с маслом	20-79
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	10-55
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-701, Б-16, Ж-28, У-98, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-723, K-348, Ca-254, Mg-35, P-220, Fe-1			
ЭЦ-146, Б-4, Ж-9, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-1, Na-991, K-356, Ca-54, Mg-25, P-58, Fe-1	.250/15/10	Борщ из св. капусты с мясом, сметаной	24-96
ЭЦ-589, Б-13, Ж-33, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250	Жаркое по-домашнему	56-88
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, K-79, Ca-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/25	Бутерброд с сыром	22-37
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-28
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, Na-44, K-86, Ca-18, Mg-11, P-67, Fe-1	.100	Крендель в сахаре	15-98
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-14
ЭЦ-1595, Б-37, Ж-67, У-182, Вит.А-1, Вит.С-91, Вит.РР-10, Na-1739, K-1671, Ca-339, Mg-109, P-436, Fe-6			178-00

1-4 класс

ЭЦ-173, Б-10, Ж-14, Вит.РР-4, Na-1278, K-110, Ca-21, Mg-11, P-96, Fe-1	0.060	Птица жареная (филе)	49-85
ЭЦ-185, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-31, Вит.РР-2, Na-1451, K-912, Ca-63, Mg-40, P-118, Fe-2	.180/22	Картофельное пюре с зеленым горошком конс.	23-73
ЭЦ-13, Б-1, У-2, Вит.С-3, Na-122, K-34, Ca-7, Mg-7, P-21			
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-28
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-14
ЭЦ-553, Б-19, Ж-22, У-66, Вит.С-62, Вит.РР-11, Na-3087, K-1110, Ca-101, Mg-65, P-272, Fe-4			84

5-11 класс

ЭЦ-589, Б-13, Ж-33, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-2, Na-52, K-1096, Ca-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250	Жаркое по-домашнему	56-88
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, K-79, Ca-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/24	Бутерброд с сыром	21-79
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-28
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