

20 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, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каша рисовая с маслом	16-10
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, К-79, Са-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/15	Бутерброд с сыром	14-49
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из кураги	5-97
ЭЦ-653, Б-16, Ж-20, У-103, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-3, Na-864, К-307, Са-392, Mg-76, P-345, Fe-3			
ЭЦ-138, Б-2, Ж-13, У-3, Вит.С-6, Na-328, К-135, Са-25, Mg-12, P-43, Fe-1	.080	Салат Свежесть	19-12
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/25/10	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком со сметаной	23-42
ЭЦ-221, Б-12, Ж-16, У-6, Вит.С-1, Na-1408, К-37, Са-28, Mg-7, P-36	.060/8	Суфле Рыбка с маслом сл	46-82
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-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, Na-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Батон нарезной	4-57
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	6-26
ЭЦ-1121, Б-32, Ж-45, У-143, Вит.А-1, Вит.С-66, Вит.РР-5, Na-4435, К-1821, Са-168, Mg-105, P-373, Fe-5			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, К-193, Са-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/5	Каша рисовая с маслом	16-10
ЭЦ-227, Б-9, Ж-8, У-29, Вит.РР-1, Na-416, К-79, Са-230, Mg-18, P-156, Fe-1	.050/15	Бутерброд с сыром	14-49
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, К-35, Са-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из кураги	5-97
ЭЦ-653, Б-16, Ж-20, У-103, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-3, Na-864, К-307, Са-392, Mg-76, P-345, Fe-3			
ЭЦ-138, Б-2, Ж-13, У-3, Вит.С-6, Na-328, К-135, Са-25, Mg-12, P-43, Fe-1	.080	Салат Свежесть	19-12
ЭЦ-164, Б-6, Ж-6, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-616, К-505, Са-26, Mg-27, P-89, Fe-1	.250/25/10	Суп картоф. с мак. изд., цыпленком со сметаной	23-42
ЭЦ-221, Б-12, Ж-16, У-6, Вит.С-1, Na-1408, К-37, Са-28, Mg-7, P-36	.060/5	Суфле Рыбка с маслом сл	43-82
ЭЦ-180, Б-4, Ж-7, У-26, Вит.С-30, Вит.РР-2, Na-1411, К-887, Са-62, Mg-39, P-115, Fe-1	.175	Картофельное пюре	14-99
ЭЦ-296, Б-8, Ж-3, У-59, Вит.РР-1, Na-471, К-108, Са-19, Mg-14, P-74, Fe-1	.100	Батон нарезной	4-57
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	6-26
ЭЦ-221, Б-10, Ж-6, У-30, Вит.РР-1, Na-299, К-59, Са-12, Mg-7, P-39, Fe-1	0.080	Расстегай Московский	29-26
ЭЦ-1316, Б-42, Ж-51, У-170, Вит.А-1, Вит.С-62, Вит.РР-6, Na-4533, К-1754, Са-172, Mg-107, P-396, Fe-5			178-00

1-4 класс

ЭЦ-252, Б-20, Ж-19, Вит.РР-3, Na-401, К-9, Са-11, Mg-1, P-6	.060/10	Филе с маслом сливочным	59-99
ЭЦ-170, Б-6, Ж-6, У-23, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-2, Na-41, К-601, Са-145, Mg-52, P-103, Fe-2	.200	Капуста тушеная	15-47
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, К-54, Са-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-28
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	6-26
ЭЦ-666, Б-30, Ж-26, У-77, Вит.А-1, Вит.С-140, Вит.РР-6, Na-678, К-687, Са-166, Mg-61, P-146, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-138, Б-2, Ж-13, У-3, Вит.С-6, Na-328, К-135, Са-25, Mg-12, P-43, Fe-1	.080	Салат Свежесть	19-12
--	------	----------------	-------

ЭЦ-221, Б-12, Ж-16, У-6, Вит.С-1, На-1408, К-37,
 Са-28, Мг-7, Р-36
 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-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, На-236, К-54, Са-10,
 Мг-7, Р-37, Fe-1
 ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Мг-1

ЭЦ-809, Б-22, Ж-37, У-92, Вит.С-49, Вит.РР-3,
 На-3584, К-1262, Са-133, Мг-71, Р-247, Fe-4

.060/5

Суфле Рыбка с маслом сл

43-82

.200

Картофельное пюре

17-25

.050/10

Бутерброд с маслом сл.

10-55

.200

Напиток лимонный

6-26

97

Свободная продажа

ЭЦ-126, Б-1, Ж-10, У-7, Вит.А-1, Вит.С-9, На-817,
 К-252, Са-32, Мг-19, Р-42, Fe-1

.100/20

Винегрет овощной с сельдью

25-42

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

.050/5/20

*Биточки мясные с маслом сл. огурец
 конс.*

38-76

ЭЦ-170, Б-6, Ж-6, У-23, Вит.А-1, Вит.С-132, Вит.РР-2,
 На-41, К-601, Са-145, Мг-52, Р-103, Fe-2

.200

Капуста тушеная

16-84

ЭЦ-451, Б-16, Ж-25, У-41, Вит.А-2, Вит.С-143,
 Вит.РР-3, На-2585, К-897, Са-199, Мг-76,
 Р-162, Fe-3

Руководитель _____

Зав. производством _____

