

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, Р-91	.200/5	Каша пшеничная с маслом сливочным	12-72
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, Р-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком Несквик	16-05
ЭЦ-648, Б-15, Ж-27, У-89, Вит.С-2, На-687, К-332, Са-252, Mg-34, Р-209			
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-602, К-331, Са-27, Mg-18, Р-47, Fe-1	.250/10/8	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	16-76
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, На-3, К-76, Са-6, Mg-5, Р-14	.060/60	Гуляш	52-54
ЭЦ-297, Б-10, Ж-7, У-47, Вит.РР-2, На-622, К-290, Са-22, Mg-153, Р-229, Fe-5	.160	Каша гречневая рассыпчатая	13-44
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, Р-47, Fe-1	.2к/31,25	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-339, Б-6, Ж-14, У-47, Вит.РР-1, На-166, К-101, Са-32, Mg-12, Р-68, Fe-1	.080	Булочка с корицей	14-74
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Са-1	.200	Компот из св. апельсинов	13-66
ЭЦ-1665, Б-44, Ж-67, У-191, Вит.А-1, Вит.С-16, Вит.РР-5, На-1755, К-866, Са-103, Mg-198, Р-405, 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, Р-91	.200/10	Каша пшеничная с маслом сливочным	16-85
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, На-200, К-39, Са-9, Mg-6, Р-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, На-50, К-147, Са-120, Mg-14, Р-90	.200	Какао с молоком Несквик	16-05
ЭЦ-339, Б-6, Ж-14, У-47, Вит.РР-1, На-166, К-101, Са-32, Mg-12, Р-68, Fe-1	.080	Булочка с корицей	14-74
ЭЦ-987, Б-21, Ж-41, У-136, Вит.С-2, Вит.РР-1, На-853, К-433, Са-284, Mg-46, Р-277, Fe-1			
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, На-602, К-331, Са-27, Mg-18, Р-47, Fe-1	.250/17/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	22-91
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, На-3, К-76, Са-6, Mg-5, Р-14	.060/60	Гуляш	52-54
ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, На-778, К-363, Са-27, Mg-191, Р-287, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	16-79
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, Р-47, Fe-1	.2к/31,25г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, На-44, К-86, Са-18, Mg-11, Р-67, Fe-1	.100	Крендель в сахаре	10-37
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Са-1	.200	Компот из св. апельсинов	13-66
ЭЦ-1851, Б-47, Ж-71, У-226, Вит.А-1, Вит.С-16, Вит.РР-5, На-1789, К-924, Са-94, Mg-235, Р-462, Fe-9			178-00

1-4 класс

ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, На-3, К-63, Са-5, Mg-4, Р-12	.050/50	Гуляш	43-78
ЭЦ-233, Б-4, Ж-6, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-579, К-81, Са-16, Mg-30, Р-89, Fe-1	.150	Рис припущенный с овощами	9-88
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Са-1	.200	Компот из св. апельсинов	13-66
ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Mg-5, Р-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-339, Б-6, Ж-14, У-47, Вит.РР-1, На-166, К-101, Са-32, Mg-12, Р-68, Fe-1	.080	Булочка с корицей	14-74
ЭЦ-1210, Б-23, Ж-49, У-142, Вит.С-4, Вит.РР-2, На-929, К-280, Са-61, Mg-51, Р-193, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-468, Б-10, Ж-32, У-4, Вит.С-4, На-3, К-71, Са-5, Mg-5, Р-13	.056/56	Гуляш	49-38
ЭЦ-339, Б-11, Ж-8, У-54, Вит.РР-2, На-711, К-332, Са-25, Mg-175, Р-262, Fe-6	.183	Каша гречневая рассыпчатая	15-34
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, На-362, К-67, Са-15, Mg-10, Р-47, Fe-1	.2к/62,5	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-134, Б-1, У-34, К-1, Са-1	.200	Компот из св. апельсинов	13-66

ЭЦ-339, Б-6, Ж-14, У-47, Вит.РР-1, Na-166, К-101,
Са-32, Mg-12, Р-68, Fe-1

ЭЦ-1452, Б-34, Ж-55, У-174, Вит.С-4, Вит.РР-4,
Na-1242, К-572, Са-78, Mg-202, Р-390, Fe-8

.080

Булочка с корицей

14-74

97

Свободная продажа

ЭЦ-221, Б-18, Ж-17, Вит.РР-3, Na-348, Са-3, Р-1

.053/5/20

Бифитекс нат. руб. с маслом сл,
огурец конс.

50-07

ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, К-85,
Са-39, Mg-12, Р-66, Fe-1

.200

Макаронные изделия отварные

13-73

ЭЦ-198, Б-5, Ж-5, У-33, Вит.РР-1, Na-215, К-70, Са-14,
Mg-8, Р-53, Fe-1

.100

Пирожок с капустой печеный

11-37

ЭЦ-194, Б-5, Ж-5, У-32, Вит.РР-1, Na-202, К-67, Са-13,
Mg-8, Р-51, Fe-1

0.080

Булочка Сладена

11-41

ЭЦ-276, Б-5, Ж-5, У-54, Вит.РР-1, Na-205, К-116,
Са-17, Mg-11, Р-56, Fe-1

.080

Ватрушка с повидлом

9-83

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

12-44

ЭЦ-1439, Б-46, Ж-49, У-203, Вит.С-10,
Вит.РР-8, Na-3742, К-692, Са-108, Mg-59,
Р-313, Fe-5

Руководитель

Зав.производством

