

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, К-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша пшенная с маслом сливочным	12-72
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/18	Бутерброд с сыром	16-02
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-582, Б-19, Ж-21, У-80, Вит.С-2, Na-827, К-304, Ca-396, Mg-41, P-278, Fe-2			
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Ca-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/24/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	23-36
ЭЦ-259, Б-16, Ж-22, У-1, Вит.РР-7, Na-1918, К-166, Ca-31, Mg-16, P-144, Fe-2	0.060/10	Птица жареная филе с маслом сл	62-98
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, К-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	20-30
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-32
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-950, Б-31, Ж-42, У-113, Вит.А-1, Вит.С-62, Вит.РР-12, Na-4907, К-1764, Ca-180, Mg-103, P-415, Fe-8			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, К-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшенная с маслом сливочным	16-85
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/20	Бутерброд с сыром	17-22
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, К-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-78
ЭЦ-582, Б-19, Ж-21, У-80, Вит.С-2, Na-827, К-304, Ca-396, Mg-41, P-278, Fe-2			
ЭЦ-179, Б-5, Ж-12, У-14, Вит.А-1, Вит.С-21, Вит.РР-2, Na-1003, К-391, Ca-56, Mg-29, P-88, Fe-2	.250/24/10	Борщ из св. капусты с цыпленком, сметаной	23-36
ЭЦ-259, Б-16, Ж-22, У-1, Вит.РР-7, Na-1918, К-166, Ca-31, Mg-16, P-144, Fe-2	0.060/8	Птица жареная филе с маслом сл.	61-62
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, К-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	20-30
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-32
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-03
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-329, Б-4, Ж-13, У-49, Na-71, К-49, Ca-12, Mg-6, P-41, Fe-1	.080	Кекс Чайный	11-76
ЭЦ-1363, Б-35, Ж-63, У-165, Вит.А-1, Вит.С-62, Вит.РР-11, Na-4997, К-1819, Ca-193, Mg-110, P-461, Fe-8			178-00

1-4 класс

ЭЦ-102, Б-1, Ж-8, У-7, Вит.С-23, Na-627, К-117, Ca-33, Mg-11, P-25	.080	Салат Здоровье	12-32
ЭЦ-806, Б-16, Ж-41, У-61, Вит.А-2, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2712, К-221, Ca-49, Mg-55, P-149, Fe-1	0.258	Плов	60-60
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-32
ЭЦ-1128, Б-20, Ж-49, У-120, Вит.А-2, Вит.С-36, Вит.РР-2, Na-3532, К-499, Ca-97, Mg-75, P-203, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-259, Б-16, Ж-22, У-1, Вит.РР-7, Na-1918, К-166, Ca-31, Mg-16, P-144, Fe-2	0.060/10	Птица жареная филе с маслом сл.	62-98
ЭЦ-215, Б-5, Ж-8, У-31, Вит.С-36, Вит.РР-2, Na-1685, К-1059, Ca-74, Mg-46, P-137, Fe-2	.209	Картофельное пюре	21-18
ЭЦ-134, У-34, Вит.С-7, Na-12, К-127, Ca-8, Mg-4, P-5, Fe-1	0.200	Компот из яблок	9-32

ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15,
Mg-10, Р-47, Fe-1

ЭЦ-780, Б-27, Ж-31, У-101, Вит.С-43,
Вит.РР-10, Na-3977, К-1419, Са-128, Mg-76,
Р-333, Fe-6

.2к/62,5 *Хлеб народный*

3-52

97

Свободная продажа

ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-2591,
К-67, Са-33, Mg-8, Р-26, Fe-1

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-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

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

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

ЭЦ-329, Б-4, Ж-13, У-49, Na-71, К-49, Са-12, Mg-6,
Р-41, Fe-1

ЭЦ-1429, Б-37, Ж-53, У-196, Вит.С-46,
Вит.РР-7, Na-4751, К-1620, Са-164, Mg-94,
Р-388, Fe-7

.050/5/20

*Котлета мясная с маслом сл. огурец
конс.*

35-28

.200

Картофельное пюре

20-30

.100

Шаньга Домашняя с картофелем

13-10

.100

Пирожок с капустой печеный

11-39

0.080

Булочка Сладкая

11-42

.080

Кекс Чайный

11-76

Руководитель

Зав.производством