

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	.200/10	Каша рисовая с маслом	20-23
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо вареное	10-08
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Са-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-512, Б-14, Ж-17, У-76, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-682, К-311, Са-165, Mg-51, P-273, Fe-3			

ЭЦ-9, Б-1, У-2, Вит.С-7, Na-5, К-92, Са-15, Mg-9, P-27	.065	Нарезка овощная (огурец)	19-48
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	21-74
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250	Жаркое по-домашнему	68-57
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	5-66
ЭЦ-810, Б-32, Ж-30, У-102, Вит.А-1, Вит.С-87, Вит.РР-7, Na-1138, К-1588, Са-107, Mg-89, P-243, Fe-4			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	.200/10	Каша рисовая с маслом	20-23
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, К-59, Са-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо вареное	10-08
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, К-39, Са-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-75
ЭЦ-57, У-15, Na-1, К-25, Са-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-596, Б-14, Ж-26, У-78, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-701, К-316, Са-167, Mg-52, P-277, Fe-3			

ЭЦ-9, Б-1, У-2, Вит.С-7, Na-5, К-92, Са-15, Mg-9, P-27	.065	Нарезка овощная (огурец)	19-48
ЭЦ-159, Б-6, Ж-11, У-9, Вит.А-1, Вит.С-30, Вит.РР-1, Na-719, К-310, Са-50, Mg-21, P-51, Fe-1	.250/10/10	Щи из св. капусты с мясом, сметаной	21-74
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250	Жаркое по-домашнему	68-57
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	5-66
ЭЦ-270, Б-6, Ж-10, У-37, Вит.С-10, Вит.РР-1, Na-60, К-354, Са-22, Mg-20, P-86, Fe-1	.100	Шаньга Домашняя с картофелем	15-19
ЭЦ-1080, Б-38, Ж-40, У-139, Вит.А-1, Вит.С-97, Вит.РР-8, Na-1198, К-1942, Са-129, Mg-109, P-329, Fe-5			178-00

1-4 класс

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	45-81
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	20-30
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, К-60, Са-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/13	Бутерброд с сыром	12-23
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	5-66
ЭЦ-690, Б-24, Ж-29, У-79, Вит.С-43, Вит.РР-2, Na-3384, К-1133, Са-306, Mg-68, P-301, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-9, Б-1, У-2, Вит.С-6, Na-5, К-89, Са-14, Mg-9, P-26	.063	Нарезка овощная (огурец)	18-89
ЭЦ-374, Б-19, Ж-18, У-31, Вит.С-42, Вит.РР-5, Na-52, К-1096, Са-27, Mg-48, P-118, Fe-2	.250	Жаркое по-домашнему	68-57
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	5-66
ЭЦ-651, Б-26, Ж-19, У-93, Вит.С-56, Вит.РР-6, Na-419, К-1275, Са-56, Mg-68, P-191, Fe-3			97

Свободная продажа

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

ЭЦ-410, Б-10, Ж-28, На-1549, К-11, Са-17, Mg-2, Р-6

ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, На-1612,
К-1013, Са-70, Mg-44, Р-131, Fe-2

ЭЦ-742, Б-15, Ж-45, У-36, Вит.А-1, Вит.С-43,
Вит.РР-2, На-3978, К-1276, Са-119, Mg-65,
Р-179, Fe-3

.100/20

Винегрет овощной с сельдью

25-80

.050/5

Мясо отварное с маслом сл.

50-57

.200

Картофельное пюре

20-30

Руководитель

Зав. производством