

**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  | .200/10   | Каша пшеничная с маслом сливочным | 17-77 |
| 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-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-585, Б-14, Ж-24, У-81, Вит.С-2, Na-663, К-283, Ca-197, Mg-31, P-172, Fe-1

|                                                                                                                          |            |                                      |        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------|--------|
| ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, К-266, Ca-22, Mg-14, P-39, Fe-1                              | .200/10/10 | Суп карт. с горохом, мясом, сметаной | 19-34  |
| ЭЦ-552, Б-12, Ж-38, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-83, Ca-6, Mg-6, P-15                                                           | .055/55    | Гуляш из говядины                    | 67-57  |
| ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, Na-778, К-363, Ca-27, Mg-191, P-287, Fe-6                                             | .200       | Каша гречневая рассыпчатая           | 16-79  |
| ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9                                                                      | .200       | Кисель Витошка                       | 13-20  |
| 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-1324, Б-36, Ж-55, У-136, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-75, Вит.РР-13, Na-1625, К-779, Ca-70, Mg-221, P-388, 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 пшеничная с маслом сливочным | 17-77 |
| ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, К-34, Ca-7, Mg-5, P-24                     | .1к/31,25 | Хлеб народный                     | 1-76  |
| ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, К-147, Ca-120, Mg-14, P-90   | .200      | Какао с молоком Несквик           | 16-05 |

ЭЦ-564, Б-15, Ж-18, У-87, Вит.С-2, Na-668, К-327, Ca-250, Mg-33, P-205

|                                                                                                                          |            |                                      |        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------------------------------|--------|
| ЭЦ-154, Б-6, Ж-7, У-18, Вит.А-1, Вит.С-9, Вит.РР-1, Na-482, К-266, Ca-22, Mg-14, P-39, Fe-1                              | .200/15/10 | Суп карт. с горохом, мясом, сметаной | 25-29  |
| ЭЦ-552, Б-12, Ж-38, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-83, Ca-6, Mg-6, P-15                                                           | .055/55    | Гуляш из говядины                    | 67-57  |
| ЭЦ-362, Б-12, Ж-9, У-58, Вит.РР-2, Na-758, К-354, Ca-27, Mg-186, P-279, Fe-6                                             | .195       | Каша гречневая рассыпчатая           | 16-51  |
| ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9                                                                      | .200       | Кисель Витошка                       | 13-20  |
| 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-329, Б-4, Ж-13, У-49, Na-71, К-49, Ca-12, Mg-6, P-41, Fe-1                                                            | .080       | Кекс Чайный                          | 16-33  |
| ЭЦ-1644, Б-40, Ж-68, У-184, Вит.А-1, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-75, Вит.РР-13, Na-1676, К-819, Ca-82, Mg-222, P-421, Fe-9 |            |                                      | 178-00 |

**1-4 класс**

|                                                                                                               |          |                          |       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------|-------|
| ЭЦ-218, Б-16, Ж-15, У-6, Вит.РР-2, Na-854, К-3, Ca-10, Mg-1, P-5                                              | .055/10  | Шницель н-р с маслом сл. | 54-15 |
| ЭЦ-281, Б-5, Ж-6, У-50, Вит.РР-1, Na-1557, К-71, Ca-21, Mg-36, P-108, Fe-1                                    | .200     | Рис припущенный          | 13-13 |
| ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9                                                           | .200     | Кисель Витошка           | 13-20 |
| 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-746, Б-27, Ж-22, У-110, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-13, Na-2773, К-141, Ca-46, Mg-47, P-160, Fe-2 |          |                          | 84    |

**5-11 класс**

|                                                                                                                |          |                            |       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------------|-------|
| ЭЦ-552, Б-12, Ж-38, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-83, Ca-6, Mg-6, P-15                                                 | .055/55  | Гуляш из говядины          | 67-57 |
| ЭЦ-278, Б-9, Ж-7, У-44, Вит.РР-1, Na-583, К-272, Ca-20, Mg-143, P-215, Fe-5                                    | .150     | Каша гречневая рассыпчатая | 12-71 |
| ЭЦ-75, У-19, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-62, Вит.РР-9                                                            | .200     | Кисель Витошка             | 13-20 |
| 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-1077, Б-27, Ж-46, У-103, Вит.В1-1, Вит.В2-1, Вит.С-66, Вит.РР-11, Na-948, К-422, Ca-41, Mg-159, P-277, Fe-6 |          |                            | 97    |

Свободная продажа

ЭЦ-191, Б-9, Ж-12, У-12, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-1793,  
K-95, Ca-31, Mg-10, P-34, Fe-1  
ЭЦ-253, Б-4, Ж-6, У-45, Вит.РР-1, Na-1401, K-64,  
Ca-19, Mg-32, P-97, Fe-1  
ЭЦ-198, Б-5, Ж-5, У-33, Вит.РР-1, Na-215, K-70, Ca-14,  
Mg-8, P-53, Fe-1  
ЭЦ-275, Б-5, Ж-5, У-54, Вит.РР-1, Na-205, K-116,  
Ca-17, Mg-11, P-56, Fe-1  
ЭЦ-276, Б-9, Ж-13, У-29, Вит.РР-1, Na-191, K-64,  
Ca-13, Mg-8, P-50, Fe-1  
ЭЦ-322, Б-5, Ж-10, У-54, Вит.РР-1, Na-27, K-73, Ca-21,  
Mg-9, P-51, Fe-1

.060/50/20 *Тефтели с соусом , огурец конс.*

35-81

.180 *Рис припущенный*

11-75

.100 *Пирожок с капустой печеный*

11-38

.080 *Гребешок с повидлом*

9-84

.080 *Колбаса, запеченная в тесте*

25-53

0.080 *Коржик Молочный*

11-30

ЭЦ-1515, Б-37, Ж-51, У-227, Вит.С-4, Вит.РР-6,  
Na-3832, K-482, Ca-115, Mg-78, P-341, Fe-6

Руководитель

Зав.производством

