

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, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/7	Каша рисовая с маслом	17-49
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-21
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-538, Б-12, Ж-17, У-86, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-675, K-374, Ca-257, Mg-56, P-274, Fe-1			
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, K-486, Ca-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/15/10	Суп картоф.с мак.изд.,мясом, сметаной	23-64
ЭЦ-327, Б-17, Ж-26, У-7, Вит.С-5, Вит.РР-7, Na-1229, K-260, Ca-37, Mg-23, P-169, Fe-2	.50/50	Венгерский гуляш из филе птицы	61-21
ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, Na-778, K-363, Ca-27, Mg-191, P-287, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	17-39
ЭЦ-107, У-28, Вит.А-7, Вит.С-6, Na-8, K-106, Ca-16, Mg-11, P-12	.200	Компот из вишни	17-78
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-1169, Б-42, Ж-45, У-150, Вит.А-8, Вит.С-28, Вит.РР-12, Na-2986, K-1282, Ca-127, Mg-260, P-586, Fe-10			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-303, Б-6, Ж-12, У-43, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-444, K-193, Ca-130, Mg-37, P-160, Fe-1	.200/7	Каша рисовая с маслом	17-49
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо вареное	10-08
ЭЦ-149, Б-3, Ж-5, У-25, Вит.С-1, Na-50, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-21
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-604, Б-17, Ж-22, У-86, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-731, K-433, Ca-280, Mg-61, P-355, Fe-2			
ЭЦ-192, Б-7, Ж-9, У-21, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-2, Na-609, K-486, Ca-32, Mg-25, P-71, Fe-1	.250/15/10	Суп картоф.с мак.изд.,мясом, сметаной	23-64
ЭЦ-327, Б-17, Ж-26, У-7, Вит.С-5, Вит.РР-7, Na-1229, K-260, Ca-37, Mg-23, P-169, Fe-2	.50/50	Венгерский гуляш из филе птицы	61-21
ЭЦ-371, Б-12, Ж-9, У-59, Вит.РР-2, Na-778, K-363, Ca-27, Mg-191, P-287, Fe-6	.200	Каша гречневая рассыпчатая	17-39
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.100	Рогалик сдобный	13-92
ЭЦ-107, У-28, Вит.А-7, Вит.С-6, Na-8, K-106, Ca-16, Mg-11, P-12	.2к/62,5	Хлеб народный	3-52
ЭЦ-1169, Б-42, Ж-45, У-150, Вит.А-8, Вит.С-28, Вит.РР-12, Na-2986, K-1282, Ca-127, Mg-260, P-586, Fe-10	.200	Компот из вишни	17-78
			178-00

1-4 класс

ЭЦ-10, У-2, Вит.А-1, Вит.С-11, Na-3, K-122, Ca-6, Mg-8, P-11	.042	Нарезка овощная (помидор)	12-46
ЭЦ-538, Б-36, Ж-43, У-1, Вит.РР-15, Na-2461, K-385, Ca-57, Mg-37, P-330, Fe-3	.1шт	Голень запеченная	48-19
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, K-760, Ca-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	15-22
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, K-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	6-37
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-885, Б-42, Ж-49, У-68, Вит.А-1, Вит.С-45, Вит.РР-17, Na-3854, K-1324, Ca-123, Mg-84, P-464, Fe-4			84

5-11 класс

ЭЦ-327, Б-17, Ж-26, У-7, Вит.С-5, Вит.РР-7, Na-1229, K-260, Ca-37, Mg-23, P-169, Fe-2	.50/50	Венгерский гуляш из филе птицы	61-21
ЭЦ-308, Б-10, Ж-7, У-49, Вит.РР-2, Na-645, K-301, Ca-23, Mg-158, P-238, Fe-5	.166	Каша гречневая рассыпчатая	14-49
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5	Хлеб народный	3-52

ЭЦ-107, У-28, Вит.А-7, Вит.С-6, Na-8, К-106, Са-16,
Mg-11, P-12

.200

Компот из вишни

17-78

ЭЦ-914, Б-33, Ж-34, У-119, Вит.А-7, Вит.С-11,
Вит.РР-10, Na-2244, К-734, Са-91, Mg-202,
P-466, Fe-8

97

Свободная продажа

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

13-03

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

.100

Пирожок с капустой печеный

11-38

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

0.080

Булочка Сладкая

11-42

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

31-42

ЭЦ-276, Б-9, Ж-13, У-29, Вит.РР-1, Na-191, К-64,
Са-13, Mg-8, P-50, Fe-1

.080

Колбаса, запеченная в тесте

25-54

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

.080

Кекс Чайный

11-81

ЭЦ-1488, Б-39, Ж-52, У-210, Вит.С-10,
Вит.РР-5, Na-1038, К-663, Са-86, Mg-57, P-320,
Fe-6

Руководитель

Зав.производством