

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	18-63
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	10-21
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	11-21
ЭЦ-648, Б-15, Ж-27, У-89, Вит.С-2, Na-687, К-332, Ca-252, Mg-34, P-209			
ЭЦ-19, Б-1, У-3, Вит.А-1, Вит.С-20, Na-6, К-226, Ca-11, Mg-16, P-20, Fe-1	.078	Нарезка овощная (помидор)	23
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-332, Ca-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	17-95
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	50-88
ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, К-81, Ca-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150	Рис припущенный с овощами	10-44
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-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-1152, Б-30, Ж-51, У-114, Вит.А-2, Вит.С-65, Вит.РР-7, Na-1552, К-782, Ca-76, Mg-79, P-218, Fe-4			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	.200/5	Каша пшенная с маслом сливочным	18-63
ЭЦ-55, Б-1, Ж-3, У-6, Na-65, К-12, Ca-3, Mg-2, P-9	.1к/10/16	Бутерброд с маслом сливочным	23-06
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	11-21
ЭЦ-533, Б-13, Ж-21, У-75, Вит.С-2, Na-552, К-305, Ca-246, Mg-30, P-190			
ЭЦ-19, Б-1, У-3, Вит.А-1, Вит.С-20, Na-6, К-226, Ca-11, Mg-16, P-20, Fe-1	.078	Нарезка овощная (помидор)	23
ЭЦ-192, Б-8, Ж-9, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, К-332, Ca-28, Mg-18, P-48, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом, сметаной	17-95
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	50-88
ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, К-81, Ca-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150	Рис припущенный с овощами	10-44
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-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-366, Б-5, Ж-16, У-51, Вит.РР-1, Na-42, К-84, Ca-16, Mg-9, P-48, Fe-1	.080	Песочная Турбинка	11-15
ЭЦ-1518, Б-35, Ж-67, У-165, Вит.А-2, Вит.С-65, Вит.РР-8, Na-1594, К-866, Ca-92, Mg-88, P-266, Fe-5			178-00

1-4 класс

ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	50-88
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, К-108, Ca-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	20-15
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	11-21
ЭЦ-1048, Б-22, Ж-48, У-100, Вит.А-1, Вит.С-7, Вит.РР-1, Na-1005, К-365, Ca-154, Mg-64, P-247, Fe-1			84

5-11 класс

ЭЦ-19, Б-1, У-3, Вит.А-1, Вит.С-20, Na-6, К-226, Ca-11, Mg-16, P-20, Fe-1	.078	Нарезка овощная (помидор)	23
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, К-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	50-88
ЭЦ-255, Б-4, Ж-7, У-42, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-633, К-89, Ca-17, Mg-33, P-98, Fe-1	.164	Рис припущенный с овощами	11-44

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

ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4

ЭЦ-982, Б-22, Ж-42, У-94, Вит.А-1, Вит.С-53,
Вит.РР-6, Na-1004, К-458, Са-49, Mg-64, Р-179,
Fe-3

.2к/62,5

Хлеб народный

3-52

.200

Напиток Виталайт

8-16

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, 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

.100

Шаньга Домашняя с картофелем

13-05

.100

Пирожок с капустой печеный

11-40

0.080

Булочка Сладкая

11-43

.100

Пряник -Берёзка-

14-36

ЭЦ-662, Б-16, Ж-20, У-102, Вит.С-10, Вит.РР-3,
Na-477, К-491, Са-49, Mg-36, Р-190, Fe-3

Руководитель

Зав.производством

