

Меню ШБС школа № 3 ОП

эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
---	-------	--------------------	-------------------

ОВЗ 1-4 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша пшенная с маслом сливочным	14-25
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо вареное	10-08
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-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, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-21
ЭЦ-630, Б-20, Ж-23, У-87, Вит.С-2, Na-724, K-386, Ca-273, Mg-38, P-286, Fe-1			
ЭЦ-12, Б-1, У-2, Вит.А-1, Вит.С-12, Na-4, K-139, Ca-7, Mg-10, P-12	.048	Нарезка овощная (помидор)	14-30
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметаной	23-74
ЭЦ-707, Б-19, Ж-31, У-65, Na-931, K-3, Ca-10, Mg-1, P-6	.060/8	Шницель н-р с маслом сл.	49-53
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, K-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	20-30
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-96, У-25, Вит.С-8, K-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	5-31
ЭЦ-1344, Б-33, Ж-47, У-174, Вит.А-2, Вит.С-71, Вит.РР-4, Na-3933, K-1758, Ca-143, Mg-95, P-279, Fe-4			154-00

ОВЗ 5-11 класс

ЭЦ-329, Б-9, Ж-13, У-44, Вит.С-1, Na-437, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/10	Каша пшенная с маслом сливочным	18-38
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо вареное	10-08
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-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, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком	11-21
ЭЦ-630, Б-20, Ж-23, У-87, Вит.С-2, Na-724, K-386, Ca-273, Mg-38, P-286, Fe-1			
ЭЦ-13, Б-1, У-2, Вит.А-1, Вит.С-14, Na-4, K-157, Ca-8, Mg-11, P-14	.054	Нарезка овощная (помидор)	16-18
ЭЦ-151, Б-3, Ж-8, У-18, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-1024, K-513, Ca-41, Mg-29, P-83, Fe-1	.250/15/10	Рассольник Ленин. мясом, сметаной	23-74
ЭЦ-707, Б-19, Ж-31, У-65, Na-931, K-3, Ca-10, Mg-1, P-6	.060/10	Шницель н-р с маслом сл.	51-40
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, K-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	20-30
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-96, У-25, Вит.С-8, K-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	5-31
ЭЦ-451, Б-7, Ж-16, У-70, Вит.РР-1, Na-44, K-86, Ca-18, Mg-11, P-67, Fe-1	.100	Крендель в сахаре	16-12
ЭЦ-1796, Б-40, Ж-63, У-244, Вит.А-2, Вит.С-73, Вит.РР-5, Na-3977, K-1862, Ca-162, Mg-107, P-348, Fe-5			178-00

1-4 класс

ЭЦ-96, Ж-10, У-1, Вит.С-4, Na-197, K-57, Ca-11, Mg-6, P-17	.050	Салат из свежих огурцов	12-13
ЭЦ-695, Б-14, Ж-35, У-52, Вит.А-2, Вит.С-5, Вит.РР-1, Na-2338, K-191, Ca-42, Mg-48, P-129, Fe-1	0.250	Плов	53-58
ЭЦ-148, Б-4, Ж-1, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-54, Ca-10, Mg-7, P-37, Fe-1	.050	Батон нарезной	2-30
ЭЦ-107, У-28, Вит.А-7, Вит.С-6, Na-8, K-106, Ca-16, Mg-11, P-12	.200	Компот из вишни	15-99
ЭЦ-1046, Б-18, Ж-46, У-110, Вит.А-9, Вит.С-15, Вит.РР-2, Na-2779, K-408, Ca-79, Mg-72, P-195, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-13, Б-1, У-2, Вит.А-1, Вит.С-14, Na-4, K-160, Ca-8, Mg-11, P-14	.055	Нарезка овощная (помидор)	16-47
ЭЦ-707, Б-19, Ж-31, У-65, Na-931, K-3, Ca-10, Mg-1, P-6	.060/10	Шницель н-р с маслом сл.	51-40
ЭЦ-206, Б-4, Ж-7, У-29, Вит.С-34, Вит.РР-2, Na-1612, K-1013, Ca-70, Mg-44, P-131, Fe-2	.200	Картофельное пюре	20-30

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

ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1

ЭЦ-1194, Б-30, Ж-39, У-156, Вит.А-1, Вит.С-56,
Вит.РР-3, Na-2909, К-1266, Ca-103, Mg-67,
P-198, Fe-3

.2к/62,5

Хлеб народный

3-52

.200

Напиток лимонный

5-31

97

Свободная продажа

ЭЦ-410, Б-9, Ж-28, У-3, Вит.С-3, Na-3, К-60, Ca-4,
Mg-4, P-11

.050/50

Гуляш

43-59

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

18-30

ЭЦ-322, Б-5, Ж-10, У-54, Вит.РР-1, Na-27, К-73,
Ca-21, Mg-9, P-51, Fe-1

0.080

Коржик Молочный

11-41

ЭЦ-938, Б-18, Ж-45, У-86, Вит.С-37, Вит.РР-3,
Na-1642, К-1146, Ca-95, Mg-57, P-193, Fe-3

Руководитель _____

Зав. производством _____

