

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-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	.200/5	Каша рисовая с маслом	20-36
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-102, Б-2, Ж-3, У-17, Вит.А-22, Na-41, K-138, Ca-100, Mg-15, P-76, Fe-1	.200	Чай с молоком сгущенным	10-62

ЭЦ-491, Б-11, Ж-15, У-78, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-666, K-365, Ca-237, Mg-57, P-260, Fe-2

ЭЦ-153, Б-1, Ж-16, У-2, Вит.С-6, Na-315, K-91, Ca-18, Mg-9, P-28	.080	Салат из свежих огурцов	20-70
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/20/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	19-81
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-54
ЭЦ-249, Б-4, Ж-7, У-41, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-617, K-86, Ca-17, Mg-32, P-95, Fe-1	.160	Рис припущенный с овощами	15-99
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16

ЭЦ-1327, Б-31, Ж-69, У-115, Вит.А-1, Вит.С-51, Вит.РР-8, Na-1912, K-688, Ca-87, Mg-77, P-263, Fe-3

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	.200/9	Каша рисовая с маслом	23-84
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-102, Б-2, Ж-3, У-17, Вит.А-22, Na-41, K-138, Ca-100, Mg-15, P-76, Fe-1	.200	Чай с молоком сгущенным	10-62

ЭЦ-491, Б-11, Ж-15, У-78, Вит.А-22, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-666, K-365, Ca-237, Mg-57, P-260, Fe-2

ЭЦ-153, Б-1, Ж-16, У-2, Вит.С-6, Na-315, K-91, Ca-18, Mg-9, P-28	.080	Салат из свежих огурцов	20-70
ЭЦ-217, Б-9, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-2, Na-615, K-368, Ca-31, Mg-21, P-79, Fe-1	.250/20/10	Суп карт. с горохом, цыпленком, сметаной	19-81
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-54
ЭЦ-311, Б-5, Ж-9, У-52, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-771, K-108, Ca-21, Mg-40, P-119, Fe-1	.200	Рис припущенный с овощами	19-99
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
	.100	Пряник -Берёзка-	16-52
ЭЦ-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16

ЭЦ-1389, Б-32, Ж-71, У-126, Вит.А-2, Вит.С-52, Вит.РР-8, Na-2066, K-710, Ca-91, Mg-85, P-287, Fe-3

178-00**1-4 класс**

ЭЦ-153, Б-1, Ж-16, У-2, Вит.С-6, Na-315, K-91, Ca-18, Mg-9, P-28	.080	Салат из свежих огурцов	20-70
ЭЦ-418, Б-9, Ж-29, У-4, Вит.С-3, Na-3, K-63, Ca-5, Mg-4, P-12	.050/50	Гуляш	44-09
ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, K-81, Ca-16, Mg-30, P-89, Fe-1	.150	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	14-77
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1/31,25	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-947, Б-17, Ж-52, У-78, Вит.С-10, Вит.РР-1, Na-1079, K-294, Ca-51, Mg-52, P-161, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-153, Б-1, Ж-16, У-2, Вит.С-6, Na-315, K-91, Ca-18, Mg-9, P-28	.080	Салат из свежих огурцов	20-70
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-54
ЭЦ-271, Б-5, Ж-8, У-45, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-671, K-94, Ca-18, Mg-35, P-104, Fe-1	.174	Рис припущенный с овощами	17-38
ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, K-67, Ca-15, Mg-10, P-47, Fe-1	.2к/62,5г	Хлеб витаминный	3-88
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-50

Свободная продажа

ЭЦ-191, Б-9, Ж-12, У-12, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-1793, К-95, Са-31, Mg-10, Р-34, Fe-1	.060/50	Тефтели с соусом	34-52
ЭЦ-233, Б-4, Ж-7, У-39, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-579, К-81, Са-16, Mg-30, Р-89, Fe-1	.150	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	14-77
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	.100	Шаньга Домашняя с картофелем	13-92
ЭЦ-198, Б-5, Ж-5, У-33, Вит.РР-1, Na-215, К-70, Са-14, Mg-8, Р-53, Fe-1	.100	Пирожок с капустой печеный	11-64
ЭЦ-194, Б-5, Ж-5, У-32, Вит.РР-1, Na-202, К-67, Са-13, Mg-8, Р-51, Fe-1	0.080	Булочка Сладкая	11-52
ЭЦ-325, Б-11, Ж-18, У-30, Вит.РР-1, Na-605, К-177, Са-31, Mg-18, Р-131, Fe-2	1шт	Сосиска, запеченная в тесте	25-21
ЭЦ-259, Б-9, Ж-12, У-30, Вит.РР-1, Na-166, К-58, Са-10, Mg-7, Р-38, Fe-1	0.080	Расстегай рыб.конс.	30-23

Руководитель

Зав.производством