

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, K-146, Ca-123, Mg-14, P-91	.200/5	Каша пшенная с маслом сливочным(вязкая)	14-25
ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-55, Ca-11, Mg-7, P-39, Fe-1	.050/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-56
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 Несквик	14-72
ЭЦ-701, Б-16, Ж-28, У-98, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-723, K-348, Ca-254, Mg-35, P-220, Fe-1			
ЭЦ-19, Б-1, У-3, Вит.А-1, Вит.С-20, Na-6, K-232, Ca-11, Mg-16, P-21, Fe-1	.080	Нарезка овощная (помидор)	23-39
ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/15/10	Суп рыбный картоф. с крупной со сметаной	26-74
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	54-76
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-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из кураги	6-06
ЭЦ-1232, Б-32, Ж-48, У-138, Вит.А-5, Вит.С-43, Вит.РР-4, Na-3703, K-994, Ca-125, Mg-121, P-290, Fe-5			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	.200/5	Каша пшенная с маслом сливочным	14-25
ЭЦ-223, Б-4, Ж-10, У-29, Вит.РР-1, Na-236, K-55, Ca-11, Mg-7, P-39, Fe-1	.050/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-56
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 Несквик	14-72
ЭЦ-701, Б-16, Ж-28, У-98, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-723, K-348, Ca-254, Mg-35, P-220, Fe-1			
ЭЦ-19, Б-1, У-3, Вит.А-1, Вит.С-20, Na-6, K-232, Ca-11, Mg-16, P-21, Fe-1	.080	Нарезка овощная (помидор)	23-39
ЭЦ-223, Б-10, Ж-12, У-17, Вит.А-1, Вит.С-17, Вит.РР-1, Na-993, K-469, Ca-25, Mg-26, P-64, Fe-1	.250/15/10	Суп рыбный картоф. с крупной со сметаной	26-74
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	54-76
ЭЦ-167, Б-8, Ж-6, У-19, Na-364, K-60, Ca-208, Mg-16, P-134, Fe-1	.31,25/18	Бутерброд с сыром	14-47
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1 к/31,25	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из кураги	6-06
ЭЦ-329, Б-4, Ж-13, У-49, Na-71, K-49, Ca-12, Mg-6, P-41, Fe-1	.080	Кекс Чайный	11-29
ЭЦ-1642, Б-41, Ж-66, У-189, Вит.А-5, Вит.С-43, Вит.РР-3, Na-3957, K-1070, Ca-337, Mg-138, P-442, Fe-6			178-00

1-4 класс

ЭЦ-11, Б-1, У-2, Вит.С-8, Na-6, K-113, Ca-18, Mg-11, P-34	.080	Нарезка овощная (огурец)	21-30
ЭЦ-194, Б-12, Ж-16, У-1, Вит.С-1, Вит.РР-3, Na-58, K-234, Ca-25, Mg-19, P-125, Fe-1	.060/5	Биточки по-белорусски с маслом сл.	41-91
ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, Na-2712, K-85, Ca-39, Mg-12, P-66, Fe-1	.200	Макаронные изделия отварные	12-43
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-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, Na-4, K-35, Ca-32, Mg-21, P-29, Fe-1	.200	Компот из кураги	6-06
ЭЦ-756, Б-25, Ж-24, У-110, Вит.А-1, Вит.С-10, Вит.РР-6, Na-3016, K-521, Ca-124, Mg-70, P-291, Fe-4			84

5-11 класс

ЭЦ-19, Б-1, У-3, Вит.А-1, Вит.С-20, Na-6, K-232, Ca-11, Mg-16, P-21, Fe-1	.080	Нарезка овощная (помидор)	23-39
---	------	---------------------------	-------

ЭЦ-695, Б-14, Ж-35, У-52, Вит.А-2, Вит.С-5, Вит.РР-1,
 На-2338, К-191, Са-42, Мг-48, Р-129, Fe-1
 ЭЦ-86, Б-3, У-18, На-181, К-34, Са-7, Мг-5, Р-24
 ЭЦ-80, У-21, Вит.РР-1, К-46, Са-4, Мг-3, Р-5
 ЭЦ-123, Б-1, У-31, Вит.А-1, Вит.С-1, Вит.РР-1, На-4,
 К-35, Са-32, Мг-21, Р-29, Fe-1
 ЭЦ-1003, Б-19, Ж-35, У-125, Вит.А-4, Вит.С-26,
 Вит.РР-3, На-2529, К-538, Са-96, Мг-93, Р-208,
 Fe-3

0.250 Плов
 .1 к/31,25 Хлеб народный
 .31,25 /30 Бутерброд с повидлом
 .200 Компот из кураги

54-76
 1-76
 11-03
 6-06
 97

Свободная продажа

ЭЦ-199, Б-11, Ж-15, У-5, Вит.С-2, Вит.РР-2, На-143,
 К-50, Са-10, Мг-4, Р-23

.050/5

Зразв -Верх-Исетские- с маслом
 сливочным

36-36

ЭЦ-280, Б-7, Ж-7, У-47, Вит.РР-1, На-2712, К-85,
 Са-39, Мг-12, Р-66, Fe-1

.200

Макаронные изделия отварные

12-43

ЭЦ-270, Б-6, Ж-10, У-37, Вит.С-10, Вит.РР-1, На-60,
 К-354, Са-22, Мг-20, Р-86, Fe-1

.100

Шаньга Домашняя с картофелем

13-98

ЭЦ-749, Б-24, Ж-32, У-89, Вит.С-12, Вит.РР-4,
 На-2915, К-489, Са-71, Мг-36, Р-175, Fe-2

Руководитель

Зав.производством