

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	.200/8	Каша пшеничная с маслом	19-25
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо вареное	11-04
ЭЦ-86, Б-2, Ж-2, У-17, Вит.С-1, Na-26, K-98, Ca-65, Mg-11, P-53, Fe-1	.200	Чай с молоком	5-86
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-76
ЭЦ-567, Б-19, Ж-20, У-79, Вит.С-2, Na-700, K-337, Ca-218, Mg-35, P-249, Fe-2			
ЭЦ-14, Б-1, У-2, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-5, K-174, Ca-8, Mg-12, P-16, Fe-1	.060	Нарезка овощная (помидор)	17-39
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, K-393, Ca-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	21-51
ЭЦ-173, Б-10, Ж-14, Вит.РР-4, Na-1278, K-110, Ca-21, Mg-11, P-96, Fe-1	0.060/5	Птица жареная (филе) с маслом сливочным	58-57
ЭЦ-210, Б-5, Ж-5, У-35, Вит.РР-1, Na-2034, K-64, Ca-30, Mg-9, P-49, Fe-1	.150	Макаронные изделия отварные	9-32
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	5-78
ЭЦ-839, Б-28, Ж-31, У-109, Вит.А-2, Вит.С-47, Вит.РР-8, Na-3747, K-831, Ca-111, Mg-67, P-271, 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	.200/9	Каша пшеничная с маслом	20-06
ЭЦ-66, Б-5, Ж-5, Na-56, K-59, Ca-23, Mg-5, P-81, Fe-1	.1шт	Яйцо вареное	11-04
ЭЦ-77, Б-2, Ж-2, У-14, Вит.С-1, Na-25, K-73, Ca-60, Mg-7, P-45	.200	Кофе растворимый с молоком	15-06
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-76
ЭЦ-558, Б-19, Ж-20, У-76, Вит.С-2, Na-699, K-312, Ca-213, Mg-31, P-241, Fe-1			
ЭЦ-14, Б-1, У-2, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-5, K-174, Ca-8, Mg-12, P-16, Fe-1	.060	Нарезка овощная (помидор)	17-39
ЭЦ-174, Б-6, Ж-11, У-12, Вит.А-1, Вит.С-24, Вит.РР-2, Na-68, K-393, Ca-37, Mg-24, P-63, Fe-1	.250/10/10	Суп из овощей с мясом, сметаной	21-51
ЭЦ-173, Б-10, Ж-14, Вит.РР-4, Na-1278, K-110, Ca-21, Mg-11, P-96, Fe-1	0.060/6	Птица жареная (филе) с маслом сливочным	58-74
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-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-403, Б-7, Ж-12, У-68, Вит.РР-1, Na-34, K-91, Ca-26, Mg-11, P-64, Fe-1	0.100	Коржик Молочный	10-71
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, K-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	5-78
ЭЦ-1312, Б-37, Ж-45, У-189, Вит.А-2, Вит.С-47, Вит.РР-9, Na-4459, K-943, Ca-146, Mg-81, P-352, Fe-6			178-00

1-4 класс

ЭЦ-14, Б-1, У-2, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-5, K-174, Ca-8, Mg-12, P-16, Fe-1	.060	Нарезка овощная (помидор)	17-39
ЭЦ-778, Б-16, Ж-40, У-59, Вит.А-2, Вит.С-6, Вит.РР-2, Na-2619, K-213, Ca-47, Mg-54, P-144, Fe-1	0.256	Плов	58-55
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	2-28
ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, K-23, Mg-1	.200	Напиток лимонный	5-78
ЭЦ-1036, Б-21, Ж-41, У-115, Вит.А-3, Вит.С-29, Вит.РР-3, Na-2860, K-464, Ca-65, Mg-74, P-197, Fe-3			84

5-11 класс

ЭЦ-14, Б-1, У-2, Вит.А-1, Вит.С-15, Na-5, K-174, Ca-8, Mg-12, P-16, Fe-1	.060	Нарезка овощная (помидор)	17-39
--	------	---------------------------	-------

ЭЦ-173, Б-10, Ж-14, Вит.РР-4, Na-1278, К-110, Са-21, Mg-11, Р-96, Fe-1

0.060/5

Птица жареная (филе) с маслом сливочным

58-57

ЭЦ-265, Б-7, Ж-6, У-45, Вит.РР-1, Na-2563, К-80, Са-37, Mg-12, Р-62, Fe-1

.189

Макаронные изделия отварные

11-74

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

.2к/62,5

Хлеб народный

3-52

ЭЦ-96, У-25, Вит.С-8, К-23, Mg-1

.200

Напиток лимонный

5-78

97

ЭЦ-720, Б-24, Ж-21, У-107, Вит.А-1, Вит.С-23, Вит.РР-6, Na-4208, К-454, Са-81, Mg-46, Р-221, Fe-4

Свободная продажа

ЭЦ-409, Б-10, Ж-28, Na-1549, К-11, Са-17, Mg-2, Р-6

.050/5

Мясо отварное с маслом сл.

46-46

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

.200

Макаронные изделия отварные

12-43

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

.080

Кекс Чайный

12-27

ЭЦ-414, Б-4, Ж-27, У-43, Na-48, К-53, Са-26, Mg-5, Р-41, Fe-1

.080

Пирожное Черемушка

17-22

ЭЦ-1432, Б-25, Ж-75, У-139, Вит.РР-1, Na-4380, К-198, Са-94, Mg-25, Р-154, Fe-3

Руководитель

Зав.производством