

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-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	.200/10	Каша рисовая с маслом	24-49
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28	.31,25/10	Бутерброд с маслом сливочным	10-21
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	6-39
ЭЦ-559, Б-11, Ж-23, У-80, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-670, K-330, Ca-204, Mg-54, P-241, Fe-2			
ЭЦ-11, Б-1, У-2, Вит.С-8, Na-6, K-113, Ca-18, Mg-11, P-34	.080	Нарезка овощная (огурец)	13-93
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, K-331, Ca-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом	19-55
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-63
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	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	15-12
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-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-1251, Б-33, Ж-55, У-126, Вит.А-2, Вит.С-54, Вит.РР-7, Na-1744, K-695, Ca-87, Mg-84, P-261, 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	.200/10	Каша рисовая с маслом	24-49
ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-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, K-147, Ca-120, Mg-14, P-90	.200	Какао с молоком Несквик	16-05
ЭЦ-622, Б-12, Ж-26, У-88, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-694, K-379, Ca-259, Mg-57, P-278, Fe-1			
ЭЦ-11, Б-1, У-2, Вит.С-8, Na-6, K-113, Ca-18, Mg-11, P-34	.080	Нарезка овощная (огурец)	13-93
ЭЦ-221, Б-10, Ж-11, У-23, Вит.А-1, Вит.С-12, Вит.РР-1, Na-602, K-331, Ca-27, Mg-18, P-47, Fe-1	.250/15/10	Суп карт. с горохом, мясом	19-55
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-63
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	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	15-12
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-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4	.200	Напиток Виталайт	8-16
ЭЦ-329, Б-4, Ж-13, У-49, Na-71, K-49, Ca-12, Mg-6, P-41, Fe-1	.080	Кекс Чайный	14-34
ЭЦ-1580, Б-37, Ж-68, У-175, Вит.А-2, Вит.С-54, Вит.РР-7, Na-1815, K-744, Ca-99, Mg-90, P-302, Fe-4			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)	13-93
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-63
ЭЦ-295, Б-5, Ж-8, У-49, Вит.А-1, Вит.С-2, Вит.РР-1, Na-733, K-103, Ca-20, Mg-38, P-113, Fe-1	.190	Рис припущенный с овощами	13-26
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25	Хлеб народный	1-76
ЭЦ-951, Б-20, Ж-42, У-89, Вит.А-1, Вит.С-14, Вит.РР-1, Na-924, K-351, Ca-56, Mg-63, P-193, Fe-2			84

5-11 класс

ЭЦ-11, Б-1, У-2, Вит.С-8, Na-6, K-113, Ca-18, Mg-11, P-34	.080	Нарезка овощная (огурец)	13-93
ЭЦ-502, Б-11, Ж-34, У-5, Вит.С-4, Na-3, K-76, Ca-6, Mg-5, P-14	.060/60	Гуляш	52-63

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*

11-34

ЭЦ-170, Б-3, Ж-9, У-20, Na-200, K-39, Ca-9, Mg-6, P-28

.31,25/9

Бутерброд с маслом сливочным

9-18

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-34, У-9, Вит.С-28, Вит.РР-4

.200

Напиток Виталайт

8-16

ЭЦ-1036, Б-22, Ж-50, У-93, Вит.С-41, Вит.РР-5,
Na-969, K-343, Ca-56, Mg-57, P-189, Fe-1

97

Свободная продажа

ЭЦ-191, Б-9, Ж-12, У-12, Вит.С-4, Вит.РР-1, Na-1793,
K-95, Ca-31, Mg-10, P-34, Fe-1

.060/50

Тефтели с соусом

29-62

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

*Каша гречневая рассыпчатая с
овощами*

15-12

ЭЦ-270, Б-6, Ж-10, У-37, Вит.С-10, Вит.РР-1, Na-60,
K-354, Ca-22, Mg-20, P-86, Fe-1

.100

Шаньга Домашняя с картофелем

13-94

ЭЦ-198, Б-5, Ж-5, У-33, Вит.РР-1, Na-215, K-70, Ca-14,
Mg-8, P-53, Fe-1

.100

Пирожок с капустой печеный

11-79

ЭЦ-194, Б-5, Ж-5, У-32, Вит.РР-1, Na-202, K-67, Ca-13,
Mg-8, P-51, Fe-1

0.080

Булочка Сладкая

11-67

ЭЦ-325, Б-11, Ж-18, У-30, Вит.РР-1, Na-605, K-177,
Ca-31, Mg-18, P-131, Fe-2

1шт

Сосиска, запеченная в тесте

25-36

ЭЦ-1489, Б-41, Ж-59, У-196, Вит.А-1, Вит.С-16,
Вит.РР-6, Na-3646, K-871, Ca-132, Mg-104,
P-474, Fe-7

Руководитель

Зав. производством