

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 пшеничная с маслом сливочным	14-25
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-472, Б-12, Ж-13, У-77, Вит.С-1, Na-619, K-205, Ca-135, Mg-23, P-123, 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)	23-50
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	.250/10/10	Суп рыбный картоф. с крупной со сметаной	21
ЭЦ-173, Б-10, Ж-14, Вит.РР-4, Na-1278, K-110, Ca-21, Mg-11, P-96, Fe-1	0.060	Птица жареная (филе)	54-56
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, K-760, Ca-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	16-93
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-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-70, Ca-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	15-88
ЭЦ-852, Б-30, Ж-33, У-105, Вит.А-2, Вит.С-65, Вит.РР-8, Na-3854, K-1708, Ca-134, Mg-101, P-334, Fe-6			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 пшеничная с маслом сливочным	18-38
ЭЦ-86, Б-3, У-18, Na-181, K-34, Ca-7, Mg-5, P-24	.1к/31,25г	Хлеб витаминный	1-94
ЭЦ-57, У-15, Na-1, K-25, Ca-5, Mg-4, P-8, Fe-1	.200/15	Чай с сахаром	2-42
ЭЦ-472, Б-12, Ж-13, У-77, Вит.С-1, Na-619, K-205, Ca-135, Mg-23, P-123, 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)	23-50
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	.250/10/10	Суп рыбный с картоф. с крупной со сметаной	21
ЭЦ-173, Б-10, Ж-14, Вит.РР-4, Na-1278, K-110, Ca-21, Mg-11, P-96, Fe-1	0.060/7	Птица жареная (филе) с маслом сливочным	60-49
ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209, K-760, Ca-53, Mg-33, P-99, Fe-1	.150	Картофельное пюре	16-93
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-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-70, Ca-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	15-88
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-1122, Б-36, Ж-43, У-142, Вит.А-2, Вит.С-75, Вит.РР-9, Na-3914, K-2062, Ca-156, Mg-121, P-420, Fe-7			178-00

1-4 класс

ЭЦ-102, Б-1, Ж-10, У-2, Вит.С-9, Na-5, K-109, Ca-8, Mg-8, P-15	.050	Салат из свежих помидоров	14-93
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	51-70
ЭЦ-95, Б-3, Ж-1, У-19, Na-151, K-35, Ca-6, Mg-4, P-24	.032	Батон нарезной	1-49
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, K-70, Ca-9, Mg-5, P-7, Fe-1	.200	Компот из груш	15-88
ЭЦ-1002, Б-18, Ж-46, У-101, Вит.А-2, Вит.С-16, Вит.РР-1, Na-2500, K-405, Ca-65, Mg-65, P-175, Fe-2			84

5-11 класс

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	59-54
ЭЦ-165, Б-3, Ж-6, У-23, Вит.С-28, Вит.РР-2, Na-1290, K-811, Ca-56, Mg-36, P-105, Fe-1	.160	Картофельное пюре	18-06

ЭЦ-172, Б-6, Ж-1, У-35, Вит.РР-1, Na-362, К-67, Са-15,
Mg-10, P-47, Fe-1
ЭЦ-110, У-28, Вит.С-2, Na-6, К-70, Са-9, Mg-5, P-7,
Fe-1

.2к/62,5

Хлеб народный

3-52

.200

Компот из груш

15-88

ЭЦ-620, Б-19, Ж-21, У-86, Вит.С-30, Вит.РР-7,
Na-2936, К-1058, Са-101, Mg-62, P-255, Fe-4

97

Свободная продажа

ЭЦ-232, Б-13, Ж-13, У-16, Вит.С-2, Вит.РР-2, Na-2591,
К-67, Са-33, Mg-8, P-26, Fe-1

.050/5

Котлета мясная с маслом

28-19

ЭЦ-155, Б-3, Ж-6, У-22, Вит.С-26, Вит.РР-2, Na-1209,
К-760, Са-53, Mg-33, P-99, Fe-1

.150

Картофельное пюре

16-93

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

0.080

Булочка Сладкая

11-67

ЭЦ-581, Б-21, Ж-24, У-70, Вит.С-28, Вит.РР-5,
Na-4002, К-894, Са-99, Mg-49, P-176, Fe-3

Руководитель

Зав. производством