

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ  
ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
**Утверждаю**  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Свердловской области «Евразийский лицей» № 10,  
реализующая адаптированные основные  
10" общеобразовательные программы»  
Бузань М.Д.  
(ГБОУ СО «ЕШИ № 10»)  
ул. Краснофлотцев, 8а, г. Екатеринбург, 620007  
тел./факс (343)331-21-65, (343)331-21-66 e-mail: school\_7870@mail.ru  
ОКПО «4145219 ОГРН 1026805612318  
ИНН «41П 6803056337 / 680501001

# МЕНЮ

на 8.02.2024

по столовой ГБОУ СО " ЕШИ № 10"

Воспитанники 7-11 лет

## ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
340/2004	Омлет натуральный	105,000		11,73	15,78	8,13	170
ттк	Какао с молоком	200,000		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	25,000		4,05	0,75	25,55	72,5
	Биоюгурт	125,000		2,8	2,5	11	77,7
	Хлеб ржаной	15,000		1,1	0,175	12,45	53,5

## ВИТАМИНИЗАЦИЯ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Груша	170,000		0,8	0	21,4	84

## ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ттк	Салат из свеклы с изюмом Детский	80,000		1	2,1	18,4	140,8
132/2004	Рассольник ленингр со сметаной	255,000		3,2	6,5	18,3	130,2
423/2004/	Бефстроганов	100,000		17,2	21,98	6,5	258
297/2004	Каша гречневая рассыпчатая	150,000		8,5	6,607	41,9	234
66/2003	Напиток из шиповника	200,000		0,06	0	19,9	75
	Хлеб пшеничный	25,000		3,85	1,2	26,7	127
	Хлеб ржаной	25,000		1,1	0,175	12,45	53,5

## ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Сок фруктовый	200,000		1	0	23,4	94
696//1996	Растегай с рыбой	72,500		11	6,8	31,7	217

Обучающиеся 7-11 лет

## ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
340/2004	Омлет натуральный	105,000		11,73	15,78	8,13	170
ттк	Какао с молоком	200,000		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	25,000		4,05	0,75	25,55	72,5
	Биоюгурт	125,000		2,8	2,5	11	77,7
	Хлеб ржаной	15,000		1,1	0,175	12,45	53,5

## ВИТАМИНИЗАЦИЯ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Груша	170,000		0,8	0	21,4	84

## ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ттк	Салат из свеклы с изюмом Детский	80,000		1	2,1	18,4	140,8
132/2004	Рассольник ленингр со сметаной	255,000		3,2	6,5	18,3	130,2
423/2004/	Бефстроганов	100,000		17,2	21,98	6,5	258
297/2004	Каша гречневая рассыпчатая	150,000		8,5	6,607	41,9	234
66/2003	Напиток из шиповника	200,000		0,06	0	19,9	75

	Хлеб пшеничный	25,000		3,85	1,2	26,7	127
	Хлеб ржаной	25,000		1,1	0,175	12,45	53,5

### ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Сок фруктовый	200,000		1	0	23,4	94
696//1996	Расстегай с рыбой	72,500		11	6,8	31,7	217

### Воспитанники 12-18 лет

### ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
340/2004	Омлет натуральный	105,000		11,73	15,78	8,13	170
ттк	Какао с молоком	200,000		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	50,000		8,1	1,5	51	125
	Биойогурт	125,000		2,8	2,5	11	77,7
	Хлеб ржаной	15,000		1,1	0,175	12,45	53,5

### ВИТАМИНИЗАЦИЯ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Груша	170,000		0,8	0	21,4	84

### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ттк	Салат из свеклы с изюмом Детский	100,000		1,25	8,87	22,87	176
132/2004	Рассольник ленингр со сметаной	306,000		3,84	7,8	21,96	156,24
423/2004/	Бифстроганов	150,000		25,8	25,8	10,55	387
297/2004	Каша гречневая рассыпчатая	200,000		11,3	8,79	55,72	311,22
66/2003	Напиток из шиповника	200,000		0,06	0	19,9	75
	Хлеб пшеничный	50,000		3,85	1,2	26,7	127
	Хлеб ржаной	25,000		1,1	0,175	12,45	53,5

### ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	Сок фруктовый	200,000		1	0	23,4	94
696//1996	Расстегай с рыбой	72,500		11	6,8	31,7	217

Заведующая столовой

Казакова С.В.

