

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ
Утверждаю ПОЛИЦИИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
 Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
 Свердловской области «Екатеринбургская школа-интернат № 10»
Директор ГБОУ СО " ЕШИ № 10"
 10" реализующая адаптированные основные
 общеобразовательные программы»
 (ГБОУ СО «ЕШИ № 10»)
 ул. Краснофлотцев, 8а, Екатеринбург 620017
 тел./факс (343)331-21-65, (343)331-366-11 факс (343) 7870@mail.ru
Бухань М. Д.
 ОКПО 44145219 ОГРН 1026605612318
 ИНН / КПП 6663056337 / 668601001

МЕНЮ

на 16.05.2024 года

по столовой ГБОУ СО " ЕШИ № 10"

Воспитанники 7-11 лет

ЗАВТРАК

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------|------------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 342/04 | Омлет с сыром с маслом | 120 | | 16,2 | 24,4 | 8,2 | 263 |
| | Йогурт питьевой | 125 | | 3,5 | 4 | 4,5 | 70 |
| ткк | Какао с молоком | 200 | | 3,6 | 3,7 | 15,48 | 106 |
| | Батон нарезной | 25 | | 2,02 | 0,38 | 12,5 | 63,5 |
| | Хлеб ржаной | 15 | | 1,1 | 0,175 | 12,45 | 53,5 |

ВИТАМИНИЗАЦИЯ

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| | Апельсин | 185 | | 0,72 | 0 | 10,98 | 43,2 |

ОБЕД

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|----------|---------------------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 02/2001 | Салат овощной с зеленым гор | 80 | | 1,9 | 13,0 | 8,7 | 123,0 |
| 131/2004 | Рассольник домашний со сметаной | 255 | | 3,2 | 6,8 | 16,2 | 122,0 |
| 443/2004 | Плов из говядины | 225 | | 40,8 | 33,3 | 45,8 | 457,2 |
| 638/1996 | Компот из кураги | 200 | | 1,1 | 0,0 | 30,9 | 129,0 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | | 3,0 | 0,6 | 13,4 | 60,4 |
| | Хлеб ржаной | 25 | | 1,1 | 0,2 | 12,5 | 53,5 |

ПОЛДНИК

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| | Сок фруктовый | 200 | | 1 | 0 | 23,4 | 94 |
| 687/82 | Пирожок с печенью | 75 | | 11,7 | 3,4 | 33,9 | 202,6 |

УЖИН

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|----------|---------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| | Икра кабачковая | 70 | | 0 | 4,9 | 4,9 | 64,26 |
| 64/2003 | Колбаски витаминные | 75 | | 18,2 | 21 | 2,2 | 266 |
| 523/2004 | Капуста отварная | 150 | | 3,7 | 5 | 9,2 | 79 |
| 630/1996 | Чай с молоком | 200 | | 1,6 | 1,6 | 17,3 | 86 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | | 2,95 | 0,6 | 13,35 | 60,35 |
| | Хлеб ржаной | 25 | | 1,1 | 0,175 | 12,45 | 53,5 |

УЖИН 2

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| | Снежок | 180 | | 5,04 | 5,76 | 6,48 | 100,8 |

Обучающиеся 7-11 лет

ЗАВТРАК

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------|------------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 342/04 | Омлет с сыром с маслом | 120 | | 16,2 | 24,4 | 8,2 | 263 |
| | Йогурт питьевой | 125 | | 3,5 | 4 | 4,5 | 70 |

| | | | | | | | |
|-----|-----------------|-----|--|------|-------|-------|------|
| ттк | Какао с молоком | 200 | | 3,6 | 3,7 | 15,48 | 106 |
| | Батон нарезной | 25 | | 2,02 | 0,38 | 12,5 | 63,5 |
| | Хлеб ржаной | 15 | | 1,1 | 0,175 | 12,45 | 53,5 |

ВИТАМИНИЗАЦИЯ

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| | Апельсин | 185 | | 0,72 | 0 | 10,98 | 43,2 |

ОБЕД

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|----------|---------------------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 02/2001 | Салат овощной с зеленым гор | 80 | | 1,928 | 12,95 | 8,659 | 123 |
| 131/2004 | Рассольник домашний со сметаной | 255 | | 3,19 | 6,8 | 16,2 | 122 |
| 443/2004 | Плов из говядины | 225 | | 40,8 | 33,25 | 45,83 | 457,2 |
| 638/1996 | Компот из кураги | 200 | | 1,1 | 0 | 30,9 | 129 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | | 2,95 | 0,6 | 13,35 | 60,35 |
| | Хлеб ржаной | 25 | | 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 | | 1 | 0 | 23,4 | 94 |
| 687/82 | Пирожок с печенью | 75 | | 11,7 | 3,4 | 33,9 | 202,6 |

Воспитанники 12-18 лет

ЗАВТРАК

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------|------------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 342/04 | Омлет с сыром с маслом | 120 | | 16,2 | 24,4 | 8,2 | 263 |
| | Йогурт питьевой | 125 | | 3,5 | 4 | 4,5 | 70 |
| ттк | Какао с молоком | 200 | | 3,6 | 3,7 | 15,48 | 106 |
| | Батон нарезной | 50 | | 4,04 | 0,76 | 25 | 127 |
| | Хлеб ржаной | 15 | | 1,1 | 0,175 | 12,45 | 53,5 |

ВИТАМИНИЗАЦИЯ

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| | Апельсин | 185 | | 0,72 | 0 | 10,98 | 43,2 |

ОБЕД

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|----------|---------------------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 02/2001 | Салат овощной с зеленым гор | 100 | | 2,41 | 16,18 | 10,8 | 153,75 |
| 131/2004 | Рассольник домашний со сметаной | 306 | | 3,83 | 8,16 | 19,44 | 146,4 |
| 443/2004 | Плов из говядины | 225 | | 40,8 | 33,25 | 45,83 | 457,2 |
| 638/1996 | Компот из кураги | 200 | | 1,1 | 0 | 30,9 | 129 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | | 4,04 | 0,76 | 25 | 127 |
| | Хлеб ржаной | 25 | | 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 | | 1 | 0 | 23,4 | 94 |
| 687/82 | Пирожок с печенью | 75 | | 11,7 | 3,4 | 33,9 | 202,6 |

УЖИН

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|----------|---------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| | Икра кабачковая | 70 | | 0 | 4,9 | 4,9 | 64,26 |
| 64/2003 | Колбаски витаминные | 75 | | 18,2 | 21 | 2,2 | 266 |
| 523/2004 | Капуста отварная | 150 | | 3,7 | 5 | 9,2 | 79 |
| 630/1996 | Чай с молоком | 200 | | 1,6 | 1,6 | 17,3 | 86 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | | 2,95 | 0,6 | 13,35 | 60,35 |
| | Хлеб ржаной | 25 | | 1,1 | 0,175 | 12,45 | 53,5 |

УЖИН 2

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| | Снежок | 200 | | 5,04 | 5,76 | 6,48 | 100,8 |

Обучающиеся 12-18 лет

ЗАВТРАК

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------|------------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 342/04 | Омлет с сыром с маслом | 120 | | 16,2 | 24,4 | 8,2 | 263 |
| | Йогурт питьевой | 125 | | 3,5 | 4 | 4,5 | 70 |
| ткк | Какао с молоком | 200 | | 3,6 | 3,7 | 15,48 | 106 |
| | Батон нарезной | 50 | | 4,04 | 0,76 | 25 | 127 |
| | Хлеб ржаной | 15 | | 1,1 | 0,175 | 12,45 | 53,5 |

ВИТАМИНИЗАЦИЯ

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| | Апельсин | 185 | | 0,72 | 0 | 10,98 | 43,2 |

ОБЕД

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|----------|---------------------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 02/2001 | Салат овощной с зеленым гор | 100 | | 2,41 | 16,18 | 10,8 | 153,75 |
| 131/2004 | Рассольник домашний со сметаной | 306 | | 3,83 | 8,16 | 19,44 | 146,4 |
| 443/2004 | Плов из говядины | 225 | | 40,8 | 33,25 | 45,83 | 457,2 |
| 638/1996 | Компот из кураги | 200 | | 1,1 | 0 | 30,9 | 129 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | | 4,04 | 0,76 | 25 | 127 |
| | Хлеб ржаной | 25 | | 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 | | 1 | 0 | 23,4 | 94 |
| 687/82 | Пирожок с печенью | 75 | | 11,7 | 3,4 | 33,9 | 202,6 |

Заведующая столовой

Казакова С.В.