

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ  
ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
Утверждено бюджетное общеобразовательное учреждение  
Свердловской области «Екатеринбургская школа-интернат № 10»  
Директор ГБОУ СО " ЕШИ № 10"  
10"  
«ГБОУ СО «ЕШИ № 10»»  
ул. Краснофлотцев, 8а, г. Екатеринбург, 620017  
тел./факс (343)331-21-65, (343)331-21-66 e-mail: school\_7870@mail.ru  
Бузаны М.Д.  
ОКПО 441452-00-001-02-0005-02318  
ИНН / КПП 6603056337 / 660601001

# МЕНЮ

на 03.09.2024

по столовой ГБОУ СО " ЕШИ № 10"

Воспитанники 7-11 лет

## ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
345/200	Омлет с картофелем с маслом	175		13,15	23,5	24,7	196,1
тгк	Какао с молоком	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	25		4,05	0,75	25,55	125
	Биоогурт	125		2,8	2,5	11	83,68
	Хлеб ржаной	15		1,1	0,175	12,45	53,5

## ВИТАМИНИЗАЦИЯ

59	Банан	210		0,8	0	21,4	84
----	-------	-----	--	-----	---	------	----

## ОБЕД

71/2004	Винегрет овощной	80		6,80	17,25	5,60	83,00
124//04	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	255		2,86	6,65	9,84	90,84
435/04	Бифштекс рубленый	90		13,57	14,03	11,00	257,00
525/200	Овощи в молочном соусе	150		4,00	3,80	13,80	105,75
638/200	Компот из кураги	200		1,10	0,00	30,90	129,00
	Хлеб пшеничный	25		3,85	1,20	26,70	127,00
	Хлеб ржаной	25		1,10	0,18	12,45	53,50

## ПОЛДНИК

	Сок фруктовый	200		1	0	23,4	94
695/199	Ватрушка с повидлом	75		4,9	2,7	47,1	218

## УЖИН

244/96	Запеканка морковная	100		2,7	4,9	15,85	126
319/96	Рыба запеченная с картоф по русски	350		33,3	18,3	30,7	302
630/199	Чай с молоком	200		1,65	1,6	17,3	86
	Хлеб пшеничный	25		3,85	1,2	26,7	127
	Хлеб ржаной	25		1,1	0,175	12,45	53,5

## УЖИН 2

	Снежок	180		5,04	5,76	19,8	151,2
--	--------	-----	--	------	------	------	-------

Обучающиеся 7-11 лет

## ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
345/200	Омлет с картофелем с маслом	175		13,15	23,5	24,7	196,1
тгк	Какао с молоком Витошка	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	25		4,05	0,75	25,55	125
	Биоогурт	125		2,8	2,5	11	83,68
	Хлеб ржаной	15		1,1	0,175	12,45	53,5

## ВИТАМИНИЗАЦИЯ

59	Банан	210		0,8	0	21,4	84
----	-------	-----	--	-----	---	------	----

## ОБЕД

71/2004	Винегрет овощной	80		6,80	17,25	5,60	83,00
124//04	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	255		2,86	6,65	9,84	90,84



435/04	Бифштеке рубленный	90	13,57	14,03	11,00	177,00
525/200	Овощи в молочном соусе	150	4,00	3,80	13,80	99,75
638/200	Компот из кураги	200	1,10	0,00	30,90	129,00
	Хлеб пшеничный	25	3,85	1,20	26,70	127,00
	Хлеб ржаной	25	1,10	0,18	12,45	53,50

### ПОЛДНИК

	Сок фруктовый	200	1	0	23,4	94
695/199	Ватрушка с повидлом	75	4,9	2,7	47,1	218

### Воспитанники 11-18 лет

#### ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
345/200	Омлет с картофелем с маслом	175		13,15	23,5	24,7	196
ттк	Какао с молоком Витошка	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	50		8,1	1,5	51	125
	Биойогурт	125		2,8	2,5	11	83,68
	Хлеб ржаной	15		1,1	0,175	12,45	53,5

#### ВИТАМИНИЗАЦИЯ

59	Банан	210	0,8	0	21,4	84
----	-------	-----	-----	---	------	----

#### ОБЕД

71/2004	Винегрет овощной	100	8,70	21,30	7,06	105,00
124//04	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	306	3,43	8,00	11,80	109,00
435/04	Бифштеке рубленный	90	17,91	18,51	0,71	257,00
525/200	Овощи в молочном соусе	200	5,32	5,05	18,35	132,66
638/200	Компот из кураги	200	1,10	0,00	30,90	129,00
	Хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	127,00
	Хлеб ржаной	25	1,10	0,18	12,45	53,50

### ПОЛДНИК

	Сок фруктовый	200	1	0	23,4	94
695/199	Ватрушка с повидлом	75	4,9	2,7	47,1	218

#### УЖИН

244/96	Запеканка морковная	100	2,7	4,9	15,85	126
319/96	Рыба запеченная с картоф по русски	350	33,3	18,3	30,7	402
630/199	Чай с молоком	200	1,65	1,6	17,3	86
	Хлеб пшеничный	25	3,85	1,2	26,7	127
	Хлеб ржаной	25	1,1	0,175	12,45	53,5

#### УЖИН 2

	Снежок	180	5,04	5,76	19,8	151,2
--	--------	-----	------	------	------	-------

### Обучающиеся 11-18 лет

#### ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
345/200	Омлет с картофелем с маслом	175		13,15	23,5	24,7	310
ттк	Какао с молоком Витошка	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	50		8,1	1,5	51	125
	Биойогурт	125		2,8	2,5	11	77,7
	Хлеб ржаной	15		1,1	0,175	12,45	53,5

#### ВИТАМИНИЗАЦИЯ

59	Банан	210	0,8	0	21,4	84
----	-------	-----	-----	---	------	----

#### ОБЕД

71/2004	Винегрет овощной	100	8,70	21,30	7,06	105,00
124//04	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	306	3,43	8,00	11,80	109,00
435/04	Бифштеке рубленный	90	17,91	18,51	0,71	257,00

525/200	Овощи в молочном соусе	200	5,32	5,05	18,35	132,66
638/200	Компот из кураги	200	1,10	0,00	30,90	129,00
	Хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	127,00
	Хлеб ржаной	25	1,10	0,18	12,45	53,50

ПОЛДНИК

	Сок фруктовый	200	1	0	23,4	94
695/199	Ватрушка с повидлом	75	4,9	2,7	47,1	218

Заведующая столовой

Казакова С.В.

