

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
 Государственное общеобразовательное учреждение Свердловской области «Бухаринбуковская школа-интернат № 10»  
 Директор ГБОУ СО «ЕШИ № 10»  
 10" общеобразовательные программы»  
 (ГБОУ СО «ЕШИ № 10») ул. Краснофлотцев, 8а, Бузаны М.Д.  
 тел./факс (343) 331-21-05 (343) 331-21-06 e-mail: vskolod@yandex.ru  
 ОКПО 44145218 ОГРН 1026605612318  
 ИНН / КПП 6663056337 / 666601001

**МЕНЮ**  
 на 23.12.2024 года  
 столовой ГБОУ СО ЕШИ № 10  
 Воспитанники 7-11 лет  
**ЗАВТРАК**

| № рец.   | Наименование блюд             | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|----------|-------------------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|          |                               |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|          | Масло сливочное               | 5          |            | 0,03             | 4,1  | 0,045    | 33           |
|          | Сыр голландский порционно     | 10         |            | 2,92             | 2,98 | 0        | 39,35        |
| 302/2004 | Каша молочная Дружба с маслом | 205        |            | 13,6             | 12,8 | 46,2     | 268          |
| 692/04   | Кофейный напиток с молоком    | 200        |            | 3,26             | 7,12 | 25,7     | 116          |
|          | Батон нарезной                | 25         |            | 4,05             | 0,75 | 25,55    | 125          |
|          | Хлеб ржаной                   | 15         |            | 1,32             | 0,21 | 14,94    | 64,2         |

**ВИТАМИНИЗАЦИЯ**

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                   |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|        | Яблоко свежее     | 120        |            | 0,56             | 0    | 8,54     | 33,6         |

**ОБЕД**

| № рец.   | Наименование блюд     | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |       |          |              |
|----------|-----------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|          |                       |            |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| 7/2003   | Салат Здоровье        | 80         |            | 1,86             | 8,7   | 7,7      | 102,5        |
| 138/1996 | Сул картоф с бобовыми | 250        |            | 6,887            | 5,96  | 21,033   | 145          |
| 413/1996 | Шницель рубленый      | 90         |            | 16,8             | 18,26 | 8,64     | 250          |
| 469/1996 | Макарон из отварные   | 150        |            | 5,48             | 4,9   | 35,48    | 207          |
| ттк      | Напиток Витошка       | 200        |            | 0                | 0     | 19,2     | 74,6         |
|          | Хлеб пшеничный        | 25         |            | 3,85             | 1,2   | 26,7     | 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 |
| 40/2003 | Колобки творожные с соусом молочным | 170        |            | 32,7             | 35,7 | 32,1     | 394          |
| 697/04  | Молоко кипяченое                    | 200        |            | 5,9              | 6,75 | 9,9      | 122          |

**УЖИН**

| № рец.   | Наименование блюд                            | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |       |          |              |
|----------|--|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|          |  |            |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| ттк      | Салат из вареной моркови с кукурузой консерв | 80         |            | 1,07             | 4,06  | 16,48    | 106,78       |
| 312/1996 | Рыба по ленинградски                         | 135        |            | 39,17            | 30,17 | 16,06    | 409          |
| 261/2004 | Картофельное пюре запеченное                 | 180        |            | 6,9              | 11,5  | 30,4     | 231          |
| 585/2004 | Чай с сахаром с лимоном                      | 200        |            | 1,3              | 2     | 15,3     | 59,7         |
|          | Хлеб пшеничный                               | 25         |            | 3,85             | 1,2   | 26,7     | 127          |
|          | 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 |
| 414    | Биойогурт         | 180        |            | 5,04             | 3,6  | 19,8     | 131,4        |

**Обучающиеся 7-11 лет**

**ЗАВТРАК**

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                   |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|        | Масло сливочное   | 5          |            | 0,03             | 4,1  | 0,045    | 33           |

|          |                               |     |      |      |       |       |
|----------|-------------------------------|-----|------|------|-------|-------|
|          | Сыр голландский порционно     | 10  | 2,92 | 2,98 | 0     | 39,35 |
| 302/2004 | Каша молочная Дружба с маслом | 205 | 13,6 | 12,8 | 46,2  | 268   |
| 692/04   | Кофейный напиток с молоком    | 200 | 3,26 | 7,12 | 25,7  | 116   |
|          | Батон нарезной                | 25  | 4,05 | 0,75 | 25,55 | 125   |
|          | Хлеб ржаной                   | 15  | 1,32 | 0,21 | 14,94 | 64,2  |

### ВИТАМИНИЗАЦИЯ

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                   |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|        | Яблоко свежее     | 120        |            | 0,56             | 0    | 8,54     | 33,6         |

### ОБЕД

| № рец.   | Наименование блюд        | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |       |          |              |
|----------|--------------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|          |                          |            |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| 7/2003   | Салат Здоровье           | 80         |            | 1,86             | 8,7   | 7,7      | 102,5        |
| 138/1996 | Суп картофель с бобовыми | 250        |            | 6,887            | 5,96  | 21,033   | 145          |
| 413/1996 | Шницель рубленый         | 90         |            | 16,8             | 18,26 | 8,64     | 250          |
| 469/1996 | Макароны из отварные     | 150        |            | 5,48             | 4,9   | 35,48    | 207          |
| ттк      | Напиток Витошка          | 200        |            | 0                | 0     | 19,2     | 74,6         |
|          | Хлеб пшеничный           | 25         |            | 3,85             | 1,2   | 26,7     | 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 |
| 40/2003 | Колобки творожные с соусом молочным | 170        |            | 32,7             | 35,7 | 32,1     | 394          |
| 697/04  | Молоко кипяченое                    | 200        |            | 5,9              | 6,75 | 9,9      | 122          |

## Воспитанники 12-18 лет

### ЗАВТРАК

| № рец.   | Наименование блюд             | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|----------|-------------------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|          |                               |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|          | Масло сливочное               | 10         |            | 0,06             | 8,2  | 0,1      | 66           |
|          | Сыр голландский порционно     | 15         |            | 4,17             | 4,26 | 0        | 56,25        |
| 302/2004 | Каша молочная Дружба с маслом | 205        |            | 13,6             | 12,8 | 46,2     | 268          |
| 692/04   | Кофейный напиток с молоком    | 200        |            | 3,26             | 7,12 | 25,7     | 116          |
|          | Батон нарезной                | 50         |            | 4,05             | 0,75 | 25,55    | 125          |
|          | Хлеб ржаной                   | 15         |            | 1,32             | 0,21 | 14,94    | 64,2         |

### ВИТАМИНИЗАЦИЯ

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                   |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|        | Яблоко свежее     | 120        |            | 0,56             | 0    | 8,54     | 33,6         |

### ОБЕД

| № рец.   | Наименование блюд        | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |       |          |              |
|----------|--------------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|          |                          |            |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| 7/2003   | Салат Здоровье           | 100        |            | 2,25             | 10    | 9,16     | 157          |
| 138/1996 | Суп картофель с бобовыми | 300        |            | 8,16             | 7,15  | 25,08    | 172,8        |
| 413/1996 | Шницель рубленый         | 100        |            | 19,4             | 33,31 | 10,1     | 419          |
| 469/1996 | Макароны из отварные     | 200        |            | 8,65             | 5,45  | 31,25    | 195,1        |
| ттк      | Напиток Витошка          | 200        |            | 0                | 0     | 19,2     | 74,6         |
|          | Хлеб пшеничный           | 50         |            | 3,85             | 1,2   | 26,7     | 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 |
| 40/2003 | Колобки творожные с соусом | 170        |            | 32,7             | 35,7 | 32,1     | 394          |

|        |                  |     |  |     |      |     |     |
|--------|------------------|-----|--|-----|------|-----|-----|
| 697/04 | Молоко кипяченое | 200 |  | 5,9 | 6,75 | 9,9 | 122 |
|--------|------------------|-----|--|-----|------|-----|-----|

### УЖИН

| № рец.   | Наименование блюд                            | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |       |          |              |
|----------|--|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|          |  |            |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| ттк      | Салат из вареной моркови с кукурузой консерв | 80         |            | 1,07             | 4,06  | 16,48    | 106,78       |
| 312/1996 | Рыба по ленинградски                         | 135        |            | 39,17            | 30,17 | 16,06    | 409          |
| 261/2004 | Картофельное пюре запеченное                 | 180        |            | 6,9              | 11,5  | 30,4     | 231          |
| 585/2004 | Чай с сахаром с лимоном                      | 200        |            | 1,3              | 2     | 15,3     | 59,7         |
|          | Хлеб пшеничный                               | 25         |            | 3,85             | 1,2   | 26,7     | 127          |
|          | 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 |
|        | Биоогурт          | 200        |            | 5,04             | 3,6  | 19,8     | 131,4        |

## Общая для обучающихся 12-18 лет

### ЗАВТРАК

| № рец.   | Наименование блюд             | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|----------|-------------------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|          |                               |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|          | Масло сливочное               | 10         |            | 0,06             | 8,2  | 0,1      | 66           |
|          | Сыр голландский порционно     | 15         |            | 4,17             | 4,26 | 0        | 56,25        |
| 302/2004 | Каша молочная Дружба с маслом | 205        |            | 13,6             | 12,8 | 46,2     | 268          |
| 692/04   | Кофейный напиток с молоком    | 200        |            | 3,26             | 7,12 | 25,7     | 116          |
|          | Батон нарезной                | 50         |            | 4,05             | 0,75 | 25,55    | 125          |
|          | Хлеб ржаной                   | 15         |            | 1,32             | 0,21 | 14,94    | 64,2         |

### ВИТАМИНИЗАЦИЯ

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                   |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|        | Яблоко свежее     | 120        |            | 0,56             | 0    | 8,54     | 33,6         |

### ОБЕД

| № рец.   | Наименование блюд        | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |       |          |              |
|----------|--------------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|          |                          |            |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| 7/2003   | Салат Здоровье           | 100        |            | 2,25             | 10    | 9,16     | 157          |
| 138/1996 | Суп картофель с бобовыми | 300        |            | 8,16             | 7,15  | 25,08    | 172,8        |
| 413/1996 | Шницель рубленый         | 100        |            | 19,4             | 33,31 | 10,1     | 419          |
| 469/1996 | Макароны из отварные     | 200        |            | 8,65             | 5,45  | 31,25    | 195,1        |
| ттк      | Напиток Витошка          | 200        |            | 0                | 0     | 19,2     | 74,6         |
|          | Хлеб пшеничный           | 50         |            | 3,85             | 1,2   | 26,7     | 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 |
| 40/2003 | Колобки творожные с соусом | 170        |            | 32,7             | 35,7 | 32,1     | 394          |
| 697/04  | Молоко кипяченое           | 200        |            | 5,9              | 6,75 | 9,9      | 122          |

Заведующая столовой

Казакова С.В.