

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ
ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Утверждаю
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 10»
Директор ГБОУ СО «ЕШИ № 10»
10" реализующая адаптированные основные
образовательные программы»
(ГБОУ СО «ЕШИ № 10»)
ул. Краснофлотцев, 6а, г. Екатеринбург, 620017
тел./факс (343) 331-21-85, (343) 331-21-86, mail: school_7870@mail.ru
Бузань М. Д.
ОКПО 343218 ОГРН 102060812318
ИНН / КПП 6683060337 / 668801001

МЕНЮ

на 04.03.2025

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
ттк	Какао с молоком	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	25		4,05	0,75	25,55	125
	Биоюгурт	125		2,8	2,5	11	83,68
	Хлеб ржаной	15		1,1	0,175	12,45	53,5

ВИТАМИНИЗАЦИЯ

59	Груша	230		0,8	0	21,4	84
----	-------	-----	--	-----	---	------	----

ОБЕД

71/2004	Винегрет овощной/ чеснок	80/5		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 рубленный	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
ттк	Какао с молоком Витошка	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	25		4,05	0,75	25,55	125
	Биоюгурт	125		2,8	2,5	11	83,68
	Хлеб ржаной	15		1,1	0,175	12,45	53,5

ВИТАМИНИЗАЦИЯ

59	Груша	230		0,8	0	21,4	84
----	-------	-----	--	-----	---	------	----

ОБЕД

71/2004	Винегрет овощной/ чеснок	80/5		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	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
тгк	Какао с молоком Витошка	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	50		8,1	1,5	51	125
	Биоюгурт	125		2,8	2,5	11	83,68
	Хлеб ржаной	15		1,1	0,175	12,45	53,5

ВИТАМИНИЗАЦИЯ

59	Груша	230	0,8	0	21,4	84
----	-------	-----	-----	---	------	----

ОБЕД

71/2004	Винегрет овощной/ чеснок	100/5	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	Бифштекс рубленый	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
тгк	Какао с молоком Витошка	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	50		8,1	1,5	51	125
	Биоюгурт	125		2,8	2,5	11	77,7
	Хлеб ржаной	15		1,1	0,175	12,45	53,5

ВИТАМИНИЗАЦИЯ

59	Груша	230	0,8	0	21,4	84
----	-------	-----	-----	---	------	----

ОБЕД

71/2004	Винегрет овощной/ чеснок	100/5	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	Бифштекс рубленый	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.

