

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Утверждаю
 Государственный инспектор по реализации
 Свердловской области «Екатеринбургская школа-интернат № 10,
 реализующая адаптированные основные
 общеобразовательные программы»
 (ГБОУ СО «ЕШИ № 10»)
 ул. Краснофлотцев, 8а, г. Екатеринбург, 620017
 тел./факс (343)331-2169, (343)331-2169 e-mail: eehi10@mail.ru
Бузин М.Д.
 ОКПО 44145219 ОГРН 1026605612318
 ИНН / КПП 6663056337 / 666601001

МЕНЮ

на 15.04.2025.2025

по столовой ГБОУ СО " ЕШИ № 10"

Воспитанники 7-11 лет

ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
473/1983	Омлет фаршированный зелен горошком	130		13,5	17,1	12,5	208
ткк	Какао с молоком	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	25		4,05	0,75	25,55	125
	Биойогурт	125		2,8	2,5	11	77,7
	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
	Груша	180		0,72	0	10,98	43,2

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
80/2004	Винегрет овощной с кваш капустой	80		8,18	20,64	6,24	102,4
124/2004	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	255		2,86	6,645	9,84	90,84
49/2003	Зразы "Верх-исетские"	100		17,2	21,9	5,8	265
525/2004	Овощи в молочном соусе	150		4	3,8	23,8	159,7
638/1996	Компот из с/ф	200		1,1	0	30,9	129
	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
	Сок фруктовый	200		1	0	23,4	94
	Ватрушка с картофелем	75		4,9	2,7	47,1	218

Обучающиеся 7-11 лет

ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
473/1983	Омлет фаршированный зелен горошком	130		13,5	17,1	12,5	208
ткк	Какао с молоком	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	25		4,05	0,75	25,55	125
	Биойогурт	125		2,8	2,5	11	77,7
	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
	Груша	180		0,72	0	10,98	43,2

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность

80/2004	Винегрет овощной с кваш капустой	80	8,18	20,64	6,24	102,4
124/2004	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	255	2,86	6,645	9,84	90,84
49/2003	Зразы "Верх-исетские"	100	17,2	21,9	5,8	265
525/2004	Овощи в молочном соусе	150	4	3,8	23,8	159,7
638/1996	Компот из с/ф	200	1,1	0	30,9	129
	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
	Сок фруктовый	200		1	0	23,4	94
	Ватрушка с картофелем	75		4,9	2,7	47,1	218

Воспитанники 12-18 лет

ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
473/1983	Омлет фаршированный зелен горошком	130		13,5	17,1	12,5	208
тк	Какао с молоком	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	50		4,05	0,75	25,55	125
	Биойогурт	125		2,8	2,5	11	77,7
	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
	Груша	180		0,72	0	10,98	43,2

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
80/2004	Винегрет овощной с кваш капустой	100		10,9	26,6	8,83	131,25
124/2004	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	306		3,43	8	11,8	109
49/2003	Зразы "Верх-исетские"	100		17,2	21,9	5,8	265
525/2004	Овощи в молочном соусе	200		4	3,8	23,8	159,7
638/1996	Компот из с/ф	200		1,1	0	30,9	129
	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
	Сок фруктовый	200		1	0	23,4	94
	Ватрушка с картофелем	75		4,9	2,7	47,1	218

Обучающиеся 12-18 лет

ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
473/1983	Омлет фаршированный зелен горошком	130		13,5	17,1	12,5	208
тк	Какао с молоком	200		3,6	3,7	15,48	106
	Батон нарезной	50		4,05	0,75	25,55	125
	Биойогурт	125		2,8	2,5	11	77,7
	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
	Груша	180		0,72	0	10,98	43,2

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
80/2004	Винегрет овощной с кваш капустой	100		10,9	26,6	8,83	131,25
124/2004	Щи из св капусты с картофелем со сметаной	306		3,43	8	11,8	109
49/2003	Зразы "Верх-исетские"	100		17,2	21,9	5,8	265
525/2004	Овощи в молочном соусе	200		4	3,8	23,8	159,7
638/1996	Компот из с/ф	200		1,1	0	30,9	129
	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
	Сок фруктовый	200		1	0	23,4	94
	Ватрушка с картофелем	75		4,9	2,7	47,1	218

Заведующая столовой



Казакова С.В.