

Утверждаю
Директор ГБОУ СО «ЕШИ №10»
М.Д.Бузань



МЕНЮ на 28.11.2025 (пятница)

по столовой ГБОУ СО «ЕШИ №10»

Обучающиеся и воспитанники 7-11 лет

Наименование блюд	Выход, г	Пищевая ценность			
		Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК					
Масло сливочное	10	66,2	0,1	7,25	0,14
Сыр порционно	15	56,55	4,9	4,02	1,82
Каша ячневая молочная с маслом	205	197,00	8,1	3,75	32,3
Кофейный напиток с молоком	200	135,00	3,26	5,12	23,86
Батон нарезной	50	61,5	2,00	0,75	13,2
Хлеб ржаной	25	53,5	1,1	0,18	12,45
ВИТАМИНИЗАЦИЯ					
Чай с сахаром	200	41,1	0,02	0,00	10,6
ОБЕД					
Помидор дольками	50	9,00	0,45	0,1	2,00
Суп молочный с вермишелью	250	121,00	7,00	7,9	24,7
Жаркое по-домашнему	250	317,5	13,25	15,8	23,75
Напиток Витопка	200	74,6	0,00	0,00	19,2
Хлеб пшеничный	50	84,7	2,57	0,8	17,8
Хлеб ржаной	25	53,5	1,1	0,18	12,45
ПОЛДНИК					
Яблоко	180	86,40	0,72	0,00	20,52
Пряники	80	226,4	3,00	4,72	45,00

Утверждаю
Директор ГБОУ СО «ЕПИ №10»
М.Д.Бузань



МЕНЮ на 28.11.2025 (пятница)

по столовой ГБОУ СО «ЕПИ №10»

Обучающиеся и воспитанники 12-18 лет

Наименование блюд	Выход, г	Пищевая ценность			
		Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК					
Масло сливочное	10	66,2	0,1	7,25	0,14
Сыр порционно	15	56,55	4,9	4,02	1,82
Каша ячневая молочная с маслом	205	197,00	8,1	3,75	32,3
Кофейный напиток с молоком	200	135,00	3,26	5,12	23,86
Батон нарезной	50	61,5	2,00	0,75	13,2
Хлеб ржаной	25	53,5	1,1	0,18	12,45
ВИТАМИНИЗАЦИЯ					
Чай с сахаром	200	41,1	0,02	0,00	10,6
ОБЕД					
Помидор дольками	80	14,4	0,72	0,16	3,2
Суп молочный с вермишелью	300	145,2	8,4	9,48	29,64
Жаркое по-домашнему	250	317,5	13,25	15,8	23,75
Напиток Витошка	200	74,6	0,00	0,00	19,2
Хлеб пшеничный	50	84,7	2,57	0,8	17,8
Хлеб ржаной	25	53,5	1,1	0,18	12,45
ПОЛДНИК					
Яблоко	180	86,40	0,72	0,00	20,52
Пряники	80	226,4	3,00	4,72	45,00