

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ СО "ЕШИ № 10"

М.Д. Бузань



МЕНЮ на 13 февраля 2026 г.

(пятница)

Приятного аппетита!!!

Наименование блюда	с 7-11 лет		с 12-18 лет	
	Выход, г	Энергетич. цен., Ккал	Выход, г	Энергетич. цен., Ккал
ЗАВТРАК				
Каша молочная рисовая с маслом	200/ 5	195	215/ 5	210
Сыр порц.	20	76	30	115
Масло сливочное порц.	10	72	10	72
Чай с лимоном	200	40	200	40
Батон	45	18	50	20
Хлеб ржаной	30	58	48	73
ВИТАМИНИЗАЦИЯ				
Фрукт	130	65	170	86
Йогурт питьевой	130	48	130	48
ОБЕД				
Салат из свежих помидор и огурцов	100	128	100	128
Борщ с курой, со сметаной	250/10/10	94	250/10/10	94
Запеканка картофельная с мясом	270	364	290	390
Напиток из шиповника	200	96	200	96
Хлеб пшеничный	50	117	85	191
Хлеб ржаной	30	58	38	56
ПОЛДНИК				
Пряник	120	251	150	313
Компот из сухофруктов	200	91	200	91