УТВЕРЖДАЮ:
и.о. Директора ГБОУ СО "ЕШИ № 10"
_____ А.А. Пищальникова

МЕНЮ на 19 Октября 2026 г.

(понедельник)

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 пшенная с маслом	150	170	150	170
Сыр порц.	10	40	15	60
Кисломолочный напиток	170	85	200	100
Чай с молоком	180	94	200	104
Масло сл. порц.	10	75	10	75
Батон	20	26	45	59
ВИТАМИНИЗАЦИЯ				
Фрукт	200	118	220	130
ОБЕД				
Салат овощной	100	156	100	156
Суп картофельный с горохом	250	126	250	126
Фрикассе из курицы	130	188	130	188
Картофельное пюре	150	144	180	173
Сок	200	87	200	87
Хлеб пшеничный	20	47	50	117
Хлеб ржаной	30	58	30	58
ПОЛДНИК				
Сдоба обыкновенная с куркумой	100	322	100	322
Фрукт	-	-	100	44
Компот из ягод (клубника)	200	47	200	47
УЖИН				
Морковь припущенная	50	25	100	51
Запеканка картофельная с мясом	270	378	270	378
Чай с лимоном	200	41	200	41
Хлеб пшеничный	20	47	30	70
ВТОРОЙ УЖИН				
Печенье	18	80	22	98
Чай с сахаром	200	40	200	40

Зав.производством