

Чтобы зайти в меню GRUB при загрузке есть 2 способа.

1. Если GRUB2 версии (новый, почти на всех новых дистрибутивах). Надо перезагрузить ОС и зажать SHIFT. Далее ждать пока не попадете в меню.
2. Если GRUB старой версии. Надо перезагрузить ОС и зажать ESC. Далее ждать пока не попадете в меню.