



Утверждаю:
 Директор школы
 Т.В. Жабина

**Ежедневное меню для обучающихся 1-11 класса
 MAOU « Дюсметьевская СОШ »**

Дата: 02.09.2024

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: 1

День: 1 примерного меню

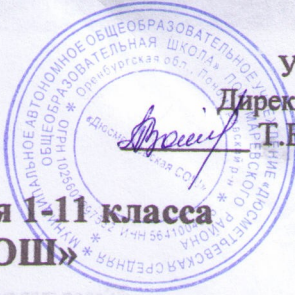
Меню для 1-4 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
10:40 ЗАВТРАК	Салат из овощной - ной капусты с морк.	60 грамм	89,5
	Томатное пюре	200 грамм	256,6
	Жакао с молоком	200 грамм	100,4
	Яблоко	120 грамм	53,5
	Кефир обезжиренный	60 грамм	140,6

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 Завтрак	Сыр в нарезке	30 грамм	107,5
	Салат из овощной - ной капусты с мор.	60 грамм	89,5
	Томатное пюре	200 грамм	256,6
	Жакао с молоком	200 грамм	100,4
	Кефир обезжиренный	100	234,9

Ответственный за питание Файзуллина Н.В. Файзуллина Н.В.



Утверждаю:
Директор школы
Т.В. Жабина

Ежедневное меню для обучающихся 1-11 класса
МАОУ « Дюсметьевская СОШ »

Дата: 03.09.2024
Сезон: осенне-зимний период
Неделя: 1
День: 2 примерного меню

Меню для 1-4 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
10:40 ЗАВТРАК	Салат из свежих отварной	60 грамм	45,7
	Макаронные отварные	150 грамм	186,8
	Жульена тушёная с морковью	80 грамм	101,1
	Жареный блинчик с молоком	200 грамм	86
	Чай пакетный	60 грамм	140,6
	Банан	100 грамм	94,5

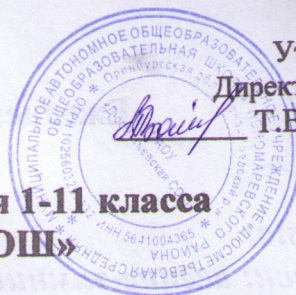
Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 Завтрак	Салат из свежих отварной	80 грамм	60,9
	Макаронные отварные	180 грамм	236,2
	Жульена тушёная с морковью	100 грамм	126,4
	Жареный блинчик с молоком	200 грамм	86
	Чай пакетный	100 грамм	234,4

Ответственный за питание

[Signature]

Файзуллина Н.В.



Утверждаю:
Директор школы
Т.В. Жабина

**Ежедневное меню для обучающихся 1-11 класса
МАОУ « Дюсметьевская СОШ »**

Дата: 04.09.2024
Сезон: осенне-зимний период
Неделя: 1
День: 3 примерного меню

Меню для 1-4 класса

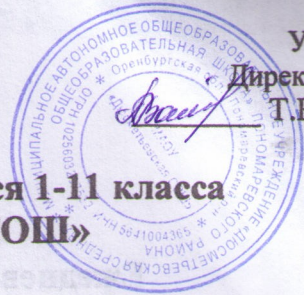
Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
10:40 ЗАВТРАК	Салат из моркови и яблок	60 грамм	74,3
	Картофельное пюре	150 грамм	139,4
	Котлета из курицы	90 грамм	151,8
	Чай с сахаром	200 грамм	26,8
	Хлеб пшеничный брусок	60 грамм 90 грамм	140,6 41

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 Завтрак ОБЕД	Салат из моркови и яблок	80 грамм	99
	Картофельное пюре	200 грамм	185,8
	Котлета из курицы	90 грамм	151,8
	Чай с сахаром	200 грамм	26,8
	Хлеб пшеничный	80 грамм	187,5

Ответственный за питание _____

Файзуллина Н.В.



Утверждаю:
Директор школы
Т.В. Жабина

Ежедневное меню для обучающихся 1-11 класса
МАОУ «Дюсметьевская СОШ»

Дата: 05.09.2024

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: 1

День: 4 примерного меню

Меню для 1-4 класса

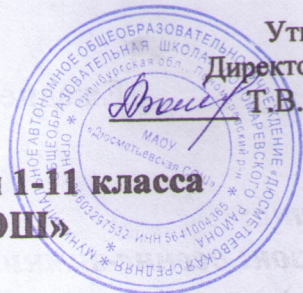
Дни/дата/	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
10:40 ЗАВТРАК	Сыр в нарезке	30 грамм	107,5
	Салат из капусты с овощами	60 грамм	50
	Творог с изюмом	150 грамм	236
	Чай с лимоном и сахаром	200 грамм	27,9
	Кисель фруктовый	60 грамм	140,6
	Мандарин	100 грамм	35

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
11:45 завтрак	Сыр в нарезке	30 грамм	107,5
	Салат из капусты с овощами	80 грамм	66,7
	Творог с изюмом	200 грамм	314,6
	Чай с лимоном и сахаром	200 грамм	27,9
	Кисель фруктовый	80 грамм	187,5

Ответственный за питание

Файзуллина Н.В.



Утверждаю:
Директор школы
Т.В. Жабина

Ежедневное меню для обучающихся 1-11 класса
МАОУ «Дюсметьевская СОШ»

Дата: 06.09.2024
Сезон: осенне-зимний период
Неделя: 1
День: 5 примерного меню

Меню для 1-4 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
10:40 ЗАВТРАК	Кунжутная сахарная	40 грамм	20,9
	Каша гречневая	150 грамм	233,7
	рисовая		
	Рыба тушеная в	80 грамм	117,8
	томате с овощами		
	Компот из смеси	200 грамм	81
с сухофруктов			
яблочный	100 грамм	37,8	
Хлеб пшеничный	60 грамм	140,6	

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 Завтрак	Молоко вареное	40 грамм	56,6
	Каша гречневая рас-	180 грамм	280,4
	сыпчатая		
	Рыба тушеная в	100 грамм	147,3
	томате (шпинат)		
	Компот из смеси	200 грамм	81
с сухофруктов			
Хлеб пшеничный	80 грамм	187,5	

Ответственный за питание

Ф.И.О.

Файзуллина Н.В.