

Утверждаю:

Директор школы
Т.В. Жабина

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

Дата: 09.01.2025

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: 4

День: 4 примерного меню

Меню для 1-4 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	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
	Желе фруктовое	60 грамм	140,6
	Мандарин	100 грамм	35

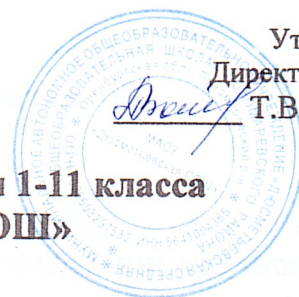
Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	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
	Желе фруктовое	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: 10.01.2025

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	Кундуруза саккарная	40 грамм	20,9
	Каша гречневая	150 грамм	233,7
	рисовая	80 грамм	117,8
	Рыба тушеная в томате с овощами	200 грамм	81
	Фруктовый салат	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- сваренная	180 грамм	280,4
	Рыба тушеная в томате (шкотов)	100 грамм	147,3
	Фруктовый салат	200 грамм	81
	Хлеб пшеничный	80 грамм	187,5

Ответственный за питание

Файзуллина Н.В.