

Утверждаю:  
Директор школы  
Т.В. Жабина

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

Дата: 09.12.2024

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: 2

День: 6 примерного меню

Меню для 1-4 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
10:30 ЗАВТРАК	Салат из моркови и яблок	60 грамм	44,3
	Канюста тушеная с мясом	180 грамм	305,5
	Чай с молоком и сахаром	200 грамм	50,9
	Хлеб пшеничный	60 грамм	140,6
	Яблоко	120 грамм	53,3

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:35 Завтрак	Салат из моркови и яблок	80 грамм	99
	Канюста тушеная с мясом	200 грамм	339,4
	Какао с молоком	200 грамм	100,4
	Хлеб пшеничный	100 грамм	234,6

Ответственный за питание

Файзуллина Н.В.



Утверждаю:  
Директор школы  
Т.В. Жабина

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

Дата: 10.12.2024  
Сезон: осенне-зимний период  
Неделя: 2  
День: 7 примерного меню

**Меню для 1-4 класса**

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
10:30 ЗАВТРАК	Сахар и капуста с овощами	60 грамм	50
	Макаронные отварные	150 грамм	196,8
	Журица тушёная с морковью	90 грамм	113,7
	Хлеб и овощи	200 грамм	52,9
	Хлеб пшеничный	50 грамм	117,2
	Банан	100 грамм	94,5

**Меню для 5-11 класса**

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:35 Завтрак	Сахар и капуста с овощами	80 грамм	66,7
	Макаронные отварные	200 грамм	262,4
	Журица тушёная с морковью	100 грамм	126,4
	Хлеб и овощи	200 грамм	52,9
	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  
 MAOY « Дюсметьевская СОШ »

Дата: 11.12.2024  
 Сезон: осенне-зимний период  
 Неделя: 2  
 День: 8 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
	Каша гречневая рассыпчатая	150 грамм	233,7
	Котлета из курицы	90 грамм	151,8
	Чай с сахаром	60 грамм	140,6
	Сок абрикосовый	150 грамм	79,2

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 завтрак	Салат из свежих отварной	80 грамм	60,9
	Каша гречневая рассыпчатая	200 грамм	311,6
	Котлета из курицы	90 грамм	151,8
	Чай с сахаром	200 грамм	26,8
	Чай с сахаром	80 грамм	187,5

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: 12.12.2024  
Сезон: осенне-зимний период  
Неделя: 2  
День: 9 примерного меню

**Меню для 1-4 класса**

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
10:40 ЗАВТРАК	Салат из белокопек капусты	60 грамм	85,8
	Мягкое по-домашнему из курицы	180 грамм	203
	Какао с молоком	200 грамм	100,4
	Желе фруктовое	60 грамм	140,6
	Банан	120 грамм	113,4

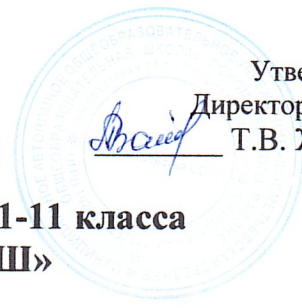
**Меню для 5-11 класса**

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 завтрак	Салат из белокопек- ной капусты	80 грамм	114,4
	Мягкое по-домашнему	200 грамм	225,6
	Какао с молоком	200 грамм	100,4
	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: 13.12.2024  
Сезон: осенне-зимний период  
Неделя: 2  
День: 10 примерного меню

**Меню для 1-4 класса**

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
10:40  ЗАВТРАК	Салат из свежих овощей с черн.	60 грамм	65,7
	Картофельное пюре	150 грамм	199,4
	Курочка тушеная с морковью	90 грамм	115,7
	Чай с сахаром	200 грамм	21,4
	Кисель пшеничный	50 грамм	117,2
	Мандарин	100 грамм	35

**Меню для 5-11 класса**

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45  завтрак	Салат из свежих овощей с черносливом	80 грамм	85
	Картофельное пюре	200 грамм	185,8
	Курочка тушеная с морковью	100 грамм	126,9
	Чай с сахаром	200 грамм	21,4
	Кисель пшеничный	80 грамм	187,5

Ответственный за питание Файзуллина Н.В.