



Утверждаю:
Директор школы
Т.В. Жабина

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

Дата: 10.02.2025

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	74,3
	Канюста тушёная 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 тушёная с мясом	200 грамм	339,4
	Какао с молоком	200 грамм	100,4
	Хлеб пшеничный	100 грамм	234,4

Ответственный за питание

Файзуллина Н.В.



Утверждаю:

Директор школы
Т.В. Жабина

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

Дата: 11.02.2025

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	Сашат из манушты с овощами	60 грамм	50
	Макаронные отварные	150 грамм	196,8
	Хурма тушеная с корицей	90 грамм	113,7
	Хлеб из пшеницы	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	Сашат из манушты с овощами	80 грамм	66,7
	Макаронные отварные	200 грамм	262,4
	Хурма тушеная с корицей	100 грамм	126,4
	Хлеб из пшеницы	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

МАОУ « Дюсметьевская СОШ»

Дата: 12.02.2025

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
	Желе фруктовое	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
	Желе фруктовое	80 грамм	187,5

Ответственный за питание

БГ

Файзуллина Н.В.



Утверждаю:
Директор школы
Т.В. Жабина

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

Дата: 13.02.2025

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	Самсет из бешокок-капусты	60 грамм	85,8
	Мягкое по-домашнему из курочки	180 грамм	203
	Жакао 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	Самсет из бешокок-ной капусты	80 грамм	114,4
	Мягкое по-домашнему	200 грамм	225,6
	Жакао 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: 14.02.2025

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: 2

День: 10 примерного меню

Меню для 1-4 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
10:40	Салат из свеклы отварной с черн.	60 грамм	65,7
ЗАВТРАК	Картофельное пюре	150 грамм	139,4
	Курица тушеная с морковью	90 грамм	115,7
	Чай с сахаром	200 грамм	21,4
	Кнед пышный	50 грамм	117,2
	Младенческое	100 грамм	35

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45	Салат из свеклы с черносливом	80 грамм	85
Завтрак	Картофельное пюре	200 грамм	185,8
	Курица с морковью тушеная	100 грамм	126,9
	Чай с сахаром	200 грамм	21,4
	Кнед пышный	80 грамм	187,5

Ответственный за питание

Файзуллина Н.В.

Файзуллина Н.В.