



Утверждаю:
 Директор школы
 Т.В. Жабина

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

Дата: 14.10 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 белокоготной капусты с морк.	60 грамм	89,5
	Тошубузе меневе	200 грамм	256,6
	Жакао с молоком	200 грамм	100,4
	Яблоко	120 грамм	53,5
	Кефир питьевой	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 белокоготной капусты с морк.	60 грамм	89,5
	Тошубузе меневе	200 грамм	256,6
	Жакао с молоком	200 грамм	100,4
	Кефир питьевой	100	234,4

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



Утверждаю:
 Директор школы
 Т.В. Жабина

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

Дата: 15.10.2024
 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 свежей отварной	60 грамм	45,7
	Макаронные отварные	150 грамм	196,8
	Курица тушеная с морковью	80 грамм	101,1
	Жареный напиток с молоком	200 грамм	86
	Кисель пшеничный	60 грамм	140,6
	Бисквит	100 грамм	94,5

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 Завтрак	Салат из свежей отварной	80 грамм	60,9
	Макаронные отварные	180 грамм	236,2
	Курица тушеная с морковью	100 грамм	126,4
	Жареный напиток с молоком	200 грамм	86
	Кисель пшеничный	100 грамм	234,4

Ответственный за питание Файзуллина Н.В.



Утверждаю:
Директор школы
Т.В. Жабина

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

Дата: 15.10.2024
Сезон: осенне-зимний период
Неделя: 1
День: 2 примерного меню

Меню для 1-4 класса

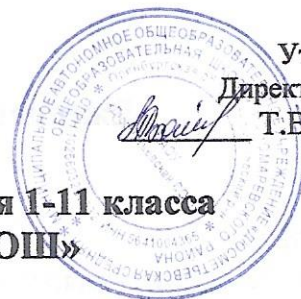
Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
10:40 ЗАВТРАК	Салат из свежей отварной	60 грамм	45,7
	Макаронные отварные	150 грамм	196,8
	Курица тушеная с морковью	80 грамм	101,1
	Жареный напиток с молоком	200 грамм	86
	Хлеб пшеничный Батон	60 грамм 100 грамм	140,6 94,5

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 Завтрак	Салат из свежей отварной	80 грамм	60,9
	Макаронные отварные	180 грамм	236,2
	Курица тушеная с морковью	100 грамм	126,4
	Жареный напиток с молоком	200 грамм	86
	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: 16.10.2024

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

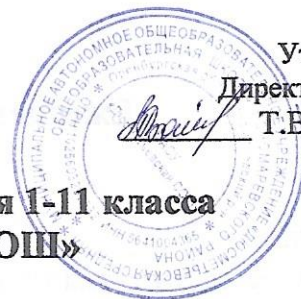
Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 Завтрак	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 брусок	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: 16.10.2024
 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	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 брусок	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
 MAOU « Дюсметьевская СОШ »

Дата: 17.10.2024
 Сезон: осенне-зимний период
 Неделя: 8
 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
	Мандарины	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.

Файзуллина Н.В.



Утверждаю:
 Директор школы
 Т.В. Жабина

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

Дата: 17.10.2024
 Сезон: осенне-зимний период
 Неделя: 8
 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
	Кисель фруктовый	60 грамм	140,6
	Мандарины	100 грамм	35

Меню для 5-11 класса

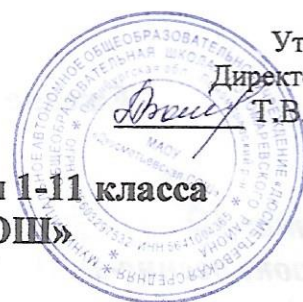
Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 завтрак	Сыр в нарезке	30 грамм	107,5
	Салат из капусты с овощами	80 грамм	66,7
	Творог с изюмом	200 грамм	314,6
	Чай с лимоном и сахаром	200 грамм	27,9
	Кисель фруктовый	80 грамм	187,5

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: 18.10.2024

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 каша гречневая	40 грамм	20,9
	кисель из свеклы	150 грамм	233,7
	Рыба тушеная в томате с овощами	80 грамм	117,8
	Конфет из смеси сухофруктов	200 грамм	81
	Сливки	100 грамм	37,8
	Мед натуральный	60 грамм	140,6

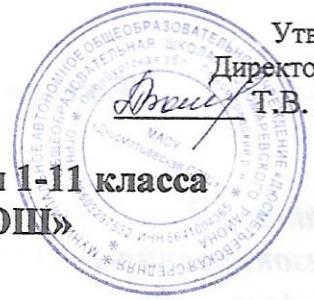
Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 Завтрак	Мед натуральный	40 грамм	56,6
	Каша гречневая кисель из свеклы	180 грамм	280,4
	Рыба тушеная в томате (листья)	100 грамм	147,3
	Конфет из смеси сухофруктов	200 грамм	81
	Мед натуральный	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: 18.10.2024
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 каша гречневая	40 грамм	20,9
	кисель татай	150 грамм	233,7
	Рыба тушеная в томате с овощами	80 грамм	117,8
	Конфит из смеси сухофруктов	200 грамм	81
	Сливки	100 грамм	37,8
	Мед пшеничный	60 грамм	140,6

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:45 Завтрак	Мед вареный	40 грамм	56,6
	каша гречневая кисель татай	180 грамм	280,4
	Рыба тушеная в томате (пикант)	100 грамм	147,3
	Конфит из смеси сухофруктов	200 грамм	81
	Мед пшеничный	80 грамм	187,5

Ответственный за питание Файзулина Н.В.