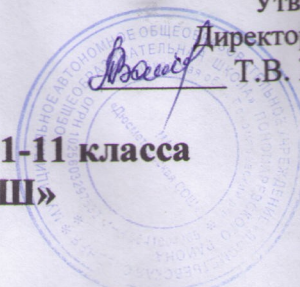


Утверждаю:

Директор школы  
Т.В. Жабина



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

Дата: 15.01.2024

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: 1

День: 1 примерного меню

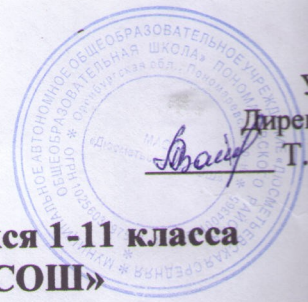
Меню для 1-4 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:55 ЗАВТРАК	Сыр в нарезке	30 грамм	109,5
	Каша „ Дружба “	200 грамм	168,9
	Каша на молоке	200 грамм	100,4
	Яблоко	120 грамм	66,6
	Кефир	60 грамм	140,6

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
13:00 ОБЕД	Салат из капусты	80 грамм	114,4
	Суп перловый	250 грамм	144,5
	Томаты печеные	200 грамм	256,6
	Каша на молоке	200 грамм	100,4
	Кефир	60 грамм	117,4

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: 16.01.2024  
Сезон: осенне-зимний период  
Неделя: 1  
День: 2 примерного меню

Меню для 1-4 класса

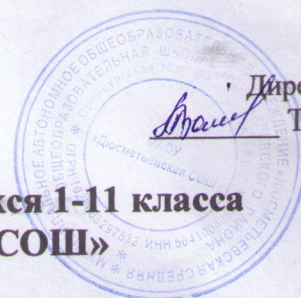
Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:30 ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	200 грамм	174,2
	Корейский напиток	200 грамм	86
	Киш	60 грамм	140,6
	Банан	120 гр.	119,4

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
12:35 ОБЕД	Салат из свежих овощей	80 грамм	60,9
	Ухи из свежей капусты	250 грамм	115,3
	Макароны отб	150 грамм	196,8
	Курица с морковью	100 грамм	126,4
	Корейский напиток	200 грамм	86
	Киш	60 грамм	140,6

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

Утверждаю:  
Директор школы  
Т.В. Жабина



Утверждаю:  
Директор школы  
Т.В. Жабина

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

Дата: 17.01.2024  
Сезон: осенне-зимний период  
Неделя: 1  
День: 3 примерного меню

Меню для 1-4 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:30 ЗАВТРАК	Салат из моркови и яблок	80 грамм	99 ккал
	Картофельное пюре	150 грамм	139,4
	Котлета из курицы	90 грамм	151,4
	Чай с сахаром	200 грамм	21,4
	Хлеб пшеничный	40 грамм	93,8

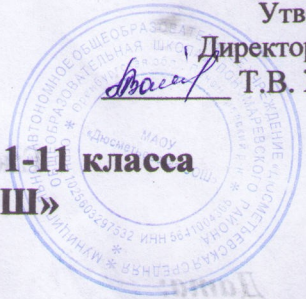
Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
12:35 ОБЕД	Салат из моркови и яблок	80 грамм	99
	Суп гороховый	250 грамм	138,7
	Картофельное пюре	150 грамм	139,4
	Котлета из курицы	100 грамм	168,6
	Чай с сахаром	200 грамм	21,4
	Хлеб пшеничный	60 грамм	140,6

Ответственный за питание Файзуллина Н.В.

Утверждаю:  
Директор школы  
Т.В. Жабина

Утверждаю:  
Директор школы  
Т.В. Жабина



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

Дата: 18.01.2024  
Сезон: осенне-зимний период  
Неделя: 1  
День: 4 примерного меню

Меню для 1-4 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:30 ЗАВТРАК	Салат капуста с морковью и яблоком	80 грамм	96,7
	Каша пшеничная рисовая	200 грамм	184,5
	Чай с мелиссой	200 грамм	27,9
	Кефир	60 грамм	140,6
	Яблоко	130 грамм	57,7

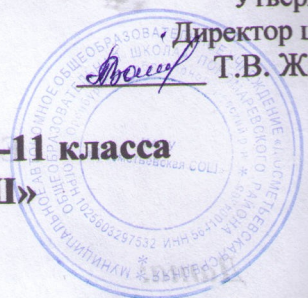
Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
12:35 ОБЕД	Салат капуста с морковью и яблоком	80 грамм	96,7
	Суп с макаронами	250 грамм	126,1
	Суп с курицей	200 грамм	314,6
	Чай с мелиссой	200 грамм	27,9
	Кефир обезжиренный	60 грамм	140,6

Ответственный за питание Файзуллина Н.В.

Утверждаю:

Директор школы  
Т.В. Жабина



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

Дата: 19.01.2024  
Сезон: осенне-зимний период  
Неделя: 1  
День: 5 примерного меню

Меню для 1-4 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
11:30 ЗАВТРАК	Салат из свежей отварной	60 грамм	45,7
	Каша гречневая рассыпчатая	780 грамм	280,4
	Рыба в томате	90 грамм	132,5
	Компот из сухо-фруктов	200 грамм	81
	Мандарин	80 грамм	88
	Хлеб пшеничный	60 грамм	140,6

Меню для 5-11 класса

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийность
12:35 ОБЕД	Салат из свежей	80 грамм	60,9
	Суп из овощей	250 грамм	89
	Каша гречневая рассыпчатая	200 грамм	311,6
	Рыба в томате	100 грамм	147,3
	Компот из сухо-фруктов	200 грамм	81
	Хлеб пшеничный	60 грамм	140,6

Ответственный за питание Файзуллина Н.В.