



Утверждаю:  
 Директор школы  
 Т.В. Жабина

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

Дата: 16.12.2024  
 Сезон: осенне-зимний период  
 Неделя: 1  
 День: 1 примерного меню

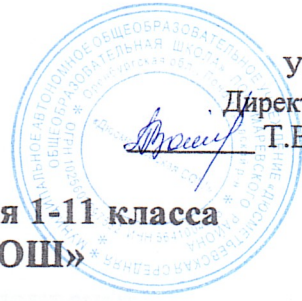
Меню для 1-4 класса

| Дни/дата/ | Наименование блюд                     | Масса порции | Калорийность |
|-----------|---------------------------------------|--------------|--------------|
| 10:40     | Салат из белокожанной капусты с морк. | 60 грамм     | 81,5         |
|           | Томатный суп                          | 200 грамм    | 256,6        |
| ЗАВТРАК   | Какао с молоком                       | 200 грамм    | 100,4        |
|           | Яблоко                                | 120 грамм    | 53,3         |
|           | Хлеб пшеничный                        | 60 грамм     | 140,6        |

Меню для 5-11 класса

| Дни/дата/ | Наименование блюд                     | Масса порции | Калорийность |
|-----------|---------------------------------------|--------------|--------------|
| 11:45     | Сыр в карамели                        | 30 грамм     | 107,5        |
|           | Салат из белокожанной капусты с морк. | 60 грамм     | 81,5         |
|           | Томатный суп                          | 200 грамм    | 256,6        |
| Завтрак   | Какао с молоком                       | 200 грамм    | 100,4        |
|           | Хлеб пшеничный                        | 100          | 234,9        |

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: 17.12.2024  
 Сезон: осенне-зимний период  
 Неделя: 1  
 День: 2 примерного меню

Меню для 1-4 класса

| Дни/дата/        | Наименование блюд          | Масса порции | Калорийность |
|------------------|----------------------------|--------------|--------------|
| 10:40<br>ЗАВТРАК | Салат из свежих отварной   | 60 грамм     | 45,7         |
|                  | Макаронные отварные        | 150 грамм    | 196,8        |
|                  | Жульена тушёная с морковью | 80 грамм     | 101,1        |
|                  | Карриный напиток с молоком | 200 грамм    | 86           |
|                  | Чесн. печенье              | 60 грамм     | 140,6        |
|                  | Банан                      | 100 грамм    | 94,5         |

Меню для 5-11 класса

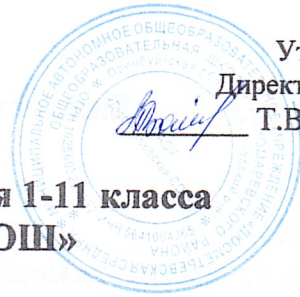
| Дни/дата/        | Наименование блюд          | Масса порции | Калорийность |
|------------------|----------------------------|--------------|--------------|
| 11:45<br>Завтрак | Салат из свежих отварной   | 80 грамм     | 60,9         |
|                  | Макаронные отварные        | 180 грамм    | 236,2        |
|                  | Жульена тушёная с морковью | 100 грамм    | 126,4        |
|                  | Карриный напиток с молоком | 200 грамм    | 86           |
|                  | Чесн. печенье              | 100 грамм    | 234,4        |

Ответственный за питание

*Ф.И.*

Файзуллина Н.В.





Утверждаю:  
Директор школы  
Т.В. Жабина

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

Дата: 18.12.2024  
Сезон: осенне-зимний период  
Неделя: 1  
День: 3 примерного меню

**Меню для 1-4 класса**

| Дни/дата/        | Наименование блюд          | Масса порции         | Калорийность |
|------------------|----------------------------|----------------------|--------------|
| 10:40<br>ЗАВТРАК | Салат из моркови и яблок   | 60 грамм             | 74,3         |
|                  | Картофельное пюре          | 150 грамм            | 139,4        |
|                  | Жюльетта из курицы         | 90 грамм             | 151,8        |
|                  | Чай с сахаром              | 200 грамм            | 26,8         |
|                  | Хлеб пшеничный<br>Брусника | 60 грамм<br>90 грамм | 140,6<br>41  |

**Меню для 5-11 класса**

| Дни/дата/        | Наименование блюд        | Масса порции | Калорийность |
|------------------|--------------------------|--------------|--------------|
| 11:45<br>Завтрак | Салат из моркови и яблок | 80 грамм     | 99           |
|                  | Картофельное пюре        | 200 грамм    | 185,8        |
|                  | Жюльетта из курицы       | 90 грамм     | 151,8        |
|                  | Чай с сахаром            | 200 грамм    | 26,8         |
|                  | 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: 19.12.2024  
 Сезон: осенне-зимний период  
 Неделя: 1  
 День: 4 примерного меню

Меню для 1-4 класса

| Дни/дата/        | Наименование блюд             | Масса порции | Калорийность |
|------------------|-------------------------------|--------------|--------------|
| 10:40<br>ЗАВТРАК | Сыр в нарезке                 | 30 грамм     | 107,5        |
|                  | Салат из капусты с<br>овощами | 60 грамм     | 50           |
|                  | Тюб с курицей                 | 150 грамм    | 236          |
|                  | Чай с лимоном и<br>сахаром    | 200 грамм    | 27,9         |
|                  | Кисель ягодный                | 60 грамм     | 140,6        |
|                  | Магазин                       | 100 грамм    | 35           |

Меню для 5-11 класса

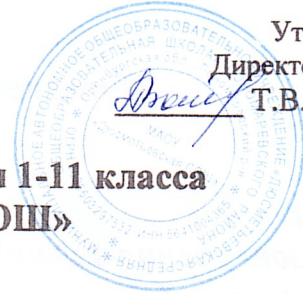
| Дни/дата/        | Наименование блюд             | Масса порции | Калорийность |
|------------------|-------------------------------|--------------|--------------|
| 11:45<br>завтрак | Сыр в нарезке                 | 30 грамм     | 107,5        |
|                  | Салат из капусты<br>с овощами | 80 грамм     | 66,7         |
|                  | Тюб с курицей                 | 200 грамм    | 314,6        |
|                  | Чай с лимоном<br>и сахаром    | 200 грамм    | 27,9         |
|                  | Кисель ягодный                | 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: 20.12.2024  
Сезон: осенне-зимний период  
Неделя: 1  
День: 5 примерного меню

**Меню для 1-4 класса**

| Дни/дата/        | Наименование блюд                  | Масса порции | Калорийность |
|------------------|------------------------------------|--------------|--------------|
| 10:40<br>ЗАВТРАК | Кунжутная саксама                  | 40 грамм     | 20,9         |
|                  | Каша гречневая рас-<br>сваренная   | 150 грамм    | 233,7        |
|                  | Рыба тушеная в<br>томате с овощами | 80 грамм     | 117,8        |
|                  | Компот из смеси<br>сухофруктов     | 200 грамм    | 81           |
|                  | Апельсин                           | 100 грамм    | 37,8         |
|                  | Кисель ягодный                     | 60 грамм     | 140,6        |

**Меню для 5-11 класса**

| Дни/дата/        | Наименование блюд                  | Масса порции | Калорийность |
|------------------|------------------------------------|--------------|--------------|
| 11:45<br>Завтрак | Яблоко вареное                     | 40 грамм     | 56,6         |
|                  | Каша гречневая рас-<br>сваренная   | 180 грамм    | 280,4        |
|                  | Рыба тушеная в<br>томате (инжиром) | 100 грамм    | 147,3        |
|                  | Компот из смеси<br>сухофруктов     | 200 грамм    | 81           |
|                  | Кисель ягодный                     | 80 грамм     | 187,5        |

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