



Утверждаю:  
Директор школы  
Т.В. Жабина

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

Дата: 17.02.2025

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: 1

День: 1 примерного меню

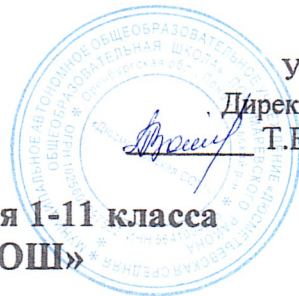
Меню для 1-4 класса

| Дни/дата/        | Наименование блюд                | Масса порции | Калорийность |
|------------------|----------------------------------|--------------|--------------|
| 10:40<br>ЗАВТРАК | Салат из овощной капусты с морк. | 60 грамм     | 81,5         |
|                  | Тонущее молоко                   | 200 грамм    | 256,6        |
|                  | Жако с молоком                   | 200 грамм    | 100,4        |
|                  | Яблоко                           | 120 грамм    | 53,3         |
|                  | Чай зеленый                      | 60 грамм     | 140,6        |

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 овощной капусты с морк. | 60 грамм     | 81,5         |
|                  | Тонущее молоко                   | 200 грамм    | 256,6        |
|                  | Жако с молоком                   | 200 грамм    | 100,4        |
|                  | Чай зеленый                      | 100          | 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: 18.02.2025

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<br>отварных   | 60 грамм     | 45,7         |
|                  | Макаронные отварные           | 150 грамм    | 196,8        |
|                  | Жульена тушёная с<br>морковью | 80 грамм     | 101,1        |
|                  | Жареный напиток<br>с молоком  | 200 грамм    | 86           |
|                  | Чесн. пшеничный               | 60 грамм     | 140,6        |
|                  | Банан                         | 100 грамм    | 94,5         |

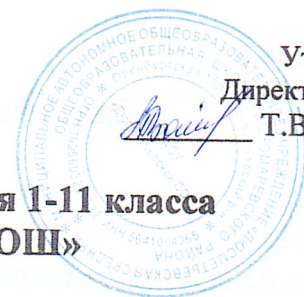
Меню для 5-11 класса

| Дни/дата/        | Наименование блюд             | Масса порции | Калорийность |
|------------------|-------------------------------|--------------|--------------|
| 11:45<br>Завтрак | Салат из свежих<br>отварных   | 80 грамм     | 60,9         |
|                  | Макаронные отварные           | 180 грамм    | 236,2        |
|                  | Жульена тушёная с<br>морковью | 100 грамм    | 126,4        |
|                  | Жареный напиток<br>с молоком  | 200 грамм    | 86           |
|                  | Чесн. 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: 19.02.2025

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: 1

День: 3 примерного меню

Меню для 1-4 класса

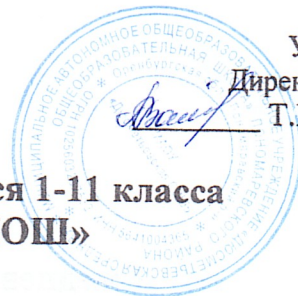
| Дни/дата/        | Наименование блюд        | Масса порции | Калорийность |
|------------------|--------------------------|--------------|--------------|
| 10:40<br>ЗАВТРАК | Салат из моркови и яблок | 60 грамм     | 74,3         |
|                  | Картофельное пюре        | 150 грамм    | 139,4        |
|                  | Котлета из курицы        | 90 грамм     | 151,8        |
|                  | Чай с сахаром            | 200 грамм    | 26,8         |
|                  | Кисель тыквенный         | 60 грамм     | 140,6        |
|                  | Брусника                 | 90 грамм     | 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        |
|                  | Котлета из курицы        | 90 грамм     | 151,8        |
|                  | Чай с сахаром            | 200 грамм    | 26,8         |
|                  | Кисель тыквенный         | 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: 20.02.2025

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 овощами | 60 грамм     | 50           |
|                  | Творог с изюмом            | 150 грамм    | 236          |
|                  | Чай с лимоном и сахаром    | 200 грамм    | 27,9         |
|                  | Хлеб пшеничный             | 60 грамм     | 140,6        |
|                  | Мандарин                   | 100 грамм    | 35           |

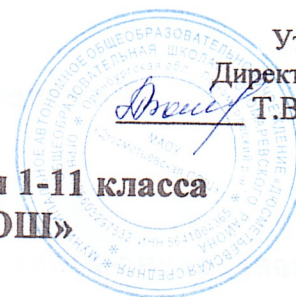
Меню для 5-11 класса

| Дни/дата/        | Наименование блюд          | Масса порции | Калорийность |
|------------------|----------------------------|--------------|--------------|
| 11:45<br>завтрак | Сыр в нарезке              | 30 грамм     | 107,5        |
|                  | Салат из капусты с овощами | 80 грамм     | 66,7         |
|                  | Творог с изюмом            | 200 грамм    | 314,6        |
|                  | Чай с лимоном и сахаром    | 200 грамм    | 27,9         |
|                  | 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: 21.02.2025

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 | Кундузда сахарная | 40 грамм     | 20,9         |
|                  | Каша гречневая    | 150 грамм    | 233,7        |
|                  | рассыпчатая       |              |              |
|                  | Рыба тушеная в    | 80 грамм     | 117,8        |
|                  | томате с овощами  |              |              |
|                  | Компот из смеси   | 200 грамм    | 81           |
|                  | суккруктоб        |              |              |
|                  | Апельсин          | 100 грамм    | 37,8         |
|                  | Кисель пшеничный  | 60 грамм     | 140,6        |

Меню для 5-11 класса

| Дни/дата/        | Наименование блюд   | Масса порции | Калорийность |
|------------------|---------------------|--------------|--------------|
| 11:45<br>Завтрак | Каша вареная        | 40 грамм     | 56,6         |
|                  | каша гречневая рас- | 180 грамм    | 280,4        |
|                  | сыпчатая            |              |              |
|                  | Рыба тушеная в      | 100 грамм    | 147,3        |
|                  | томате (шкмата)     |              |              |
|                  | Компот из смеси     | 200 грамм    | 81           |
|                  | суккруктоб          |              |              |
|                  | Кисель пшеничный    | 80 грамм     | 187,5        |

Ответственный за питание Файзуллина Н.В.