



Утверждаю:  
(Директор школы)  
Т.В. Жабина

**Ежедневное меню для обучающихся 1-10 класса  
МАОУ « Дюсметьевская СОШ »**

Дата: 19.05.2023  
Сезон: весенне-летний период  
Неделя: 1  
День: 5 примерного меню

**Меню для 1-4 класса**

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийно
11:30 ЗАВТРАК	Каша гречневая рассыпчатая	200 гр	311,6
	Рыба тушеная в томате с овощами	90 гр	132,5
	Чай с сахаром	200 гр	26,8
	Кефир пшеничный	60 гр	140,6
	Апельсин	100 гр	37,8

**Меню для 5-10 класса**

Дни/дата/	Наименование блюд	Масса порции	Калорийно
12:35 ОБЕД	Суп овощной	250 гр	69,4
	Каша гречневая	200 гр	311,6
	Рыба тушеная в томате с овощами	100 гр	147,3
	Компот из сухофруктов	200 гр	81
	Кефир пшеничный	50 гр	117,2

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