



Утверждаю:  
( Директор школы  
Т.В. Жабина

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

Дата: 28.04.2023  
Сезон: весенне-летний период  
Неделя: 1  
День: 5 примерного меню

**Меню для 1-4 класса**

| Дни/дата/        | Наименование блюд               | Масса порции | Калорийно |
|------------------|---------------------------------|--------------|-----------|
| 11:30<br>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      |
|                  | Хлеб пшеничный                  | 60 гр        | 140,6     |
|                  | Апельсин                        | 100 гр       | 37,8      |

**Меню для 5-10 класса**

| Дни/дата/     | Наименование блюд               | Масса порции | Калорийно |
|---------------|---------------------------------|--------------|-----------|
| 12:35<br>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        |
|               | Хлеб пшеничный                  | 50 гр        | 117,2     |

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