

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.п. ЗЕБИР-ЮРТ »
(МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 77137D800742ABE0D48860848ABF1056
Владелец: Наурбиева Макка Нурдиевна
Действителен: с 26.09.2025 до 20.12.2026

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»
_____М.Н.Наурбиева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

01.09.2026

2 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Каша рисовая с изюмом	170	4,93	8,81	38,85	254,41
	Чай с молоком или сливками	180	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	11,59	11,06	95,69	528,66

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.п. ЗЕБИР-ЮРТ »
(МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»
_____М.Н.Наурбиева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

02.09.2026

3 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Омлет с сыром	150	16,87	23,25	2,81	287,47
	Чай с лимоном	180	0,03	0,1	9,5	36,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	116,88
	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	73,6
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	8,2	0,13	72,64
	Итого	500	22,91	32,55	53,38	586,61

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.п. ЗЕБИР-ЮРТ »
(МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»
_____М.Н.Наурбиева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

03.09.2026

4 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Рис припущенный	100	2,43	2,87	24,45	133,35
	Чай с молоком или сливками	180	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	75,6
	Сосиски (Любимые)	50	4,75	6,75	1,37	85,23
	Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.п. ЗЕБИР-ЮРТ »
(МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»
_____М.Н.Наурбиева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

04.09.2026

5 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Рыба припущенная	90	16	1	1	72
	Картофельное пюре	150	4	8	9	120
	Чай с молоком или сливками	200	2	1	16	82
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	121
	Масло сливочное (порциями)	10	0	8	0	75
	Итого	500	26	19	50	470

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.п. ЗЕБИР-ЮРТ »
(МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»
_____М.Н.Наурбиева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

07.09.2026

6 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Рыба припущенная	75	13	0,5	0,8	59,7
	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,78
	Чай с лимоном	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	12,3	0,19	111,94
	Булочка	60	3,8	5,9	9,6	118,75
	Итого	500	23,32	22,88	68,69	586,01

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.п. ЗЕБИР-ЮРТ »
(МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»
_____М.Н.Наурбиева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

08.09.2026

7 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Сырники из творога запеченные	150,00	17,00	4,00	19,00	195,00
	Чай с молоком или сливками	200,00	2,00	1,00	16,00	82,00
	Хлеб пшеничный	50,00	4,00	1,00	24,00	117,00
	Яблоко	100,00	-	1,00	17,00	76,00
	Итого	500,00	23,00	7,00	76,00	470,00

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.п. ЗЕБИР-ЮРТ »
(МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»
_____М.Н.Наурбиева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

09.09.2026

8 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Запеканка из творога	150	23,85	11,55	22,5	286,35
	Чай с лимоном	180	0,03	0,1	9,5	36,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	117,88
	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	73,6
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	8,2	0,13	72,64
	Итого	500	29,89	20,85	73,07	586,49

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.п. ЗЕБИР-ЮРТ »
(МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»
_____М.Н.Наурбиева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

10.09.2026

9 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Греча отварная	100	5,73	4,06	25,76	149,6
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	210,4
	Чай с лимоном	180	0,03	0,1	9,5	36,02
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	73,6
	Итого	500	17,55	17,66	95,8	586,44

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА с.п. ЗЕБИР-ЮРТ »
(МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ с.п. ЗЕБИР-ЮРТ»
_____М.Н.Наурбиева

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

11.09.2026

10 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	126,2
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	210,4
	Чай с лимоном	180	0,02	0,09	8,55	35,09
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,88
	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	73,6
	Итого	500	14,24	17,17	93,55	562,17