

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »
(МБОУ «СОШ № 2с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 2 с.п. Знаменское»
_____ Р.Х.Исраилова

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

01.12.2025

1 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Картофельное пюре №377	100	2,7	4	5,8	70
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »
(МБОУ «СОШ № 2с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 2 с.п. Знаменское»
_____ Р.Х.Исраилова

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

02.12.2025

2 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41
	Чай с молоком или сливками №378	180	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко №338	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 № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »
(МБОУ «СОШ № 2с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 2 с.п. Знаменское»
_____Р.Х.Исраилова

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

03.12.2025

3 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,97
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6
	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Итого	500	22,91	32,55	53,38	598,11

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »
(МБОУ «СОШ № 2с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 2 с.п. Знаменское»
_____ Р.Х.Исраилова

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

04.12.2025

4 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23
	Чай с молоком или сливками №378	180	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »
(МБОУ «СОШ № 2с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 2 с.п. Знаменское»
_____ Р.Х.Исраилова

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

05.12.2025

5 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64
	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Итого	500	25,18	16,65	49,83	449,89

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »
(МБОУ «СОШ № 2с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 2 с.п. Знаменское»
_____ Р.Х.Исраилова

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

08.12.2025

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 №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Масло сливочное (порциями) №14	15	0,12	12,3	0,19	111,94
	Итого	500	23,72	23,68	86,89	655,56

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »
(МБОУ «СОШ № 2с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 2 с.п. Знаменское»
_____ Р.Х.Исраилова

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

09.12.2025

7 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Сырники из творога запеченные №286	100	15,8	5,3	17,9	182,5
	Чай с молоком или сливками №378	180	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6
	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	500	26,74	22,45	102,67	719,69

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »
(МБОУ «СОШ № 2с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 2 с.п. Знаменское»
_____ Р.Х.Исраилова

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

10.12.2025

8 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Запеканка из творога №279	150	23,85	11,55	22,5	289,35
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6
	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Итого	500	29,89	20,85	73,07	599,49

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »
(МБОУ «СОШ № 2с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 2 с.п. Знаменское»
_____ Р.Х.Исраилова

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

11.12.2025

9 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	17,55	17,66	95,8	612,34

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 с.п. ЗНАМЕНСКОЕ »
(МБОУ «СОШ № 2с.п. ЗНАМЕНСКОЕ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 2 с.п. Знаменское»
_____ Р.Х.Исраилова

Меню

Возрастная категория: учащиеся 7-11 лет

12.12.2025

10 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	70
	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88
	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,24	17,17	93,55	519,97