

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»
(МБОУ «СОШ № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»)

МУ «Надтеречни ша-шена урхалла дечу кюштан администрацин дешаран дакъа»
Муниципални бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУКЪБЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»
(МБЙУУ «ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУЙУИ»)

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ № 3 с. п.
Надтеречное»
Т.К. Ираеханова



**Меню школьной столовой
горячего питания для обучающихся 1-4 классов**

**Возрастная категория: от 7-10 лет
на 12.10.2026 г.**

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	100	2,7	4	5,8	70
	Чай с лимоном	180	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84
обед	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,62
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	262,7
	Греча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,73
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04
	Итого	700	28,56	26,09	122,79	821,22

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»
(МБОУ «СОШ № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»)

МУ «Надтеречни ша-шена урхалла дечу кӀоштан администрацин дешаран дакъа»
Муниципални бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУККЪЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»
(МБЙУУ «ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУЙУИ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 3 с. п.
Надтеречное»
Л.К. Ирасханова



**Меню школьной столовой
горячего питания для обучающихся 1-4 классов**

**Возрастная категория: 7-10 лет
на 13.10.2026 г.**

2 день

Вторник						
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
обед	Суп-пюре из картофеля №131	200	4,64	4,76	13,72	116,28
	Сосиски "Любимые"	90	8,55	12,15	2,47	153,43
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	214
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04
	Итого	700	23,18	23,17	100,07	705,88

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»
(МБОУ «СОШ № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»)

МУ «Надтеречни ша-шена урхалла дечу кӀоштан администрацин дешаран дакъа»
Муниципальни бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУККЪЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»
(МБЙУУ «ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУЙУИ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 3 с. п.
Надтеречное»
Л.К. Ирасханова



**Меню школьной столовой
горячего питания для обучающихся 1-4 классов**

**Возрастная категория: от 7-10 лет
На 14.10.2026 г.**

3 день

Среда						
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	276
	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	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Итого	500	22,91	32,55	53,38	586,14
обед	Салат из моркови с сухофруктами №24	60	0,72	3,66	9,72	86
	Борщ №81	250	9,1	10,85	8,56	171
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	120	5,46	5,79	30,46	182
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,09	8,55	39
	Хлеб пшеничный	60	3,94	0,5	24,14	133
	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	75
	Сметана	10	0,25	2	0,34	19
	Итого	710	19,58	31,09	81,9	705

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»
(МБОУ «СОШ № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»)

МУ «Надтеречни ша-шена урхалла дечу кӀоштан администрацин дешаран дакъа»
Муниципальни бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУККЪЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»
(МБЙУУ «ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУЙУИ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 3 с. п.
Надтеречное»

Л.К. Ирасханова

**Меню школьной столовой
горячего питания для обучающихся 1-4 классов**

**Возрастная категория
на 15.10.2026 г.**

4 день

Четверг						
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 "Любимые"	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
обед	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	97,74
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69
	Картофельное пюре №377	150	4,05	6	8,7	105
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04
	Итого	700	24,9	25,76	93,79	706,6

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»
(МБОУ «СОШ № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»)

МУ «Надтеречни ша-шена урхалла дечу кӀоштан администрацин дешаран дакъа»
Муниципальни бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУККЪЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»
(МБЙУУ «ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУЙУИ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 3 с. п.
Надтеречное»
Л.К. Ирасханова



**Меню школьной столовой
горячего питания для обучающихся 1-4 классов**

**Возрастная категория : от 7-10 лет
На 16.10.2026 г.**

5 день

Пятница						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	77
	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	116
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	82
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120
	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	75
	Итого	500	25,18	16,65	49,83	470
обед	Салат из свеклы с яблоками №28	70	0,7	4,2	7,7	79
	Суп картофельный №112	200	2,6	2,7	8,6	80
	Плов с курицей №291	120	13,56	8,38	28,58	266
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,09	8,55	39
	Хлеб пшеничный	110	7,89	1	48,29	241
	Итого	700	24,78	16,37	101,72	705

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»
(МБОУ «СОШ № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»)

МУ «Надтеречни ша-шена урхалла дечу кӀоштан администрацин дешаран дакъа»
Муниципальни бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУКЪБЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»
(МБЙУУ «ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУЙУИ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 3 с. п.
Надтеречное»
Д.К. Ирасханова



**Меню школьной столовой
горячего питания для обучающихся 1-4 классов**

**Возрастная категория : от 7-10 лет
На 19.10.2026 г.**

6 день

Понедельник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Рыба припущенная	90	13	0,5	0,8	60
	Рис отварной №304	250	2,43	3,58	24,46	130
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	109
	Булочка домашняя	90	4,2	6,7	27,8	172
	Масло сливочное (порциями) №14	20	0,12	12,3	0,19	116
	Итого	500	23,69	23,58	77,39	587
обед	Салат из квашеной капусты с луком №9	100	1,6	6	8,2	103
	Борщ со свежей капустой и томатом №83	205	5,01	3,8	12	114
	Макаронные изделия отварные с маслом	120	5,46	5,79	30,46	196
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,09	8,55	39
	Хлеб пшеничный	60	5,53	0,7	33,81	185
	Масло сливочное	20	0,12	12,3	0,19	98
	Итого	705	17,75	28,68	93,21	735

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»
(МБОУ «СОШ № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»)

МУ «Надтеречни ша-шена урхалла дечу кӀоштан администрацин дешаран дакъа»
Муниципальни бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУККЪЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»
(МБЙУУ «ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУЙУИ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 3 с. п.
Надтеречное»
Д.К. Ирасханова



**Меню школьной столовой
горячего питания для обучающихся 1-4 классов**

**Возрастная категория : от 7-10 лет
На 20.10.2026 г.**

7 день

Вторник						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Сырники из творога запеченные №286	150	15,8	5,3	17,9	199
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	82
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	117
	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	76
	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	79
	Итого	510	22,54	15,75	74,87	553
обед	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,62
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	262,7
	Греча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,73
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04
	Итого	700	28,56	26,09	122,79	821,22

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»
(МБОУ «СОШ № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»)

МУ «Надтеречни ша-шена урхалла дечу кӀоштан администрацин дешаран дакъа»
Муниципальни бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУККЪЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»
(МБЙУУ «ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУЙУИ»)

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ № 3 с. п.
Надтеречное»
Д.К. Ирасханова



**Меню школьной столовой
горячего питания для обучающихся 1-4 классов**

**Возрастная категория : от 7-10 лет
На 21.10.2026 г.**

8 день

Среда						
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	121
	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	72
	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	65
	Итого	500	29,89	20,85	73,07	586,37
обед	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	98
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	282
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	210
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187
	Итого	700	24,49	25,13	121,78	812

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»
(МБОУ «СОШ № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»)

МУ «Надтеречни ша-шена урхалла дечу кӀоштан администрацин дешаран дакъа»
Муниципальни бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУККЪЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»
(МБЙУУ «ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУЙУИ»)

Утверждено
Директор МБОУ «СОШ № 3 с. п.
Надтеречное»
И.К. Ирасханова



**Меню школьной столовой
горячего питания для обучающихся 1-4 классов**

**Возрастная категория : от 7-10 лет
На 22.10.2026 г.**

9 день

Четверг						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	203
	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	151
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	117
	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	76
	Итого	500	17,55	17,66	95,8	586
обед	Салат из моркови с	80	0,84	4,27	11,34	87
	Суп с фасолью №119	200	5,72	19,4	17,49	241
	Плов с курицей №291	120	13,56	8,38	28,58	220
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39
	Хлеб пшеничный	100	6,32	0,8	38,64	171
	Итого	700	26,47	32,95	105,55	758

МУ «Отдел образования администрации Надтеречного муниципального района»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»
(МБОУ «СОШ № 3 с.п. НАДТЕРЕЧНОЕ»)

МУ «Надтеречни ша-шена урхалла дечу кӀоштан администрацин дешаран дакъа»
Муниципальни бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУККЪЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»
(МБЙУУ «ЛАХА-НЕВРЕ № 3 ЙОЛУ ЙУЙУИ»)

Утверждено:
Директор МБОУ «СОШ № 3 с. п.
Надтеречное»
Л.К. Ирасханова



Меню школьной столовой
горячего питания для обучающихся 1-4 классов

Возрастная категория : от 7-10 лет
На 23.10.2026 г.

10 день

Пятница						
Приём пищи	Блюдо	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
завтрак	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	126,2
	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	210,4
	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,88
	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	73,6
	Итого	500	14,24	17,17	93,55	580
обед	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	98
	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	282
	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	210
	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187
	Итого	700	24,49	25,13	121,78	812