



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Поповская основная общеобразовательная школа»
Гайского муниципального округа Оренбургской области
462620, Оренбургская область, Гайский муниципальный округ,
поселок Поповка, улица Школьная, владение 15, строение 1
ИНН/КПП 5626005950/562601001 ОГРН1025600683261
тел. (35362)49114, e-mail popovkashkola@yandex.ru

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Поповская ООШ»
И.В. Знатнова



Меню на 10.03.2025

ЗАВТРАК 1-4 КЛАСС

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
салат из белокочанной капусты	80	72	1	4	8
плов из птицы	200	456	18	23	44
компот из смеси сухофруктов	200	65	0	0	16
Хлеб пшеничный	20	47	0	0	10
Хлеб ржаной	20	41	1	0	9
йогурт	200	113	6	5	9

ЗАВТРАК ОВЗ

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
салат из белокочанной капусты	80	72	1	4	8
плов из птицы	200	456	18	23	44
компот из смеси сухофруктов	200	65	0	0	16
Хлеб пшеничный	20	47	0	0	10
Хлеб ржаной	20	41	1	0	9
йогурт	200	113	6	5	9
соки фруктовые и ягодные	200	1	0,2	19,6	
пряники заварные	60	4	3	45	

ЗАВТРАК 5-9 КЛ.

блюдо	выход, г.	белки, г	жиры, г	углеводы, г	калорийность
суп с рыбными консервами	250	9,3	3,4	3,4	133,23,
чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,7	66,6
хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4

ЗАВТРАК (МНОГОДЕТНЫЕ, МАЛООБЕСПЕЧ.).

блюдо	выход, г.	белки, г	жиры, г	углеводы, г	калорийность
суп с рыбными консервами	250	9,3	3,4	3,4	133,2
чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,7	66,6
хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4
пряники заварные	60	3	45	0	220
яблоки	150	1	1	1	71