



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 11.03.2025

ЗАВТРАК 1-4 КЛАСС

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
бутерброд с сыром	60	204	7	11	19
каша "Дружба" с маслом сливочным	200	214	7	8	29
чай с сахаром и лимоном	200	61	0	0	15
Хлеб ржаной	20	41	1	0	9
яблоки	150	71	1	1	15
вафли с фруктово-ягодной начинкой	60	212	2	2	46

ЗАВТРАК ОВЗ

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
бутерброд с сыром	60	204	7	11	19
каша "Дружба" с маслом сливочным	200	214	7	8	29
чай с сахаром и лимоном	200	61	0	0	15
Хлеб ржаной	20	41	1	0	9
яблоки	150	71	1	1	15
вафли с фруктово-ягодной начинкой	60	212	2	2	46
сок	100	113	6	5	9

ЗАВТРАК 5-9 КЛ.

блюдо	выход, г.	белки, г	жиры, г	углеводы, г	калорийность
каша "дружба" с маслом сливочным	250	8,0	10,0	36,3	268,6
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
каша "дружба" с маслом сливочным	250	8,0	10,0	36,3	268,6
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
бутерброд с сыром	60	7	11	19	204