



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 12.03.2025

ЗАВТРАК 1-4 КЛАСС

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Биточки из кур	90	211	14	16	3
Капуста тушеная	150	117	4	6	12
Хлеб ржаной	20	41	1	0	9
Хлеб пшеничный	20	47	0	0	10
соки фруктовые и ягодные	200	83	1	0	20
пряники заварные	60	220	4	3	45

ЗАВТРАК ОВЗ

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Биточки из кур	90	211	14	16	3
Капуста тушеная	150	117	4	6	12
Хлеб ржаной	20	41	1	0	9
Хлеб пшеничный	20	47	0	0	10
соки фруктовые и ягодные	200	83	1	0	20
пряники заварные	60	220	4	3	45
сыр порциями	15	54,4	3,5	4,5	0

ЗАВТРАК 5-9 КЛ.

блюдо	выход, г.	белки, г	жиры, г	углеводы, г	калорийность
капуста тушеная	180	4,4	7,2	14,0	140,5
чай с сахаром	200	1,0	0,2	19,6	83,4
хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4
хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8

ЗАВТРАК (МНОГОДЕТНЫЕ, МАЛООБЕСПЕЧ.).

блюдо	выход, г.	белки, г	жиры, г	углеводы, г	калорийность
капуста тушеная	180	4,4	7,2	14,0	140,5
чай с сахаром	200	1,0	0,2	19,6	83,4
хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4
хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
пряники заварные	100	3	45	0	220
сыр порциями	15	3,5	4,5	0	54,4