



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 13.03.2025

ЗАВТРАК 1-4 КЛАСС

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	82	1	6	6
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	236	12	14	15
Хлеб пшеничный	20	47	0	0	10
кисель	200	113	0	0	28
печенье сахарное	60	250	5	6	45

ЗАВТРАК ОВЗ

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	82	1	6	6
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	236	12	14	15
Хлеб пшеничный	20	47	0	0	10
кисель	200	113	0	0	28
печенье сахарное	60	250	5	6	45
пряники заварные	60	220	4	3	45
соки фруктовые и ягодные	200	54,5	1	0,2	19,6

ЗАВТРАК 5-9 КЛ.

блюдо	выход, г.	белки, г	жиры, г	углеводы, г	калорийность
Суп гороховый с гренками	250	6,9	4,5	27,1	176,2
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	112,9
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
Суп гороховый с гренками	250	6,9	4,5	27,1	176,2
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	112,9
хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4
хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
изделие сдобное из теста (булочка)	80	10	9	44	289