



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](mailto:popovkashkola@yandex.ru)

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



Меню на 17.03.2025

**ЗАВТРАК 1-4 КЛАСС**

блюдо	выход, г	калорийность	белки	жиры	углеводы
бутерброд горячий с сыром	60	187	8	11	14
каша пшенная молочная с маслом	200	228	7	7	34
чай с сахаром	200	67	0	0	17
хлеб пшеничный	20	47	0	0	10
йогурт	200	6	5	9	113
пряники заварные	60	220	4	3	45

**ЗАВТРАК ОВЗ**

блюдо	выход, г	калорийность	белки	жиры	углеводы
бутерброд горячий с сыром	60	187	8	11	14
каша пшенная молочная с маслом	200	228	7	7	34
чай с сахаром	200	67	0	0	17
хлеб пшеничный	20	47	0	0	10
йогурт	200	6	5	9	113
пряники заварные	60	220	4	3	45
яблоки	150	71	1	1	15

**ЗАВТРАК 5-9 КЛ.**

<b>блюдо</b>	<b>выход, г.</b>	<b>белки, г</b>	<b>жиры, г</b>	<b>углеводы, г</b>	<b>калорийность</b>
каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,5	9,2	42,0	285,4
чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,7	66,6
хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10	47,4
хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8

**ЗАВТРАК (МНОГОДЕТНЫЕ, МАЛООБЕСПЕЧ.).**

<b>блюдо</b>	<b>выход, г.</b>	<b>белки, г</b>	<b>жиры, г</b>	<b>углеводы, г</b>	<b>калорийность</b>
каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	8,5	9,2	42,0	285,4
чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,7	66,6
хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10	47,4
хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8
изделие сдобное из теста (булочка)	80	10	9	44	289