



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 18.03.2025

ЗАВТРАК 1-4 КЛАСС

блюдо	выход, г	калорийность	белки	жиры	углеводы
Салат из свеклы отварной	60	46	1	3	5
тефтели мясо-крупяные "ежики"	120	170	9	11	8
пюре картофельное	150	140	3	5	20
компот из смеси сухофруктов	200	65	0	0	16
хлеб пшеничный	20	47	0	0	10
хлеб ржаной	20	41	1	0	9

ЗАВТРАК ОВЗ

блюдо	выход, г	калорийность	белки	жиры	углеводы
Салат из свеклы отварной	60	46	1	3	5
тефтели мясо-крупяные "ежики"	120	170	9	11	8
пюре картофельное	150	140	3	5	20
компот из смеси сухофруктов	200	65	0	0	16
вафли	18	220	4	3	45
соки фруктовые и ягодные	200	54,5	1	0,2	19,6
хлеб пшеничный	20	47	0	0	10
хлеб ржаной	20	41	1	0	9

ЗАВТРАК 5-9 КЛ.

блюдо	выход, г	белки	жиры	углеводы	калорийность
щи из свежей капусты с картофелем	250	2,0	6,0	9,1	101,3
компот из смеси сухофруктов	200	0	0	16	65
хлеб пшеничный	20	0	0,1	10,0	47,4
хлеб ржаной	20	0	0,2	8,5	40,8

ЗАВТРАК (МНОГОДЕТНЫЕ, МАЛООБЕСПЕЧ.).

блюдо	выход, г	белки	жиры	углеводы	калорийность
щи из свежей капусты с картофелем	250	2,0	6,0	9,1	101,3
компот из смеси сухофруктов	200	0	0	16	65
хлеб пшеничный	20	0	0,1	10,0	47,4
хлеб ржаной	20	0	0,2	8,5	40,8
вафли	36	220	4	3	45
сыр порциями	15	3,5	4,5	0	54,4