



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 19.03.2025

ЗАВТРАК 1-4 КЛАСС

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
бутерброд с повидлом	50	125	3	0	28
Птица, тушенная в сметанном соусе	120	277	17	22	3
макароны отварные	150	172	6	1	36
какао с молоком	200	128	4	3	21
Хлеб ржаной	20	41	1	0	9

завтрак ОВЗ

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
бутерброд с повидлом	50	125	3	0	28
Птица, тушенная в сметанном соусе	120	277	17	22	3
макароны отварные	150	172	6	1	36
какао с молоком	200	128	4	3	21
Хлеб ржаной	20	41	1	0	9
яблоки	150	71	1	1	15

ЗАВТРАК 5-9 КЛ.

блюдо	выход, г.	белки, г	жиры, г	углеводы, г	калорийность
макаронные изделия отварные с сыром	250	11,2	13,3	45,9	348,6
чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,7	66,6
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
макаронные изделия отварные с сыром	250	11,2	13,3	45,9	348,6
чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,7	66,6
хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4
хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
яблоки	150	1	1	1	71