

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «Орловская ООШ»  
/Г.Д.Ищанова  
М.П.



Меню на 16.04.2025г

Сезон: осенне - зимний период, неделя: первая

День: 3 день *примерного* меню

1-4 класс

| Наименование блюда        | вес<br>блюда | белки | жиры | углеводы | Энергетич<br>. ценность |
|---------------------------|--------------|-------|------|----------|-------------------------|
| Помидор в нарезке         | 60           | 0,7   | 0,1  | 2,3      | 12,8                    |
| Плов из отварной говядины | 200          | 15,3  | 14,7 | 38,6     | 348,2                   |
| Чай с лимоном и сахаром   | 200          | 0,2   | 0,1  | 6,6      | 27,9                    |
| Яблоко                    | 100          | 0,4   | 0,4  | 9,8      | 44,4                    |
| Хлеб пшеничный            | 40           | 3     | 0,3  | 19,7     | 93,8                    |
|                           |              |       |      |          |                         |
|                           |              |       |      |          |                         |
|                           |              |       |      |          |                         |

1-4 класс (ОВЗ)

| Наименование блюда        | вес<br>блюда | белки | жиры | углеводы | Энергетич<br>. ценность |
|---------------------------|--------------|-------|------|----------|-------------------------|
| Помидор в нарезке         | 60           | 0,7   | 0,1  | 2,3      | 12,8                    |
| Плов из отварной говядины | 200          | 15,3  | 14,7 | 38,6     | 348,2                   |
| Чай с лимоном и сахаром   | 200          | 0,2   | 0,1  | 6,6      | 27,9                    |
| Яблоко                    | 100          | 0,4   | 0,4  | 9,8      | 44,4                    |
| Хлеб пшеничный            | 40           | 3     | 0,3  | 19,7     | 93,8                    |
|                           |              |       |      |          |                         |
|                           |              |       |      |          |                         |
| <b>Второй завтрак</b>     |              |       |      |          |                         |
| Пряник                    | 40           | 2,4   | 1,9  | 30       | 146,4                   |

Повар *Скулак* Скулак О.Н.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «Орловская ООШ»  
Г.Д.Ищанова  
М.П.



Меню на 16.04.2025г

Сезон: осенне - зимний период, неделя: первая

День: 3 день *примерного меню*

5-9 класс

| Наименование блюда        | вес<br>блюда | белки | жиры | углеводы | Энергетич<br>. ценность |
|---------------------------|--------------|-------|------|----------|-------------------------|
| Помидор в нарезке         | 60           | 0,7   | 0,1  | 2,3      | 12,8                    |
| Плов из отварной говядины | 250          | 19,1  | 18,4 | 48,2     | 435,3                   |
| Чай с лимоном и сахаром   | 200          | 0,2   | 0,1  | 6,6      | 27,9                    |
| Хлеб пшеничный            | 40           | 3     | 0,3  | 19,7     | 93,8                    |
| Яблоко                    | 100          | 0,4   | 0,4  | 9,8      | 44,4                    |
|                           |              |       |      |          |                         |
|                           |              |       |      |          |                         |
|                           |              |       |      |          |                         |

5-9 класс (ОВЗ)

| Наименование блюда        | вес<br>блюда | белки | жиры | углеводы | Энергетич<br>. ценность |
|---------------------------|--------------|-------|------|----------|-------------------------|
| Помидор в нарезке         | 60           | 0,7   | 0,1  | 2,3      | 12,8                    |
| Плов из отварной говядины | 250          | 19,1  | 18,4 | 48,2     | 435,3                   |
| Чай с лимоном и сахаром   | 200          | 0,2   | 0,1  | 6,6      | 27,9                    |
| Хлеб пшеничный            | 40           | 3     | 0,3  | 19,7     | 93,8                    |
| Яблоко                    | 100          | 0,4   | 0,4  | 9,8      | 44,4                    |
|                           |              |       |      |          |                         |
|                           |              |       |      |          |                         |
| <b>Второй завтрак</b>     |              |       |      |          |                         |
| Пряник                    | 40           | 2,4   | 1,9  | 30       | 146,4                   |

Повар *Скулак* Скулак О.Н.