



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ «Орининская СОШ»  
 Моргаушского района Чувашской Республики  
 Н.В.Шукин

«21» Сентября 2022 год

**ЗАВТРАК для 1-4 классов**

№	Название блюд	Цена	Выход блюд	Белк и	Жи ры	Угле воды	Калорий ность
1.	Омлет натуральный	16-15	100/7,5	10,78	19,2	2,04	278
2.	Чай с сахаром	1-97	200	0,07	0,02	15	126
3.	Хлеб пшеничный	1-70	30	2,28	0,25	14,58	72

=19-82

**ОБЕД для 1-4 классов**

№	Название блюд	Цена	Выход блюд	Белк и	Жи ры	Угле воды	Калори йность
Салат	Салат из квашеной капусты с растительным маслом	10-45	60	0,96	3,04	5	52
I блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	11-55	200/5	2,26	4,3	16,68	117
II блюдо	Рыба припущенная с соусом	19-71	80(50/30)	13,81	5,76	2,73	139
	Пюре картофельное	8-00	150	3,22	5,56	22	155
III блюдо	Компот из изюма	6-20	200	0,36	0	33,16	128
	Хлеб ржаной	2-75	60	2,82	0,6	0,6	126

=58-66



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ «Орининская СОШ»  
 Моргаушского района Чувашской Республики  
 Н.В.Шукин

«21» Сентября 2022 год

**ЗАВТРАК для 5-11 классов**

№	Название блюд	Цена	Выход блюд	Белк и	Жи ры	Угле воды	Калорий ность
1.	Омлет натуральный	22-90	150/7,5	16,17	28,8	3,06	417
2.	Чай с сахаром	2-46	250	0,09	0,03	18,75	158
3.	Хлеб пшеничный	2-25	40	3,04	0,33	19,44	96

=27-61

**ОБЕД для 5-11 классов**

№	Название блюд	Цена	Выход блюд	Белк и	Жи ры	Угле воды	Калор ийност ь
Салат	Салат из квашеной капусты с растительным маслом	13-82	100	1,6	5,07	8,3	87
I блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	14-25	250/5	2,82	5,57	20,85	146
II блюдо	Рыба припущенная с соусом	19-71	80(50/30)	13,81	5,76	2,73	139
	Пюре картофельное	10-65	200	4,29	7,41	29,3	207
III блюдо	Компот из изюма	7-50	250	0,45	0	41,45	160
	Хлеб ржаной	4-11	90	4,23	0,9	0,9	189

=70-04