



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



«25» Октября 2022 год
 ЗАВТРАК для 1-4 классов

| № | Название блюд | Цена | Выход блюд | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|----|--------------------------------|------|------------|-------|------|----------|--------------|
| 1. | Каша молочная овсяная с маслом | 7-71 | 200/5 | 10 | 8,2 | 28,4 | 232 |
| 2. | Чай с сахаром | 1-97 | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 1-70 | 30 | 2,28 | 0,25 | 14,58 | 72 |
| 4. | Масло сливочное порциями | 5-30 | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 75 |

=16-68

ОБЕД для 1-4 классов

| № | Название блюд | Цена | Выход блюд | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|------------------|---------------------------|-------|------------|-------|-------|----------|--------------|
| Салат | Огурцы свежие порциями | 5-10 | 60 | 0,5 | 3,66 | 3,16 | 48 |
| I блюдо | Суп картофельный рыбный | 10-30 | 200/12,5 | 4,57 | 2,8 | 15,3 | 107 |
| II блюдо | Шницель рубленый с соусом | 19-48 | 80(50/30) | 9,08 | 9,46 | 10,66 | 172 |
| | Рагу из овощей | 11-07 | 150 | 3,54 | 21,98 | 38,4 | 340 |
| III блюдо | Компот из свежих яблок | 6-66 | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 109 |
| | Хлеб ржаной | 2-75 | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 |

=55-36



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



«25» Октября 2022 год
 ЗАВТРАК для 5-11 классов

| № | Название блюд | Цена | Выход блюд | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|----|--------------------------------|------|------------|-------|-------|----------|--------------|
| 1. | Каша молочная овсяная с маслом | 9-64 | 250/5 | 12,5 | 10,25 | 35,5 | 290 |
| 2. | Чай с сахаром | 2-46 | 250 | 0,25 | 0,06 | 18,76 | 72 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 2-25 | 40 | 3,04 | 0,33 | 19,44 | 96 |

=14-35

ОБЕД для 5-11 классов

| № | Название блюд | Цена | Выход блюд | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
|------------------|---------------------------|-------|------------|-------|-------|----------|--------------|
| Салат | Огурцы свежие порциями | 8-50 | 100 | 0,83 | 6,1 | 5,27 | 80 |
| I блюдо | Суп картофельный рыбный | 12-90 | 250 | 5,71 | 3,5 | 19,12 | 133 |
| II блюдо | Шницель рубленый с соусом | 19-48 | 80(50/30) | 9,08 | 9,46 | 10,66 | 172 |
| | Рагу из овощей | 14-76 | 200 | 4,72 | 29,31 | 51,2 | 453 |
| III блюдо | Компот из свежих яблок | 8-32 | 250 | 0,2 | 0,2 | 34,84 | 136 |
| | Хлеб ржаной | 4-11 | 90 | 4,23 | 0,9 | 0,9 | 189 |

=68-07