



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

«10» Ноября 2022 год
 ЗАВТРАК для 1-4 классов

| № | Название блюд | Цена | Выход | Бел | Жиры | Углево | Калорий |
|----|--------------------------|------|-------|------|------|--------|---------|
| | | а | блюд | ки | | ды | ность |
| 1. | Каша «Дружба» на молоке | 8-60 | 200/5 | 7,2 | 6 | 30,6 | 205 |
| 2. | Чай с лимоном | 3-56 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 |
| 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 |

=19-16

ОБЕД для 1-4 классов

| № | Название блюд | Цена | Выход | Белк | Жиры | Угле | Кало | |
|---|---------------|---|-------|-------|-------|------|-------|-----|
| | | | блюд | и | ы | воды | рийн | |
| | | | | | | | ость | |
| | Салат | Салат из свеклы отварной | 3-50 | 60 | 2,7 | 4,72 | 4,35 | 71 |
| | I блюдо | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 12-45 | 200/5 | 1,46 | 4,75 | 6,22 | 79 |
| | II блюдо | Плов из птицы | 27-30 | 150 | 20,27 | 6,74 | 28,08 | 256 |
| | III блюдо | Компот из чернослива | 9-10 | 200 | 0,57 | 0 | 34,41 | 136 |
| | | Хлеб ржаной | 2-75 | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 |
| | | Сок фруктовый | 19-00 | 200 | | | | |

=74-10



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

«10» Ноября 2022 год
 ЗАВТРАК для 5-11 классов

| № | Название блюд | Цена | Выход | Белк | Жи | Углево | Калорий |
|----|-------------------------|-------|-------|------|------|--------|---------|
| | | | блюд | и | ры | ды | ность |
| 1. | Каша «Дружба» на молоке | 10-55 | 250/5 | 9 | 7,5 | 38,25 | 257 |
| 2. | Чай с лимоном | 4-45 | 250 | 3,12 | 4,5 | 35,87 | 190 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 2-25 | 40 | 3,04 | 0,33 | 19,44 | 96 |

=17-25

ОБЕД для 5-11 классов

| № | Название блюд | Цена | Выход | Бел | Жиры | Углев | Калор | |
|---|---------------|---|-------|-----|-------|-------|-------|-----|
| | | | блюд | ки | ы | оды | ийнос | |
| | | | | | | | ть | |
| | Салат | Салат из свеклы отварной | 5-84 | 100 | 4,5 | 7,87 | 7,25 | 118 |
| | I блюдо | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 15-40 | 250 | 1,82 | 5,94 | 7,78 | 99 |
| | II блюдо | Плов из птицы | 29-65 | 200 | 27,03 | 8,99 | 37,44 | 341 |
| | III блюдо | Компот из чернослива | 11-37 | 250 | 0,71 | 0 | 43,61 | 170 |
| | | Хлеб ржаной | 4-11 | 90 | 4,23 | 0,9 | 0,9 | 189 |

=66-37