



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



**«16» Декабря 2022 год  
 ЗАВТРАК для 1-4 классов**

| №  | Название блюд                    | Цена  | Выход<br>блюд | Бел<br>ки | Жиры  | Углево<br>ды | Калорий<br>ность |
|----|----------------------------------|-------|---------------|-----------|-------|--------------|------------------|
| 1. | Каша молочная гречневая с маслом | 13-56 | 250/5         | 11,3      | 12,76 | 52           | 370              |
| 2. | Какао с молоком                  | 6-20  | 200           | 3,04      | 3,39  | 27,91        | 149              |
| 3. | Хлеб пшеничный                   | 2-25  | 40            | 3,04      | 0,33  | 19,44        | 96               |
| 4. | Сыр порциями                     | 3-90  | 10            | 2,3       | 3,9   | 0            | 36               |

=25-91

**ОБЕД для 1-4 классов**

| №                | Название блюд                                 | Цена  | Выход<br>блюд | Белк<br>и | Жир<br>ы | Угле<br>воды | Кало<br>рийн<br>ость |
|------------------|---|-------|---------------|-----------|----------|--------------|----------------------|
| <b>Салат</b>     | Огурцы соленые порциями                       | 8-80  | 60            | 0,48      | 0,06     | 1,02         | 26                   |
| <b>I блюдо</b>   | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 12-45 | 200/5         | 1,46      | 4,75     | 6,22         | 79                   |
| <b>II блюдо</b>  | Жаркое по-домашнему                           | 27-90 | 200           | 29,09     | 10,14    | 28,72        | 328                  |
| <b>III блюдо</b> | Компот из чернослива                          | 7-60  | 200           | 0,57      | 0        | 34,41        | 136                  |
|                  | Хлеб ржаной                                   | 2-75  | 60            | 2,82      | 0,6      | 0,6          | 126                  |

=59-50



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



**«16» Декабря 2022 год  
 ЗАВТРАК для 5-11 классов**

| №  | Название блюд                    | Цена  | Выход<br>блюд | Белк<br>и | Жир<br>ы | Угле<br>воды | Калорий<br>ность |
|----|----------------------------------|-------|---------------|-----------|----------|--------------|------------------|
| 1. | Каша молочная гречневая с маслом | 13-56 | 250/5         | 11,3      | 12,76    | 52           | 370              |
| 2. | Какао с молоком                  | 7-75  | 250           | 3,8       | 4,23     | 34,89        | 186              |
| 3. | Хлеб пшеничный                   | 2-25  | 40            | 3,04      | 0,33     | 19,44        | 96               |

=23-56

**ОБЕД для 5-11 классов**

| №                | Название блюд                                 | Цена  | Выход<br>блюд | Бел<br>ки | Жир<br>ы | Углев<br>оды | Калор<br>ийнос<br>ть |
|------------------|---|-------|---------------|-----------|----------|--------------|----------------------|
| <b>Салат</b>     | Огурцы соленые порциями                       | 14-67 | 100           | 0,8       | 0,1      | 1,7          | 43                   |
| <b>I блюдо</b>   | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 15-40 | 250/5         | 1,82      | 5,94     | 7,77         | 99                   |
| <b>II блюдо</b>  | Жаркое по-домашнему                           | 34-87 | 250           | 36,36     | 12,67    | 35,9         | 410                  |
| <b>III блюдо</b> | Компот из чернослива                          | 9-50  | 250           | 0,71      | 0        | 43,01        | 170                  |
|                  | Хлеб ржаной                                   | 4-11  | 90            | 4,23      | 0,9      | 0,9          | 189                  |

=78-55