**Меню на 14 декабря**

**2022-2023 уч.год**

**Филиала МОУ СОШ с.Поима имени П.П.Липачева в с.Чернышево**

**6-й день (осн.шк.)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи,  наименование блюда | Выход блюда | брутто | нетто | Энергет.  ценность,ккал |
| **Обед** | | | |  |
| **10/11-17 лет 10/11-17 л. 10/11- 17л.** | | | |  |
| **1)Салат морковный с яблоками** | **40/60г.** |  |  | **51,25/76,87** |
| Морковь |  | 30/46 | 24/37 |  |
| яблоки |  | 17/25 | 12/20 |  |
| Масло растительное |  | 2/4 | 2/4 |  |
| **2) Суп рыбный** | **200/250** |  |  | 100,9/138,4 |
| Рыба минтай (филе) |  | 50/60 | 45/54 |  |
| Пшено |  | 5/7 | 5/7 |  |
| картофель |  | По сезону | 40/50 |  |
| Морковь |  | 10/15 | 8/12 |  |
| Лук репчатый |  | 10/15 | 8/12 |  |
| Масло сливочное |  | 3/4 | 3/4 |  |
| **3)Картофельное пюре-гарнир** | **100/150** |  |  | 147,4/175,1 |
| Картофель |  | По сезону | 105/126 |  |
| Масло сливочное |  | 4/5 | 4/5 |  |
| Молоко |  | 20/30 | 20/30 |  |
| **4) Рыба припущенная** | **40/50** |  |  | 30,67/38,33 |
| Рыба (минтай) филе |  | 46/56 | 40/50 |  |
| Лук репчатый |  | 15/20 | 12/18 |  |
| Морковь |  | 15/20 | 12/18 |  |
| **5)Какао с молоком** | **150/200** |  |  | 131,3/143,3 |
| Какао порошок |  | 2/2 | 2/2 |  |
| сахар |  | 10/15 | 10/15 |  |
| молоко |  | 100/150 | 100/150 |  |
| **6)Хлеб(ржаной,пшеничный)** | **50/70** | 50/70 | 50/70 | 111,42/156,19 |
|  |  |  |  | 644,344/799,59 |

стоимость обеда- 56руб.60коп.

**Зам.дир.школы по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Шилова Н.В./**

**Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Кузнецова С.А.**