**Утверждаю**

**Директор МБОУ «СОШ с. Новое»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.М.Султыгова**

**«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 г.**

**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд в**

**МБОУ «СОШ с. Новое»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| дата | Прием пищи, наименование блюда | Масса порций | Пищевые вещества (100 г) | | | Энергетическая ценность (ккал) (100 г) |
|  |  | С 11 лет и старше | Б | Ж | У |  |
| 1 | Рыба отварная с макаронами  Чай сладкий  Хлеб | 70/130  200  80 | 8,5 | 5,6 | 20,2 | 43  29  168 |
| 2 | Борщ с картофелем, капустой и мясом  Чай сладкий  Хлеб | 250  200  80 | 1,7 | 1,8 | 6,2 | 43  29  168 |
| 3 | Суп молочный с вермишелью  Хлеб  Лимонный напиток | 300  80  200 | 1,5 | 1,9 | 6,5 | 47  168  11 |
| 4 | Суп фасолевый  Какао  Хлеб | 250  200  80 | 2,3 | 1,6 | 6,6 | 359  100  168 |
| 5 | Борщ с картофелем, капустой и мясом  Чай сладкий  Хлеб | 250  200  80 | 3,2 | 2,5 | 1,4 | 43  29  168 |
| 6 | Суп картофельный с горохом  Яйцо отварное  Чай сладкий  Хлеб  Яблоко | 250  1 шт.  200  80  100 | 1,5 | 1,9 | 6,5 | 47  63  29  168  91 |
| 7 | Суп картофельный с рисовой крупой  Чай сладкий  Хлеб | 300  200  80 | 1.5 | 1,9 | 6,5 | 47  29  168 |
| 8 | Гуляш из говядины  Макароны отварные с маслом  Какао  Хлеб | 70  130  200  80 | 13,9  3,68 | 10,8  4,51 | 3,8  25 | 165  161  100  168 |
| 9 | Суп картофельный с макаронами и мясом  Чай сладкий  Хлеб  Банан | 300  200  80  100 | 2,7 | 3,1 | 9,4 | 76,3  29  168  91 |
| 10 | Гуляш из говядины с гречневой крупой  Хлеб  Лимонный напиток | 70/130  80  200 | 14,2 | 18,2 | 7,5 | 242  168  11 |