



Утверждаю  
Директор МКДОУ "Псынэ" с.п. Нартан  
/Дышекова З.Х./

**МЕНЮ на 06.10.2023г.**

Наименование блюда	масса порции	энергетич.цен- ть калор-ть
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша молочная с рисовой и пшеничной крупой	200	161
Чай	200	28
Хлеб пшеничный	30	70,32
<b>2 ЗАВТРАК</b>		
Мармелад	20	82,9
<b>ОБЕД</b>		
Борщ со сметаной	200	102,50
Котлеты из говядины	70	183,00
Макароны отварные с маслом	150	168,45
Хлеб пшеничный	20	58,60
Хлеб ржаной	50	78,24
Компот из фруктов	200	142
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина</b>		
Запеканка из творога	50	310,66
Какао с молоком	200	145,2
Хлеб пшеничный	30	70,32