


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

**МЕНЮ на 09.01.2024г.**

Наименование блюда	масса порции	энергетич.цен-ть калор-ть
<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп молочный с гречневой крупой	200	177
Чай	200	28
Хлеб пшеничный	30	70,32
<b>2 ЗАВТРАК</b>		
Яблоки	100	90
<b>ОБЕД</b>		
Борщ со сметаной	200	102,50
Плов из говядины	150	377,00
Салат из моркови	60	58,93
Хлеб пшеничный	20	58,60
Хлеб ржаной	50	78,24
Компот из фруктов	200	142
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина</b>		
Чай	200	28,00
Каша молочная с пшенной крупой	200	161,00
Хлеб пшеничный	30	26,8