

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



**МЕНЮ на 12.03.2024г.**

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>		
Яблоки	100	90
<b>ОБЕД</b>		
Суп картофельный с крупой перловой	200	103,25
Рагу мясное с овощами	200	199,20
Хлеб пшеничный	20	58,60
Хлеб ржаной	50	78,24
Компот из фруктов	200	78,24
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина</b>		
Чай	200	28
Макароны отварные с маслом	150	168,45
Сыр голландский	20	72,8
Хлеб пшеничный	30	70,32