

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



**МЕНЮ на 13.10.2023г.**

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>		
Яблоки	100	90
<b>ОБЕД</b>		
Борщ со сметаной	200	102,50
Котлеты из говядины	70	183,00
Каша перловая с маслом	150	135,00
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
Суп молочный с рисовой крупой	200	165,5
Хлеб пшеничный	30	70,32