

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

МЕНЮ на 19.01.2024г.

Наименование блюда	масса порции	энергетич.цен-ть калор-ть
ЗАВТРАК		
Каша молочная с рисовой и пшеничной крупой	200	161
Чай	200	28
Хлеб пшеничный	30	70,32
2 ЗАВТРАК		
Яблоки	100	90
ОБЕД		
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
Уплотненный полдник с включением блюд ужина		
Чай	200	28,00
Суп молочный с рисовой крупой	200	165,5
Хлеб пшеничный	30	70,32