

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

**МЕНЮ на 19.09.2024г.**

Наименование блюда	масса порции	энергетич.цен-ть калор-ть
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша молочная с манной крупой	200	197
Чай	200	28
Хлеб пшеничный	30	70,32
<b>2 ЗАВТРАК</b>		
Яблоко	100	90
<b>ОБЕД</b>		
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	104,75
Тефтели мясные с рисом со сметанным соусом	65/50	171,00
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
Макароны отварные с маслом	150	168,45
Хлеб пшеничный	30	70,32
Сыр голландский	20	72,80