



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

МЕНЮ на 31.10.2023г.

Наименование блюда	масса порции	энергетич.цен-ть калор-ть
ЗАВТРАК		
Суп молочный с гречневой крупой	200	177
Чай	200	28
Хлеб пшеничный	30	70,32
2 ЗАВТРАК		
Яблоки	100	90
ОБЕД		
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
Уплотненный полдник с включением блюд ужина		
Чай	200	28,00
Каша молочная с пшенной крупой	200	161,00
Хлеб пшеничный	30	26,8