

Утверждаю:  
 /Заведующий д/с «Колокольчик»  Е.А.Поршнева

## Меню 10 день

2 сентября 2026 года.

|                           | Наименование<br>блюد                               | Выход<br>в гр. | Пищевые<br>вещества |     |      | Энергетич<br>еская<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры      |
|---------------------------|----------------------------------------------------|----------------|---------------------|-----|------|------------------------------------------|---------------------|
|                           |                                                    |                | Б                   | Ж   | У    |                                          |                     |
| <b>Завтрак</b>            | Каша из овсяных<br>хлопьев<br>«Геркулес»<br>жидкая | 200            | 7,5                 | 7,7 | 26,0 | 203                                      | №311-2004           |
|                           | Бутерброд с<br>маслом                              | 20/10          | 1,8                 | 7,1 | 9,9  | 111                                      | №1-2004             |
|                           | Чай с лимоном                                      | 180            | 0,1                 | 0,0 | 10,5 | 42                                       | №686-2004           |
| <b>Второй<br/>завтрак</b> | Сок                                                | 130            | 0,5                 | 0,2 | 21,8 | 91                                       | №518-2013,<br>Пермь |
| <b>Обед</b>               | Яйца вареные                                       | 40             | 5,1                 | 4,6 | 0,3  | 63                                       | №300-2013,<br>Пермь |
|                           | Салат из моркови<br>с сыром                        | 60             | 0,9                 | 0,2 | 4,1  | 22                                       | №101-2004           |
|                           | Уха рыбацкая                                       | 180/15         | 3,7                 | 4,7 | 17,1 | 126                                      | №159-2013,<br>Пермь |
|                           | Биточки рубленые<br>из птицы<br>запеченные         | 70             | 8,9                 | 8,5 | 5,9  | 136                                      | №498-2004           |
|                           | Макаронные<br>изделия отварные<br>с овощами        | 150            | 4,6                 | 6,2 | 14,0 | 130                                      | №423-2013,<br>Пермь |
|                           | Кисель из свежих<br>ягод                           | 180            | 0,3                 | 0,2 | 14,1 | 59                                       | №505-2013,<br>Пермь |
|                           | Хлеб пшеничный                                     | 20             | 0,4                 | 0,2 | 8,8  | 39                                       |                     |
|                           | Хлеб ржаной                                        | 30             | 0,7                 | 0,4 | 11,3 | 51                                       |                     |
| <b>Полдник</b>            | Суфле творожное<br>со сладкой<br>глазурью          | 150            | 3,0                 | 5,6 | 28,0 | 174                                      | №120-1999           |
|                           | Чай с сахаром                                      | 180            | 3,6                 | 5,0 | 12,0 | 107                                      | №698-2004           |