**Утверждаю:**

**Заведующий д/с «Колокольчик» _____ Е.А.Поршнева**

# Меню 5 день

**5 ноября 2026 года.**

| | Наименование блюд | Выход в гр. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | |
| **Завтрак** | Каша гречневая жидкая | 200 | 6,2 | 6,1 | 26,5 | 186 | №54-20к-2020, Новосибирск |
| | Бутерброд с повидлом | 20/20 | 1,2 | 0,5 | 19,6 | 88 | №2-2004 |
| | Кофейный напиток | 200 | 2,3 | 2,5 | 14,8 | 90,9 | №501-2013, Пермь |
| **Второй завтрак** | Сок | 200 | 0,3 | 0,0 | 22,4 | 91 | №518-2013, Пермь |
| **Обед** | Икра морковная | 60 | 1,2 | 3,9 | 5,3 | 61 | №119-2013, Пермь |
| | Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной | 180/10/5 | 3,9 | 4,9 | 12,8 | 111 | №110-2004 |
| | Рыба припущенная в сметане | 80 | 9,9 | 7,9 | 2,5 | 121 | №338-2013, Пермь |
| | Пюре картофельное | 150 | 3,0 | 4,1 | 23,5 | 143 | №520-2004 |
| | Кисель из свежих ягод | 180 | 0,3 | 0,2 | 15,4 | 64,3 | №505-2013, Пермь |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 0,6 | 0,3 | 13,2 | 58,5 | |
| | Хлеб ржаной | 40 | 0,9 | 0,5 | 15,1 | 68,5 | |
| **Полдник** | Сдоба обыкновенная | 50 | 4,5 | 2,9 | 26,5 | 150 | №570-2013, Пермь |
| | Кисломолочный напиток (снежок) | 200 | 5,8 | 9,1 | 3,2 | 118 | №698-2004 |

**Утверждаю:**