|  |
| --- |
| **10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ** |
| **двухразовое питание (завтрак, обед)** |
| **для возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет** |
|  |

**1 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Каша молочная геркулесовая с маслом  Бутерброд с маслом  Йогурт  Какао с молоком  Хлеб высший сорт  Фрукты свежие | C:\Users\112-1\Downloads\20240318_120205.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из свеклы с зеленым горошком  Щи из свежей капусты  Пюре картофельное  Печенка по-строгановски  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из свежих фруктов  Кондитерское изделие | C:\Users\112-1\Downloads\20240318_121636.jpg |

**2 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Каша молочная манная с маслом  Бутерброд с маслом  Какао с молоком  Фрукты свежие  Коктейль молочный | C:\Users\112-1\Downloads\20240319_102412.jpg |
| **ОБЕД** |  |
|  |  |
| Салат с соленым огурцом и зеленым горошком  Суп рисовой крупой с говядиной  Макаронные изделия отварные  Фрикадельки в томатно-сметанном соусе  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Чай с сахаром  Ватрушка с творогом | C:\Users\112-1\Downloads\20240319_121320.jpg |

**3 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Огурец консервированный  Капуста тушенная со свининой (бигус)  Хлеб высший сорт  Чай с сахаром  Кондитерские изделия | C:\Users\112-1\Downloads\20240320_101306.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Винегрет овощной  Суп с рыбными консервами  Каша гречневая  Сердце тушеное в соусе  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Напиток из шиповника  Кондитерское изделие | C:\Users\112-1\Downloads\20240320_124016.jpg |

**4 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Каша молочная пшённая с маслом  Йогурт  Бутерброд с маслом  Сыр (порциями)  Фрукты свежие  Какао с молоком | C:\Users\112-1\Downloads\20240321_111915 (1).jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из свеклы с чесноком  Суп с макаронными изделиями  Жаркое по-домашнему  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Напиток из шиповника  Кондитерское изделие | http://samuraisochi.ru/image/cache/catalog/sup/%D0%BA%D1%83%D1%80%D0%B8%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%B1%D1%83%D0%BB%D1%8C%D0%BE%D0%BD-800x800.jpghttps://mykaleidoscope.ru/x/uploads/posts/2022-10/1666798886_8-mykaleidoscope-ru-p-poleznie-salati-iz-svekli-instagram-10.jpg  https://www.ofsi.ru/upload/iblock/c45/p0t02lcdvzax1llhqbhrf05yoif0wkk3/486794_4.jpghttp://kitchen.727go.com/wp-content/uploads/2021/08/photo_2021-08-17_18-27-10.jpghttps://s3.smartofood.ru/dostavka89/menu/04a699ee-50f6-58ff-8e45-212004855e97.jpghttps://i.ytimg.com/vi/rD7DS2-H13g/maxresdefault.jpg |

**5 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Огурец консервированный  Голубцы ленивые с мясом  Хлеб высший сорт  Чай с сахаром и лимоном  Булочка домашняя | C:\Users\112-1\Downloads\20240322_101428.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Икра кабачковая  Суп картофельный с мясными фрикадельками  Рыба горбуша тушенная с овощами в томатном соусе  Рис отварной  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Напиток из шиповника  Кондитерское изделие | C:\Users\112-1\Downloads\20240322_121630.jpg |