|  |
| --- |
| **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  Сыр (порциями)  Какао с молоком  Фрукты свежие  Кондитерские изделия | https://vostorg.buzz/uploads/posts/2022-03/1647779068_40-vostorg-buzz-p-kasha-ovsyanaya-molochnaya-62.jpghttps://www.meme-arsenal.com/memes/8b451ee4ba38a3bd26212d0e064ec243.jpghttps://stan.kz/wp-content/uploads/2016/04/shutterstock.jpg  https://catherineasquithgallery.com/uploads/posts/2021-03/1614548289_16-p-apelsin-na-belom-fone-20.jpghttps://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/271828/pub_653519d3162227028ecf3cf7_653519de162227028ecf3d82/scale_1200https://www.candystor.ru/upload/iblock/816/ihda6be1csjod0vedc5gt0otxxvxm7xi/pechenje_derevenskoje_s_saharom_4_5kg_dp_sladkaya_sloboda.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из свеклы с зеленым горошком  Щи из свежей капусты  Плов с мясом  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из свежих плодов  Кондитерское изделие | https://argumentrus.ru/wp-content/uploads/f/9/d/f9d983a7f777edb77ab0a7494c561a70.jpeghttps://attuale.ru/wp-content/uploads/2018/02/109-986x1024.jpghttps://food.pibig.info/uploads/posts/2023-03/thumbs/1679670082_food-pibig-info-p-salat-so-svekloi-i-goroshkom-pinterest-1.jpg  https://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/1917356/pub_629084435f085456c7362789_62908705b1d748352027776b/scale_1200  https://o-pencil.ru/upload/iblock/790/790b30633b9b42b8126d7d8db171f9b8.jpghttps://alekseyevsk.ru/images/uploads/news/2022/1/5/4120371edfcda0c17881940a881d734c.jpg |

**2 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Огурец консервированный  Макаронные изделия отварные  Колбасные изделия отварные с соусом  Хлеб высший сорт  Чай с сахаром и лимоном  Сырная палочка | C:\Users\112-1\Downloads\20240507_100953.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из свеклы с зеленым горошком  Суп гороховый в в\к колбасой  Рыба горбуша тушенная с овощами в томатном соусе  Рис отварной  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Напиток из шиповника | https://kvashenaya-kapusta.ru/wp-content/uploads/d/b/0/db0cf9b86de16697dd26044ca5cd4f33.jpeghttps://img-fotki.yandex.ru/get/15518/251904653.c5/0_1149ad_5b04015d_XXXL.jpg  http://kitchen.727go.com/wp-content/uploads/2021/08/photo_2021-08-17_18-27-10.jpghttps://alekseyevsk.ru/images/uploads/news/2022/1/5/4120371edfcda0c17881940a881d734c.jpghttps://i.pinimg.com/originals/cb/95/c5/cb95c5e9fcf2a1f87295b36cb8a238dc.jpg |

**3 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Каша молочная пшенная с маслом  Бутерброд с маслом  Сыр (порциями)  Фрукты свежие  Кофейный напиток с молоком  Булочка «домашняя» | https://vostorg.buzz/uploads/posts/2023-02/1675614490_vostorg-buzz-p-pshennaya-kasha-na-moloke-ne-gustaya-8.jpg  https://www.meme-arsenal.com/memes/8b451ee4ba38a3bd26212d0e064ec243.jpghttps://stan.kz/wp-content/uploads/2016/04/shutterstock.jpg  https://catherineasquithgallery.com/uploads/posts/2021-03/1614548289_16-p-apelsin-na-belom-fone-20.jpghttps://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/271828/pub_653519d3162227028ecf3cf7_653519de162227028ecf3d82/scale_1200  https://gas-kvas.com/grafic/uploads/posts/2023-10/1696540571_gas-kvas-com-p-kartinki-bulki-1.png |
| **ОБЕД** |  |
| Винегрет овощной  Солянка по-домашнему  Каша гречневая  Сердце тушенное в соусе  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Сок фруктовый | https://gotovim-doma.ru/forum/files/d/0e/d0e065ca90459818c111b113845cb8c3_116779.jpghttps://img.razrisyika.ru/kart/60/236244-vinegret-33.jpg  https://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/1538903/pub_5df9cc0f6f5f6f00adf55236_5df9cc1ec49f29abdeb14fdc/scale_1200https://alekseyevsk.ru/images/uploads/news/2022/1/5/4120371edfcda0c17881940a881d734c.jpg    https://argumentrus.ru/wp-content/uploads/f/9/d/f9d983a7f777edb77ab0a7494c561a70.jpeg |