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

**1 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Каша молочная геркулесовая с масломБутерброд с масломСыр (порциями)Какао с молокомФрукты свежиеКондитерские 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.jpghttps://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 горошкомЩи из свежей капустыПлов с мясомХлеб пшеничныйХлеб ржанойКомпот из свежих плодовКондитерское 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.jpghttps://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/1917356/pub_629084435f085456c7362789_62908705b1d748352027776b/scale_1200https://o-pencil.ru/upload/iblock/790/790b30633b9b42b8126d7d8db171f9b8.jpghttps://alekseyevsk.ru/images/uploads/news/2022/1/5/4120371edfcda0c17881940a881d734c.jpg |

**2 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Огурец консервированныйМакаронные изделия отварныеКолбасные изделия отварные с соусомХлеб высший сортЧай с сахаром и лимономСырная палочка  | C:\Users\112-1\Downloads\20240507_100953.jpg |
| **ОБЕД** |  |
|  Салат из свеклы с зеленым горошкомСуп гороховый в в\к колбасойРыба горбуша тушенная с овощами в томатном соусеРис отварнойХлеб пшеничныйХлеб ржанойНапиток 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 масломБутерброд с масломСыр (порциями)Фрукты свежиеКофейный напиток с молокомБулочка «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.jpghttps://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://gas-kvas.com/grafic/uploads/posts/2023-10/1696540571_gas-kvas-com-p-kartinki-bulki-1.png |
| **ОБЕД** |  |
| Винегрет овощнойСолянка по-домашнемуКаша гречневаяСердце тушенное в соусеХлеб пшеничныйХлеб ржанойСок 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 |