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

**1 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Каша молочная пшённая с маслом  Бутерброд с маслом с сыром  Кофейный напиток с молоком  Фрукты свежие  Кондитерские изделия | https://fruitonline.ru/image/cache/data/apple_fujy-800x1000.jpghttps://i.artfile.ru/2164x1623_1461135_%5bwww.ArtFile.ru%5d.jpghttps://sun9-63.userapi.com/impf/c845021/v845021309/1887a1/QeIz5aI6JvE.jpg?size=688x548&quality=96&sign=136c8d06d8f2db186306e304dbf14821&type=album  https://irecommend.ru/sites/default/files/product-images/684763/TUdlCEbMXxNSE4RHwCyOAw.jpghttps://sun9-71.userapi.com/s/v1/if2/bEx4lzZJXrnAb0S-lPY-eCxIKgl-b-TpEFK2KokzobdVJm3JrLclfy2Ypbrq5j72HdXyJTLT607oRkFYLIhZVPt_.jpg?size=591x490&quality=95&type=album |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из свежей капусты  Суп гороховый в в\к колбасой  Каша гречневая  Гуляш с мясом  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Чай с сахаром | https://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/3484848/pub_5effa47aea6103536dcfd2ed_5f002d3414c34f324b4a4047/scale_1200https://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/118604/pub_62d68c9b7b2d120d364ed61a_62d69325cc38491671ffdbac/scale_1200https://i0.wp.com/ogorodko.ru/wp-content/uploads/2017/11/Salat-iz-kapusty-s-morkovyu.png    https://food.pibig.info/uploads/posts/2023-03/thumbs/1680275867_food-pibig-info-p-ovoshchnaya-podlivka-k-grechke-krasivo-22.jpg  https://alekseyevsk.ru/images/uploads/news/2022/1/5/4120371edfcda0c17881940a881d734c.jpg |

**2 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Икра кабачковая  Рис отварной  Сердце тушеное в соусе  Хлеб высший сорт  Чай с сахаром  Фрукты свежие | https://fruitonline.ru/image/cache/data/apple_fujy-800x1000.jpghttps://cs13.pikabu.ru/post_img/2021/04/09/7/og_og_1617964704243542654.jpghttps://irecommend.ru/sites/default/files/imagecache/copyright1/user-images/960037/yWrdk6GTNV210Gjb2vPYAw.jpg  https://alekseyevsk.ru/images/uploads/news/2022/1/5/4120371edfcda0c17881940a881d734c.jpghttps://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/3484848/pub_5effa47aea6103536dcfd2ed_5f002d3414c34f324b4a4047/scale_1200 |
| **ОБЕД** |  |
|  |  |
| Огурец свежий порционный  Суп рассольник с мясом тушеным  Пюре картофельное  Минтай тушенный в сметанном соусе  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Напиток из шиповника | https://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/1703615/pub_5db2e3f00ce57b00adb830d3_5db2e808c49f2900b0a13d95/scale_1200https://www.auchan.ru/storage/compressed/NvwRU9qE3IeHceZDapZ3tEYC2LaNqkJzVZW5biqa.jpg    https://alekseyevsk.ru/images/uploads/news/2022/1/5/4120371edfcda0c17881940a881d734c.jpghttps://forum.sibmama.ru/usrpx/77553/77553_800x450_DSC_0255.jpg  https://chebo.pro/wp-content/auploads/535658/fullsize.jpg |

**3 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Салат из белокочанной капусты с морковью  Макаронные изделия отварные с маслом  Колбасные изделия отварные  Хлеб высший сорт  Чай с сахаром  Кондитерское изделие | C:\Users\112-1\Downloads\20240424_100552.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Винегрет овощной  Суп картофельный на мясном бульоне  Каша гречневая  Печень, тушенная в соусе  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Компот из сухофруктов  Ватрушка с повидлом | https://gas-kvas.com/grafic/uploads/posts/2023-10/1696592082_gas-kvas-com-p-kartinki-sup-40.jpghttps://img.razrisyika.ru/kart/60/236244-vinegret-33.jpg    https://alekseyevsk.ru/images/uploads/news/2022/1/5/4120371edfcda0c17881940a881d734c.jpg  https://cake-dance.ru/wp-content/uploads/6/8/2/682ea773e6130bcd0383f35257c3f5bc.jpeg  https://main-cdn.sbermegamarket.ru/hlr-system/-11/781/696/997/301/528/100028994729b0.jpeghttps://eda.yandex.ru/images/1368744/5e3d720043e3c25b5288839d2cad666a-680x500.jpeg |

**4 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Каша молочная рисовая с маслом  Бутерброд с маслом  Какао с молоком сгущенным  Фрукты свежие  Кондитерское изделие | C:\Users\112-1\Downloads\20240425_102422.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из свежих огурцов и помидор  Борщ с капустой и картофелем  Запеканка мясная  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Напиток из шиповника  Пирожок печенный с джемом | https://chebo.pro/wp-content/auploads/535658/fullsize.jpghttps://ginger-slim.ru/wp-content/uploads/2020/11/1606485604_105_Borshh-i-shhi-v-chem-raznitsa-projdemsya-po-punktam.jpghttps://tavadi.ru/upload/iblock/7ba/7ba8ec1639a8ee7f984fe2c5201f3b69.jpg    https://maxvps.ru/wp-content/uploads/4/2/0/420a65c80f207b840d60de968b917f84.jpeghttps://img.iamcook.ru/snaps/files/u9814_7a236378142e581422f227fc889a5487.jpghttps://alekseyevsk.ru/images/uploads/news/2022/1/5/4120371edfcda0c17881940a881d734c.jpg |

**5 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Каша молочная геркулесовая с маслом  Бутерброд с маслом  Сыр (порциями)  Какао с молоком  Фрукты свежие  Кондитерские изделия | C:\Users\112-1\Downloads\20240426_111230.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из свеклы с зеленым горошком  Щи из свежей капусты  Плов с мясом  Хлеб высший сорт  Хлеб ржаной  Ватрушка с творогом  Компот из свежих плодов  Кондитерское изделие | C:\Users\112-1\Downloads\20240426_122751.jpg |

**6 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Оладьи с повидлом  Какао с молоком сгущенным  Йогурт  Фрукты свежие | https://www.meme-arsenal.com/memes/8b451ee4ba38a3bd26212d0e064ec243.jpghttps://images.vfl.ru/ii/1594652828/773e273d/31066173_m.jpg  https://goods-photos.static1-sima-land.com/items/4285691/0/700-nw.jpghttps://fruitonline.ru/image/cache/data/apple_fujy-800x1000.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из помидоров с луком  Суп с рыбными консервами  Макаронные изделия отварные с маслом  Котлета мясная  Хлеб высший сорт  Хлеб ржаной  Ватрушка с творогом  Компот из свежих фруктов | https://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/1790220/pub_5c69d5f19a88e300b0040993_5c69de05b46ce100ae92f81a/scale_1200  https://img-global.cpcdn.com/recipes/dabeed0f1c85a042/1200x630cq70/photo.jpg  https://alekseyevsk.ru/images/uploads/news/2022/1/5/4120371edfcda0c17881940a881d734c.jpghttps://povar24.info/wp-content/uploads/1/4/1/141553a64d230f727dbfe74de33d1891.jpg  https://main-cdn.sbermegamarket.ru/hlr-system/-11/781/696/997/301/528/100028994729b0.jpeghttps://img0.liveinternet.ru/images/attach/d/2/146/966/146966472_Kompot007.jpg |