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

**1 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Каша молочная пшенная с маслом  Бутерброд с маслом с сыром  Кофейный напиток с молоком  Фрукты свежие  Кондитерские изделия | https://vostorg.buzz/uploads/posts/2022-05/thumbs/1651511223_12-vostorg-buzz-p-pshenichnaya-kasha-zhidkaya-21.jpghttps://vpuzo.com/uploads/picture/1600/0/2017-08/1502908887_img_4778.jpghttps://www.meme-arsenal.com/memes/8b451ee4ba38a3bd26212d0e064ec243.jpg  https://cdn-img.perekrestok.ru/i/800x800-fit/xdelivery/files/fa/22/dfe90272cd68a3b29a0ce19e428d.jpg  https://catherineasquithgallery.com/uploads/posts/2021-03/1614548289_16-p-apelsin-na-belom-fone-20.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из свежей капусты  Суп гороховый в в/к колбасой  Каша гречневая  Гуляш с мясом  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Чай с сахаром | https://sun9-2.userapi.com/impf/c638526/v638526514/60865/IE7lj9tnNmw.jpg?size=900x599&quality=96&sign=aaf48c619f3c35d9b14cf1a8c6900bf9&c_uniq_tag=1VCTSB1-3rB7ZkmnMYgewVTZkz6Rf-25Xb5SDVLJ9YA&type=albumhttps://vpuzo.com/uploads/picture/1600/0/2017-06/1497725622_dsc_1627.jpghttps://i.ytimg.com/vi/75dDEy-uEmg/maxresdefault.jpg  https://ic.pics.livejournal.com/snowymelodie/26490483/463532/463532_original.jpghttps://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/3532529/pub_6314d38ff23a0a43abbf8a36_631866104e590b5006eb3462/scale_1200 |

**2 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Рис отварной  Сердце тушеное в соусе  Хлеб высший сорт  Чай с сахаром  Фрукты свежие | https://cs13.pikabu.ru/post_img/2021/04/09/7/og_og_1617964704243542654.jpghttps://sun9-2.userapi.com/impf/c638526/v638526514/60865/IE7lj9tnNmw.jpg?size=900x599&quality=96&sign=aaf48c619f3c35d9b14cf1a8c6900bf9&c_uniq_tag=1VCTSB1-3rB7ZkmnMYgewVTZkz6Rf-25Xb5SDVLJ9YA&type=albumhttps://catherineasquithgallery.com/uploads/posts/2021-03/1614548289_16-p-apelsin-na-belom-fone-20.jpg  https://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/3532529/pub_6314d38ff23a0a43abbf8a36_631866104e590b5006eb3462/scale_1200 |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из моркови с чесноком  Суп Рассольник с мясом тушеным  Пюре картофельное  Минтай тушенный в сметанном соусе  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Чай с сахаром | https://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/3532529/pub_6314d38ff23a0a43abbf8a36_631866104e590b5006eb3462/scale_1200https://sun9-2.userapi.com/impf/c638526/v638526514/60865/IE7lj9tnNmw.jpg?size=900x599&quality=96&sign=aaf48c619f3c35d9b14cf1a8c6900bf9&c_uniq_tag=1VCTSB1-3rB7ZkmnMYgewVTZkz6Rf-25Xb5SDVLJ9YA&type=albumhttps://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/1703615/pub_5db2e3f00ce57b00adb830d3_5db2e808c49f2900b0a13d95/scale_1200https://donatewales.org/wp-content/uploads/1/2/1/12180403778706bdaccf2471f53ee813.jpeghttps://vraki.net/sites/default/files/inline/images/8_450.jpg |
|  |  |

**3 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Салат из свежей капусты  Макаронные изделия отварные с маслом  Колбасные изделия отварные  Хлеб высший сорт  Чай с сахаром  Кондитерские изделия | https://irecommend.ru/sites/default/files/imagecache/copyright1/user-images/172585/aieZD3fn34gxc0rjmOFDnQ.jpghttps://i.ytimg.com/vi/75dDEy-uEmg/maxresdefault.jpg  https://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/3532529/pub_6314d38ff23a0a43abbf8a36_631866104e590b5006eb3462/scale_1200  https://cdn-img.perekrestok.ru/i/800x800-fit/xdelivery/files/fa/22/dfe90272cd68a3b29a0ce19e428d.jpghttps://sun9-2.userapi.com/impf/c638526/v638526514/60865/IE7lj9tnNmw.jpg?size=900x599&quality=96&sign=aaf48c619f3c35d9b14cf1a8c6900bf9&c_uniq_tag=1VCTSB1-3rB7ZkmnMYgewVTZkz6Rf-25Xb5SDVLJ9YA&type=album |
| **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://vpuzo.com/uploads/picture/1600/0/2016-12/1481633437_img_8058.jpghttps://karamelcafe.ru/wp-content/uploads/8/5/4/854259f44ce6cca89db559a21a2834ba.jpeg  https://stolovayapatp4.ru/wp-content/uploads/2016/12/10.%D0%9A%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D0%BE%D1%82-%D0%B8%D0%B7-%D1%81%D1%83%D1%85%D0%BE%D1%84%D1%80%D1%83%D0%BA%D1%82%D0%BE%D0%B2.jpghttps://avatars.dzeninfra.ru/get-zen_doc/3532529/pub_6314d38ff23a0a43abbf8a36_631866104e590b5006eb3462/scale_1200https://sun9-64.userapi.com/impg/NvioewgFbsD6uKB5P0n671yyCI699R5bPQ75EA/T_E_K5PvpeI.jpg?size=604x483&quality=95&sign=19745487c28ea94ec903ac807bc51b28&type=albumhttps://s00.yaplakal.com/pics/pics_original/8/9/4/2742498.jpg |

**4 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Каша молочная рисовая с маслом  Бутерброд с маслом с сыром  Кофейный напиток с молоком  Фрукты свежие  Кондитерское изделие | C:\Users\112-1\Downloads\20240229_092451.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Салат с картофелем с соленым огурцом и зеленым горошком  Борщ с капустой и картофелем  Запеканка мясная  Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной  Напиток из шиповника  Сдоба обыкновенная | C:\Users\112-1\Downloads\20240229_122803.jpg |

**5 ДЕНЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Оладьи со сгущенным молоком  Какао с молоком сгущенным  Йогурт  Фрукты свежие | C:\Users\112-1\Downloads\20240301_114840.jpg |
| **ОБЕД** |  |
| Салат из свежих огурцов  Суп с рыбными консервами  Макаронные изделия отварные с маслом  Фрикадельки в томатно-сметанном соусе  Хлеб высший сорт  Хлеб ржаной  Сдоба обыкновенная  Компот из сухофруктов | C:\Users\112-1\Downloads\20240301_122031.jpg |