

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

2 вариант

1 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	
<p>Каша рисовая молочная жидкая</p> <p>Чай с лимоном</p> <p>Бутерброд с джемом</p> <p>Кондитерское изделие</p>	
ОБЕД	
<p>Салат витаминный</p> <p>Щи из свежей капусты с картофелем</p> <p>Тефтели из говядины (паровые) с томатным соусом</p> <p>Макаронные изделия отварные</p> <p>Сок фруктовый</p> <p>Хлеб пшеничный</p>	

2 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	
<p>Запеканка из творога</p> <p>Молоко сгущенное</p> <p>Чай с сахаром</p> <p>Фрукты свежие</p>	
ОБЕД	
<p>Кукуруза консервированная</p> <p>Борщ с капустой и картофелем</p> <p>Жаркое по-домашнему</p> <p>Кисель фруктовый</p> <p>Хлеб пшеничный</p>	

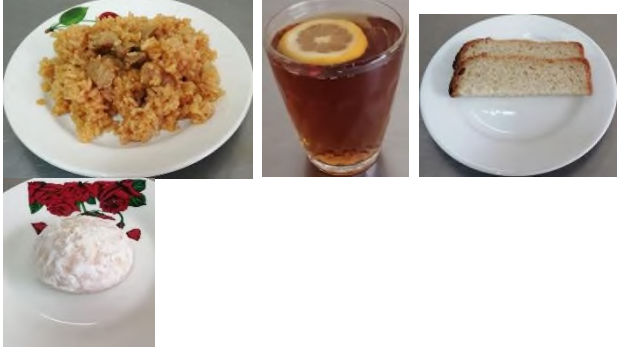

3 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	
Омлет натуральный Салат из свежих овощей Напиток из шиповника Бутерброд с сыром Кондитерское изделие	
ОБЕД	
Салат из свеклы с сыром Суп картофельный с фрикадельками Оладьи из печени со сметанным соусом Рис припущенный Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	



4 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	
Каша манная молочная жидкая Кофейный напиток на сгущенном молоке Бутерброд с джемом Фрукты свежие	
ОБЕД	
Салат из капусты белокачанной Рассольник ленинградский Колбасные изделия отварные с томатным соусом Макаронные изделия отварные Напиток из шиповника Хлеб пшеничный	

5 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	
Плов из говядины Чай с лимоном Хлеб пшеничный Кондитерское изделие	
ОБЕД	
Салат из свежих овощей Суп гороховый с сухариками Рыба, тушенная в томате с овощами Картофель отварной с маслом Компот из свежих плодов Хлеб пшеничный	

6 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	
Макароны отварные с сыром Чай с лимоном Хлеб пшеничный Масло сливочное (порциями) Фрукты свежие	
ОБЕД	
Салат витаминный Суп картофельный с бобовыми Голубцы ленивые с томатным соусом Рис припущенный Сок фруктовый Хлеб пшеничный	

7 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	
Сырники из творога запеченные Молоко сгущенное Чай с сахаром Кондитерское изделие	
ОБЕД	
Икра кабачковая (промышленного производства) Суп с макаронными изделиями и картофелем Котлеты из мяса с томатным соусом Каша гречневая рассыпчатая Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	

8 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	
Каша пшенная молочная жидкая Чай с лимоном Бутерброд с джемом Фрукты свежие	
ОБЕД	
Салат из капусты белокачанной Рассольник Тефтели из говядины (паровые) с томатным соусом Макаронные изделия отварные Напиток из шиповника Хлеб пшеничный	

9 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	
Колбасные изделия отварные с томатным соусом Макаронные изделия отварные Чай с сахаром Хлеб пшеничный Кондитерское изделие	
ОБЕД	
Винегрет овощной Суп крестьянский с крупой Плов из говядины Компот из свежих плодов Хлеб пшеничный	

10 ДЕНЬ

ЗАВТРАК	
Омлет натуральный Кукуруза консервированная Какао с молоком Бутерброд с джемом Кондитерское изделие	
ОБЕД	
Салат из свеклы с сыром Суп с рыбными консервами Гуляш из отварной говядины Каша гречневая рассыпчатая Компот из яблок с лимоном Хлеб пшеничный	