Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Григорьевская средняя общеобразовательная школа

Россия, 617016, Пермский край,
Нытвенский городской округ,
п. Новоильинский, ул. Первомайская, д. 22

Тел./факс: (34272) 27-5-42,
e-mail: cadety_ermaka@mail.ru
www.nkkk.ru

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный
предприниматель

М.П. Савина

СОГЛАСОВАНО

Директор
Григорьевская СОШ

С.Н. Гуляева

Цикличное десятидневное меню
для организации питания детей и подростков
с непереносимостью лактозы
в зимне-весенний период
в соответствии с физиологическими
нормами продуктов питания

Возрастная категория: 7-11 лет

2026 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Котлеты, биточки или шницели из птицы припущенные	90	18,00	16,20	9,64	255,86	73,51
	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126	27
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	8
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**585**	**16,58**	**16,16**	**89,16**	**572,2**	**111,51**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**585**	**16,58**	**16,16**	**89,16**	**572,2**	
День 2							
ЗАВТРАК	Котлеты из говядины	90	16,93	16,46	15,96	277,17	65
	Макаронные изделия отварные	180	6,66	5,94	35,46	221,4	25
	Соус красный основной	30	0,60	0,78	1,86	16,89	3,51
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	15,00	60	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**520**	**27,39**	**22,80**	**91,02**	**675,57**	**111,51**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**520**	**27,39**	**22,80**	**91,02**	**675,57**	
День 3							
ЗАВТРАК	Кнели из птицы с рисом	90	10,35	9,27	4,86	144	68,51
	Рагу из овощей (1-й вариант)	180	4,50	6,30	18,00	146,7	25
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**520**	**19,25**	**16,07**	**67,56**	**491,7**	**111,51**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**520**	**19,25**	**16,07**	**67,56**	**491,7**	
День 4							
ЗАВТРАК	Котлеты или биточки рыбные	90	11,94	4,85	7,25	118,28	53
	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126	27
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	3
	Кондитерское изделие	40	3,00	3,92	29,76	166	13,51

ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**560**	**23,90**	**16,47**	**81,55**	**567,28**	**111,51**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**560**	**23,90**	**16,47**	**81,55**	**567,28**	
День 5							
ЗАВТРАК	Птица отварная	90	14,58	10,80	0,27	156,6	65,51
	Каша гречневая вязкая	180	7,83	6,75	28,28	204,93	28
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**520**	**26,81**	**18,05**	**73,25**	**562,53**	**111,51**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**520**	**26,81**	**18,05**	**73,25**	**562,53**	
День 6							
ЗАВТРАК	Котлеты, биточки или шницели из птицы припущенные	90	18,00	16,20	9,64	255,86	72
	Макаронные изделия отварные	180	6,66	5,94	35,46	221,4	25
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	8
	Соус красный основной	30	0,60	0,78	1,86	16,89	3,51
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**585**	**17,98**	**16,20**	**87,56**	**570,46**	**111,51**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**585**	**17,98**	**16,20**	**87,56**	**570,46**	
День 7							
ЗАВТРАК	Тефтели из говядины в томатном соусе	90	11,39	12,18	7,97	187,13	63,51
	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126	30
	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,16	0,16	13,90	56,7	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**520**	**20,21**	**19,94**	**56,91**	**486,83**	**111,51**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**520**	**20,21**	**19,94**	**56,91**	**486,83**	
День 8							
ЗАВТРАК	Рагу из птицы	270	28,35	25,65	21,46	430,65	93,51
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**520**	**32,45**	**26,15**	**55,56**	**587,65**	**111,51**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**520**	**32,45**	**26,15**	**55,56**	**587,65**	

День 9							
ЗАВТРАК	Салат картофельный	60	1,56	3,78	6,00	64,2	20
	Котлеты или биточки рыбные	90	11,94	4,85	7,25	118,28	55,51
	Макаронные изделия отварные	180	6,66	5,94	35,46	221,4	25
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38	8
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**580**	**24,16**	**15,07**	**82,61**	**558,88**	**111,51**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**580**	**24,16**	**15,07**	**82,61**	**558,88**	
День 10							
ЗАВТРАК	Плов из отварной птицы	270	16,61	11,07	33,48	301,05	93,51
	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**520**	**23,21**	**13,97**	**71,68**	**506,05**	**111,51**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**520**	**23,21**	**13,97**	**71,68**	**506,05**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**5430**	**231,94**	**180,88**	**756,86**	**5579,15**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**543**	**23,19**	**18,09**	**75,69**	**557,91**	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 206975708896086309713996961436711436381829397107

Владелец Гуляева Светлана Николаевна

Действителен С 26.06.2026 по 26.06.2027