

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЧПОУ «Лесосибирский колледж «Знание»

/Е.В.Ситникова/

2026 г.

Ответственный за организацию питания

/Е.В.Ситникова/

7 сентября 2026 года (понедельник – 2 неделя)

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ЗАВТРАКА

Возрастные категории:

— 7-11 лет;

— 12 лет и старше.

Прием пищи: горячий завтрак.

1. Меню для обучающихся 7–11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г/мл	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич. ценность, ккал
1	Макаронные изделия отварные с сыром	200	13,8	14,0	42,3	355
2	Салат из крабовых палочек с кукурузой, свежим огурцом и сметаной 20%	100	4,3	3,5	6,8	77
3	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,5	72
4	Чай с сахаром	200	0	0	5,0	20
Итого		530	20,4	17,8	68,6	524

2. Меню для обучающихся 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход, г/мл	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	Энергетич. ценность, ккал
1	Макаронные изделия отварные с сыром	250	16,5	17,1	51,5	431
2	Салат из крабовых палочек с кукурузой, свежим огурцом и сметаной 20%	100	4,3	3,5	6,8	77
3	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,4	19,3	96
4	Чай с сахаром	200	0	0	5,0	20
Итого		590	23,9	21,0	82,6	624

Медицинский работник:

/Л.В.Петрова/

Повар:

/ /