



УТВЕРЖДАЮ

Директор ЧПОУ «Лесосибирский колледж «Знание»

/Е.В.Ситникова/

2026 г.

Ответственный за организацию питания

/Е.В.Ситникова/

8 сентября 2026 года (вторник – 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	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	200	6,7	5,3	38,8	217
2	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	50	5,9	8,4	14,7	162
3	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,8	5,1	2,4	59
4	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,5	62
Итого		550	13,5	18,9	71,4	500

2. Меню для обучающихся 12 лет и старше

№	Наименование блюда	Выход, г/мл	Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г	Энергетич. ценность, ккал
1	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	250	8,3	7,2	48,4	276
2	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	65	7,9	9,9	19,6	203
3	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,8	5,1	2,4	59
4	Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	15,5	62
Итого		615	17,1	22,3	85,9	600

Медицинский работник:

/Л.В.Петрова/

Повар:

/ /