



МЕНЮ
Для обучающихся MAOU ИГОЛ им. Е.Г. Лукьянец
10 марта 2026г

Наименование блюда	№ рецептур ы	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Стоимос ть, руб.
			Белки, г	Жиры, г	Угл. г		
Завтрак (Комплекс № 1)			17,2	13,6	92,8	567,2	107,70
Каша рисовая жидкая с маслом	№311-2004	200	7,4	5,9	34,5	221,2	25,06
Какао с молоком	№642-1996	200	3,4	3,2	21,2	127,2	17,59
Биомороженое "Бифибум"		50	1,9	3,8	10,5	85,0	58,50
Хлеб "Соловецкий" (йодированный)		30	2,5	0,4	14,3	72	3,51
Хлеб "Дарницкий"		30	2,0	0,3	12,3	61,8	3,04
Завтрак (Комплекс № 2)			17,3	16,8	94,9	611,8	107,70
Макароны, запеченные с сыром	№334-2004	200	10,8	12,34	42,6	334	37,14
Чай с лимоном	№686-2004	200/5	0,1	0,0	15,2	59	5,51
Биомороженое "Бифибум"		50	1,9	3,8	10,5	85,0	58,50
Хлеб "Соловецкий" (йодированный)		30	2,5	0,4	14,3	72	3,51
Хлеб "Дарницкий"		30	2,0	0,3	12,3	61,8	3,04
Обед для обучающихся с ОВЗ, из семей военнослужащих, проходящих (проходивших) военную службу в ВС РФ и принимающих (принимавших) участие в СВО			34,0	24,2	125,8	855,8	138,40
Свекла отварная	№ 26-2021	100	1,5	0,1	9,1	43,3	7,93
Суп-пюре из разных овощей с курой и гренками	№168-2004	250/20/20	8,8	9,0	29,5	234,2	34,63
Рыба, запеченная с картофелем под сырной шапкой	ТТК	220	17,1	14,3	19,7	277,0	82,03
Напиток из сухофруктов	№638-2004	200	0,6	0,0	31,4	124,0	5,83
Хлеб пшеничный 1-й сорт		50	3,95	0,5	23,8	115,5	4,94
Хлеб "Дарницкий"		30	2,0	0,3	12,3	61,8	3,04

Ответственный по питанию:
Повар-бригадир:
Медицинский работник:

 О.В. Куркова
 Е.В. Пекшева
 С.А. Нурахметова