



Директор МАОУ ИГОЛ им. Е.Г. Лукьянец
О.В.Афонасьева
«29» января 2026г

МЕНЮ
Для обучающихся МАОУ ИГОЛ им. Е.Г. Лукьянец
29 января 2026 г

Наименование блюда	№ рецепту ры	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Стоимо сть, руб.
			Белки, г	Жи р ы, г	Угл. г		
Завтрак (Комплекс № 1)			32,3	19,0	87,9	652,3	107,70
Окорочка куриные запеченные	№494- 2004	100	19,2	12,1	0,7	188	59,89
Макаронные изделия отварные	№516- 2004	180	6,7	6,0	35,5	221,4	29,45
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	№686- 2004	200	0,2	0,0	15,5	62,8	9,47
Хлеб (витамин.) "Соловецкий"		50	4,15	0,6	23,9	120	5,85
Хлеб "Дарницкий"		30	2,0	0,3	12,3	60,1	3,04
Завтрак (Комплекс № 2)			21,4	20,2	98,7	662,6	107,70
Биточки рыбные запеченные	№388- 2004	100	10,33	9,25	12,92	176,25	46,41
Рис припущенный с овощами "Мозаика"	№416- 2013, Пермь	180	3,2	7,0	38,0	227,0	34,18
Какао с молоком	№642- 1996	200	3,4	3,2	21,2	127,2	20,56
Хлеб (витамин.) "Соловецкий"		30	2,5	0,4	14,3	72	3,51
Хлеб "Дарницкий"		30	2,0	0,3	12,3	60,1	3,04
Обед для обучающихся с ОВЗ, из семей военнослужащих, проходящих (проходивших) военную службу в ВС РФ и принимающих (принимавших) участие в СВО			34,4	28,9	101,2	807,7	138,40
Салат из капусты белокочанной с морковью	№4- 2013, Пермь	100	1,8	5,3	10,0	91,0	8,05
Суп-харчо	№109- 2021	250	8,1	13,0	12,3	198,0	26,19
Запеканка картофельная с печенью	№354- 2021	230	18,5	9,8	22,8	253,1	74,03
Сок "Фрукт Драйв" в инд.уп. 1 шт		200	0,0	0,0	20,0	90,0	22,15
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	60,1	3,04

Ответственный по питанию:
Повар-бригадир:
Медицинский работник:


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