общеобразовательная школа № 96» Директор MAOУ «Баженовская средняя **УТВЕРЖДАЮ** 

В.И. Грушицин

Приказ № 01-29/151 от 26.08.2025г.

Примерное десятидневное меню школьных завтраков и обедов на 2025- 2026 учебный год

Суточная калорийность: завтрак 470-587 Ккал Возрастная категория: с 7 до 11 лет Обед 705-822 Ккал

2 67	70.0	447,00	299,9		2,94	15,7	0,028	104,96	26,43	31,72	741,94		итого:	
0,6	7	34,6	10				0,3	21,6	0,48	3,6	68,40	30/20	Хлеб пшеничный, ржаной	
1,3	6	6	44,8		0,1	0,4		31,6		0,6	129	200	Напиток «Золотой шар»	80
0,081	7,92	42,57	19,17		0,09		0,09	33,48	6,40	5,67	207,36	180	Макароны отварные	332
6 1,62	29,16	264,87	137,07		1,71	4,14	0,08	4,76	13,77	19,63	222,30	90	Котлета мясная	451
2 0,064	17,92	67,36	66,56		1,04	10,16	0,08	11,60	5,78	2,22	107,20	200/5	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	110
+	2	31,6	22,3			1,0		1,92			7,68	60	Огурец свежий	
										~		-	ОБЕД	
3,1	57,6	330,0	232,0		0,2	13,2	0,4	83,96	29,17	20,25	617,30		ИТОГО:	
0,6	9,9	25,5	6,6				0, I	24,2	0,4	3,8	113,3	50	Батон витаминизированный	
1,2	12,1	134,1	84,0			9,9		27,5	1,6	2,36	134	200	Кофейный напиток на молоке	692
	4,2	17,3	4,8			2,0	0,1	6,8	2,27	6,63	80	20/20	Батон с джемом	
0,7	9,9	27,4	7,8		0,1		0,1	0,26	14,5	0,16	66	20	Масло сливочное	-
													маслом	
0,6	21,5	125,7	128,8		0,1	1,3	0,1	25,2	10,4	7,30	224	200/5	Каша рисовая молочная с	302
													3ABTPAK	
2											ккал			
									_		ность			
								2			цен-			блюд
								воды,	2	2	ческая			туры
Fe	Mg	P	Ca	ĮŦ]	A	C	$B_I$	Угле-	Жиры	Белки,	гети-	порции		peyen
пва (мп)	вещесп	Минеральные вещества (мп)	Минер		Витамины (мп)	Витами		:тав, г	Химический состав, г	Химич	Энер-	Macca	Наименование блюд	<u>√o</u>

# Примерное десятидневное меню с расчётом калорийности, витаминов и минеральных веществ блюд МАОУ «Баженовская СОШ № 96»

		639	443	140						693		302				блюд	туры	рецеп	₩
ИТОГО:	Хлеб пшеничный, ржаной	Компот из сухофруктов	Плов с тушёным мясом	Суп картофельный с макарон. изделиями с цыплёнком	Кукуруза консервированная	ОБЕД		ИТОГО:	Батон витаминизированный	Какао на молоке	Сыр	Каша геркулесовая с маслом	3ABTPAK					-	Наименование блюд
	30/20	200	250	200/20	30		101		50	200	15	200/5						порции	Macca
738,00	68,40	129	354,46	126,56	59,58			550,6	113,3	150	54	233,3		ккал	ность	цен-	ческая	гети-	Энер-
20,06	3,6	0,6	11,52	2,60	1,74			17,26	3,8	3,8	3,9	5,76					~	Белки,	Химич
24,41	0,48	i	11,33	7,76	4,84			16,82	0,4	4,0	4,02	8,4					2	Жиры	Химический состав, г
95,87	21,6	31,6	23,33	17,36	1,98			83,6	24,2	26,0	1	33,4				2	воды,	Угле-	:тав, г
0,42	0,3		0,04	0,08				$\theta,3$	0, I		0, I	0, I						$B_I$	
21,76		0,4	0,98	14,80	5,58			2,I		0,2	0,6	1,3						С	Витамины (мп)
1,24		0,I	0,14		1,0			0,2		0, I		0, I						A	ны (мп)
			-															E	
131,91	10	44,8	16,071 00,00	49,84	11,2			293,5	6,6	35,0	128,8	126,1						Ca	Минер
218,91	34,6	6	16,07	126,64	35,6			324,1	25,5	8,2	133,5	156,9						P	ральные (
131,91 218,91 48,46 17,86	7	6	0,98	20,48	14			61,5	9,9	3	12,6	36						Mg	Минеральные вещества (мп)
17,86	0,6	1,3		0,96	15			2,9	0,6	0,3	0,4	1,6						Fe	ı (mn)

261,23   382,68   57,86	382,6	261,23		0,01	13,79	0,047	124,27	23,78	26,53	787,85		итого:	
2	22,3	15,7		0,1	4,5		15,6	0,6	0,6	71	100	Фрукты свежие	
	34,6	10				0,3	21,6	0,48	3,6	68,40	30/20	Хлеб пшеничный, ржаной	
6	6	44,8		0,1	0,4		31,6		0,6	129,0	200	Напиток из плодов шиповника	704
3 4,43	94,73	67,20		0,08			28,58	4,34	2,85	165,75	150	Рис припущенный	512
5 26,19	45,45	16,65			2,25	0,09	3,69	14,22	14,48	186,30	90	Курица тушёная с овощами	488
0 12,24	179,60	106,88			6,64	0,08	23,20	4,14	4,40	167,4	200/5	Суп-пюре из картофеля	171
												ОБЕД	
8 39,40	196,8	194,80		0,3	2,4	0,3	94,63	27,87	23,14	607,3		итого:	
9,9	25,5	6,6				0, I	24,2	0,4	3,8	113,3	50	Батон витаминизированный	
S	8,2	35,0		0, I	0,2		26,0	8,0	3,8	150	200	Какао на молоке	693
5 12,6	133,5	128,8			0,9		1	4,02	3,9	54	15	Сыр	
5,0	13,7	3,9		0,1		0,1	0,13	7,25	0,08	33	10	Масло сливочное	
8,9	15,9	20,5		0, I	1,3	0, I	44,3	8,2	11,56	257	200/5	Каша манная с маслом	302
												3ABTPAK	
										ккал			
										ность			
							2			цен-			блюд
							воды,	2	2	ческая			туры
Mg	P	Ca	E	A	C	$B_I$	Угле-	Жиры	Белки,	гети-	порции		peyen
Минеральные вещества (мп)	ральны	Мине		Витамины (мп)	Витами		<i>:тав, г</i>	Химический состав, г	Химиче	Энер-	Macca	Наименование блюд	Νō

			639	203	371	139					685		302				блюд	туры	peyen	Νō
итого:	Йогурт	Хлеб пшеничный, ржаной	Компот из сухофруктов	Пюре картофельное	Рыба припущенная горбуша	Суп гороховый с картофелем	ОБЕД		ИТОГО	Батон витаминизированный	Чай с сахаром	Сыр	Каша манная с маслом	3ABTPAK						Наименование блюд
	125	30/20	200	150	90	200				50	200/15	10	200/5						порции	Macca
647,95	111	68,40	129	125,55	190,80	123,20		1	451,30	113,3	35	46	257		ккал	ность	цен-	ческая	гети-	Энер-
33,92	3,2	3,6	0,6	2,84	19,08	4,60			18,56	3,8	0,0	3,2	11,56					2	Белки,	Химич
26,57	2,5	0,48		4,59	12,24	6,76			11,85	0,4	0,0	3,25	8,2					2	Жиры	Химический состав, г
107,16	18,8	21,6	31,6	18,60		16,56			77,60	24,2	9,1	ı	44,3				2	воды,	Угле-	:maв, г
0,28		0,3		0,08	0,09	0,08			0,3	0, I		0, I	0,1		*				$B_I$	
11,18			0,4	4,88	4,14	1,76			11,80		9,9	0,6	1,3						С	Витамины (мп)
2,29			0, I	0,08	1,71	0,4			0,I				0, I						A	ны (мп)
																			E	
287,74		10	44,8	41,63	137,07	54,24			156,16	6,6	0,26	128,8	20,5						Ca	Мине
287,74 464,26		34,6	6	96,15	264,87	62,64			174,90 31,40	25,5	0,0	133,5	15,9						P	Минеральные вещества (мп)
85,39		7	6	27,23	29,16	16,00			31,40	9,9	0,0	12,6	8,9						Mg	зещество
4,42		0,6	1,3	0,098	1,62	0,80			1,73	0,6	0,03	0,4	0,7						Fe	( <i>nn</i> )

			686	534	496	149						693		160				блюд	туры	peyen	N₀
	ИТОГО	Хлеб пшеничный, ржаной	Чай с лимоном	Капуста тушёная	Котлета натуральная из куры	Суп с крупой	Свёкла отварная	ОБЕД		ИТОГО	Батон витаминизированный	Какао на молоке	Масло сливочное	Суп молочный с макаронными изделиями	3ABTPAK						Наименование блюд
		30/20	200/15/7	150	90	200	30				50	200	20	200/10						порции	Масса
	772,96	68,40	129,0	85,50	300,16	179,1	10,8			458,50	113,3	150	66	129,2		ккал	ность	цен-	ческая	гети-	Энер-
	37,60	3,6	0,6	2,25	21,27	9,4	0,48			19,36	3,8	3,8	0,16	5,6					2	Белки,	Химич
	28,43	0,48		3,15	19,94	4,2	0,66			28,44	0,4	8,1	14,5	5.44					2	Жиры	Химический состав, г
	93,82	21,6	31,6	11,70	8,94	18,0	1,98		,	65,96	24,2	26,0	0,26	15,5				2	воды,	Угле-	гтав, г
	7,57	0,3		0,090	7,13	0,053			,	0,4	0, I		0, I	0,02						$B_I$	
	22,35		0,4	15,0		2,35	4,6			0,5		0,2		0,3						C	Витами
	50,05		0, I		47,45	0,2	2,3			0,4		0,1	0, I	0,02						A	Витамины (мп)
	36,93				36,77	0,16				4,0	**			4,0						E	
	120,26	10	44,8	7,88	0,38	28,2	29			130,10	6,6	35,0	7,8	80,7						Ca	Мине
	121,38		6	31,50	4,28	14,1	30,9			128,4	25,5	8,2	27,4	67,3						P	Минеральные вещества (мп)
	90,87	7	6	18,83	0,04	42, 1	16,9			32,9	9,9	3	9,9	10,1						Mg	веществ
	5,75	0,6	1,3		0,95	2,3	0,6			18.0	0,6	0,3	0,7	0,2						Fe	a (mn)

5,13	68,63	245,06   410,97   68,63	245,06	1,35	0,11	23,75	0,058	105,77	16,94	23,56	662,64		ИТОГО:	
0,2	6,9	15,3	2,6			2,5	0, I	21,2		I,0	94	200	Сок фруктовый	
0,6	7	34,6	10				0,3	21,6	0,48	3,6	68,40	30/20	Хлеб пшеничный, ржаной	
1,2	I2,I	134,1	84,0			9,9		9,1	0,0	0,0	35	200	Чай с сахаром	685
2,09	9,03		12,65	1,35		0,23	0,09	7,11	5,58	9,09	157,08	90	Печень по-строгановски	431
0,081	7,92	42,57	19,17		0,09		0,09	33,48	6,40	5,67	207,36	180	Макароны отварные	332
													сметаной	
0,96	25,68	184,40	116,64		0,024	11,12		13,28	4,48	4,20	100,80	200/5	Рассольник Ленинградский со	132
													ОБЕД	
5,3	32,30	323,5	212,90		0,2	104,80	0,2	54,60	29,42	22,10	524,30		итого:	
0,6	9,9	25,5	6,6				0,I	24,2	0,4	3,8	113,3	50	Батон витаминизированный	
0,3	3	8,2	35,0		0, I	0,2		26,0	8,0	3,8	150	200	Какао на молоке	693
0,4	12,6	133,5	128,8			0,6	0, I	ı	4,02	3,9	54	15	Сыр	
I	6,8	156,3	42,5		0, I	104		4,4	17,0	10,6	207	110/10	Омлет натуральный	340
													3ABTPAK	
					p. **	¥					ккал			
											ность			
								2			цен-			блюд
								воды,	2	2	ческая			туры
Fe	Mg	P	Ca	E	A	C	$B_I$	Угле-	Жиры	Белки,	гети-	порции		peyen
a (mn	вещество	Минеральные вещества (мп)	Минер		Витамины (мп)	Витами		став, г	Химический состав, г	Химич	Энер-	Macca	Наименование блюд	Ŋō.
												1		;

			639	297	461	132				692			302				блюд	туры	peyen	No
итого:	Фрукты свежие	Хлеб пшеничный, ржаной	Компот из сухофруктов	Греча рассыпчатая	Тефтели	Рассольник Ленинградский со сметаной	ОБЕД	ИТОГО:	Батон витаминизированный	Кофейный напиток на молоке	Батон с джемом	Масло сливочное	Каша геркулесовая с маслом	3ABTPAK						Наименование блюд
	100	30/20	200	180	90	200/5			50	200	20/20	20	200/5						порции	Macca
796,16	71	68,40	129	288,36	138,60	100,80		617,30	113,3	134	80	66	224		ккал	ность	цен-	ческая	гети-	Энер-
25,56	0,6	3,6	0,6	9,27	7,29	4,20		20,25	3,8	2,36	6,63	0,16	7,30					2	Белки,	Химич
25,63	0,6	0,48		7,47	12,60	4,48		29,17	0,4	1,6	2,27	14,5	10,4					2	Жиры	Химический состав, г
122,21	15,6	21,6	31,6	38,34	1,79	13,28		83,96	24,2	27,5	6,8	0,26	25,2				2	воды,	Угле-	<i>став, г</i>
0,41		0,3		0,018	0,09	1 *1		0,4	0, I		0, I	0,1	0, I						$B_I$	
18,54	4,5		0,4	2,52		11,12		13,2		9,9	2,0		1,3						C	Витамины (мп)
0,022	0, I		0, I			0,024		0,2				0,1	0,1						A	іны (мп)
																			E	
336,99	15,7	10	44,8	109,17	40,68	116,64		232,0	6,6	84,0	4,8	7,8	128,8						Ca	Мине
336,99   452,59	22,3	34,6	6	114,21	91,08	184,40		330,0	25,5	134,1	17,3	27,4	125,7						P	Минеральные вещества (мп)
75,33	2	7	6	23,85	10,80	25,68		57,6	9,9	12,1	4,2	9,9	21,5						Mg	зеществи
7,32	0,5	0,6	1,3	3,87	0,09	0,96		3,I	0,6	1,2		0,7	0,6						Fe	и (мп)

И	X	648 K	520 II	437 I	139 C	q			I.	В	685 4	0	22 A	302 K				блюд	туры	peyen	i
итого:	Хлеб пшеничный, ржаной	Кисель витаминизированный	Пюре картофельное	Гуляш	Суп гороховый с картофелем	Фасоль	ОБЕД		ИТОГО:	Батон витаминизированный	Чай с сахаром	Сыр	Яйцо варёное	Каша пшённая с маслом	3ABTPAK						TRESCHOOLING OTTOO
	30/20	200	180	90/50	200	30				50	200	15	I mm.	200/5			-			порции	TATULLU
709,56	68,40	129,0	150,66	202,50	123,20	298			574,63	113,3	35	54	63	309,33		ккал	ность	цен-	ческая	гети-	Juch-
53,67	3,6	0,6	3,40	20,48	4,59	21			23,74	3,8	0,0	3,9	5,7	10,34					2	Белки,	LUMMIL
27,57	0,48		5,51	15,30	4,28	2			17,34	0,4	0,0	4,02	5,4	7,52					8	Жиры	Aumureckuu cociiuo, c
144,85	21,6	31,6	22,32	5,77	16,56	47			96,10	24,2	9,1	ı	10,4	52,5				2	воды,	Угле-	muo, c
6,06	0,3		0,09	0,09	0,08	0,5		,	0,4	0, I		0, I		0,2						$B_I$	
9,09		0,4	5,85	1,08	1,76				11,20		9,9	0,0		1,3						C	Витимины (мп)
0,59		0,1	0,09		0,4			,	0,2				0,I	0, I						A	HOL MILL
																				E	
272,3	10	44,8	49,95	113,31	54,24				240,46	6,6	84,0	0,26	22	127,6						Ca	Танпы
384,49 197,34	34,6	6	115,38	113,31 165,87	62,64				469,70	25,5	134,1	0,0	76,8	233,3						P	минериновое вещества (ми)
197,34	7	6	32,67	32,67	16,00	103		ļ	49,10	9,9	12,1	0,0	4,8	22,3						Mg	senteciner
3,24	0,6	I,3	1,17	0,09	0,08				4,63	0,6	1,2	0,03	I	1,8						Fe	(MII)

4,6	96,6	76,6	461,80		2,8	56,0	0,5	110,71	22,35	22,49	783,2		итого:	
0,6	7	34,6	10				0,3	21,6	0,48	3,6	68,40	30/20	Хлеб пшеничный, ржаной	
1,3	6	6	44,8		0,1	0,4		31,6		0,6	129	200	Компот из сухофруктов	639
0,6	5,9	122,3	109,6		0,1			36,6	4,8	3,73	207	200	Рис припущенный	297
0,3	15,2	239,7	112,5			15,9	0,1	4,43	9,19	11,3	234	100/10	Рыба запечённая с овощами	382
1,2	25,6	28,3	53,2		1,3	35,1	0,1	14,5	7,22	2,78	134	250/10	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	110
0,6	16,9	30,9	29,0		1,3	4,6		1,98	0,66	0,48	10,8	30	Зелёный горошек консервированный	
													ОБЕД	
3,0	70,8	541,1	468,50		0,4	12,3	0,3	89,8	20,18	39,54	641,30		ИТОГО:	
0,6	9,9	25,5	6,6				0,1	24,2	0,4	3,8	113,3	50	Батон витаминизированный	
0,3	w	8,2	35,0		0,I	0,2		26,0	8,0	3,8	150	200	Какао на молоке	693
0,4	12,6	133,5	128,8			0,6	0,1		2,68	2,6	36	10	Сыр	
													сгущённым молоком	
1,7	45,3	373,9	298,1		0,3	11,5	0, I	39,6	9,10	29,34	342	150	Запеканка творожная со	366
													3ABTPAK	
											ккал			
											ность	-		
								2			цен-			блюд
								воды,	2	2	ческая			туры
Fe	Mg	P	Ca	E	A	C	$B_I$	Угле-	Жиры	Белки,	гети-	порции		peyen
a (mn)	<i>еществ</i>	Минеральные вещества (мп)	Минер		ны (мп)	Витамины (мп)		:maв, г	Химический состав, г	Химиче	Энер-	Macca	Наименование блюд	Ν̄ο

№         Наименование бянод банод бан	6,21	100,33	<b>409,17</b>   <b>421,51</b>   100,33	409,17		10,59	56,79	0,4	123,46	82,15	48,06	793,91		ИТОГО:	
Наименование блюо         Масса         Энер- порнии         Химический состав, г чен- ноствь         Витамины (мп)         Минеральные вещества воды, г         Витамины (мп)         Минеральные вещества           ЗАВТРАК         1005         233,33         5.76         8,4         33,4         0,1         1,3         0,1         128,8         125,7         21,5           Каша ячневая с маслом         2005         233,33         5,76         8,4         33,4         0,1         1,3         0,1         128,8         125,7         21,5           Каша ячневая с маслом         200         134         2,36         1,6         14,5         0,26         0,1         1,3         0,1         128,8         125,7         21,5           Каша ячневая с маслом         200         134         2,36         1,6         14,5         0,2         0,1         1,3         0,1         128,8         123,7         21,5           Каша ячневая с маслом         200         134         2,36         1,6         27,5         0,1         1,3         0,1         128,8         123,7         21,5           Ката в правиний на питаминизированный         50         113,3         3,8         0,4         24,9         85,36         11,20	0,6	7	34,6	10				0,3	21,6	0,48	3,6	68,40	30/20	Хлеб пшеничный, ржаной	
Наименование блюо         Масса гети- порции         Энер- гети- ческая г г г г г г г г г г г г г г г г г г г	1,3	6	6	44,8		0,1	0,4		31,6		0,6	129,0	200	Напиток из кураги	
Наименование блюд         Масса порции         Энер- дети гети гети гети гети гети гети гети г	2,23	34,11	324,55	203,57		0,09	2,23	0,018	62,14	22,59	19,78	424,11	250	Жаркое по-домашнему	
Наименование блюд         Масса         Энер- пориии         Хімический состав, г гети.         Витамины (мп)         Витамины (мп)         Минеральные вещества           3.4ВТРАК         100/5         233,33         5,76         8,4         33,4         0,1         1,3         0,1         128,8         125,7         21,5           Каша ячневая с маслом         200/5         233,33         5,76         8,4         33,4         0,1         1,3         0,1         128,8         125,7         21,5           Кофейный напиток на молюке         200         134         2,36         1,6         27,5         9,9         84,0         134,1         12,1           ИТОГО:         546,63         12,08         24,9         85,36         11,20         0,2         227,20         312,70         53,4           Сельдь с/с         60         564         20,4         52,8         1,2         0,0         11,20         0,2         227,20         312,70         53,4           Сельдь с/с         60         564         20,4         52,8         1,2         0,0         10,0         108,24         13,00         35,3           101/1         30,0         30,0         30,0         30,0         30,0														сметаной	
Наименование блюд         Масса         Энер- порчии сети. 2 ети. 3 ети.	0,64	17,92	43,36			10,4	54,16	0,08	6,92	6,28	3,68	116	200/5	Щи из свежей капусты со	
Наименование блюд         Масса порции         Энер- гети- ческая         Жимический состав, г Белки, Жиры         Угле- воды, гети- ность ность ккал         Ви с гети- гети- ность ккал         Витамины (мп)         Минеральные вещества ( Р. Са         Р. Ма           3ABTPAК         200/5         233,33         5,76         8,4         33,4         0,1         1,3         0,1         128,8         125,7         21,5           Массо сливовонное Кофейный напиток на молюке Ватон витаминизированный         200         134         2,36         1,45         0,26         0,1         1,3         0,1         128,8         125,7         21,5           МПОО:         546,63         12,08         24,9         85,36         11,20         0,2         227,20         312,70         53,4           ОБЕД         4         4         4         24,2         0,1         1,3         0,1         227,20         312,70         53,4	1,44	35,3	13,00	108,24			0,0		1,2	52,8	20,4	564	60	Сельдь с/с	
Наименование блюо       Масса       Энер-порции       Химический состав, г       Витамины (мп)       Витамины (мп)       Минеральные вещества (мп)         в стат в давтрак       порции       гети ческая       г       г       воды, ветки       Киры Угле- Ві       С       А       Е       Са       Р       Мд         в стат в давтрак       ность ккал       г        г <t< td=""><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>ОБЕД</td><td></td></t<>														ОБЕД	
Наименование блюд         Масса порции         Энер- порции         Химический состав, г         Витамины (мп)         Минеральные вещества (ма)         Минеральные вещества (ма)         Минеральные вещества (ма)         Угле- ва (ма)         В1         С         А         Е         Са         Р         Мд         В         Мд         Витамины (мп)         Минеральные вещества (ма)         Ма         Ва (ма)         Витамины (мп)         Минеральные вещества (ма)         Ва (ма)         Ва (ма)         Ва (ма)         Витамины (мп)         Минеральные вещества (ма)         Ва (ма															
Наименование блюд         Масса порции         Энер порции         Химический состав, г воды, чегкая г воды, чегкая г воды, чегкая г воды, метал выполний выпол	3,1	53,4		227,20		0,2	11,20		85,36	24,9	12,08	546,63		итого:	
Наименование блюд         Масса         Энер-порции         Химический состав, г         Витамины (мп)         Минеральные вещества (мп)         Минеральные вещества (вещества (мп))         Минеральные вещества (вещества (мп))         Минеральные вещества (мп)         Минеральные вещества (мп)         Минеральные вещества (мп)         Угле- воды, в оды, в оды в оды в оды в оды в оды, в оды в	0,6	9,9	25,5	6,6				0,1	24,2	0,4	3,8	113,3	50	Батон витаминизированный	_
Наименование блюд         Масса         Энер- порции         Химический состав, г неская         Угле- г г г         Витамины (мп)         Минеральные вещества (маста)         Минеральные вещества (маста)         Минеральные вещества (маста)         Кары         Угле- воды,         Вг         С         А         Е         Са         Р         Мд           Каша ячневая с маслом         200/5         233,33         5,76         8,4         33,4         0,1         1,3         0,1         7,8         27,4         9,9           Масло сливочное         20         66         0,16         14,5         0,26         0,1         0,1         7,8         27,4         9,9	1,2	12,1					9,9		27,5	1,6	2,36	134	200	Кофейный напиток на молоке	
Наименование блюд         Масса порции         Энер- порции         Химический состав, г витамины (мп)         Витамины (мп)         Минеральные вещества (мп)	0,7	9,9	27,4	7,8		0,1		0,1	0,26	14,5	0,16	66	20	Масло сливочное	
Наименование блюд         Масса         Энер-         Химический состав, г         Витамины (мп)         Минеральные вещества (           порции         гети-         Белки, ческая $2$ воды, г $2$	0,6	21,5	125,7	128,8		0,1	1,3	0,1	33,4	8,4	5,76	233,33	200/5	Каша ячневая с маслом	-
Наименование блюд         Масса         Энер-         Химический состав, г         Витамины (мп)         Минеральные вещества (           порции         гети-         Белки, Велки, Ческая         Угле-         ВІ         С         А         Е         Са         Р         Мд           ность         ккал         ккал         воды, г         г         воды, г         г         в														3ABTPAK	
Наименование блюд         Масса         Энер-         Химический состав, г         Витамины (мп)         Минеральные вещества (           порции         гети-         Белки, ческая         г         воды, г         воды, г         в ван на порции         в ван на порции<												ккал			
Наименование блюд         Масса         Энер-         Химический состав, г         Витамины (мп)         Минеральные вещества (           порции         гети-         Белки, ческая $2$ воды, г $2$							4.					ность			
Наименование блюд       Масса       Энер-       Химический состав, г       Витамины (мп)       Минеральные вещества (         порции       гети-       Белки, ветина       Жиры       Угле-       В       С       А       Е       Са       Р       Мд									2			цен-			блюд
Наименование блюд Масса Энер- Химический состав, г Витамины (мп) Минеральные вещества ( порции гети- Белки, Жиры Угле- В <sub>I</sub> С А Е Са Р Мg									воды,	~	2	ческая			туры
Наименование блюд Масса Энер- Химический состав, г Витамины (мп)	Fe	Mg	P	Ca	נדז	A	C	$B_I$	Угле-	Жиры	Белки,	гети-	порции		peyen
	(mn)	ещества	зальные в	Минер		ны (мп)	Витами		гтав, г	еский сос	Химич	Энер-	Macca	Наименование блюд	δō