

Утверждено
генеральным директором
АО «Государственный комбинат питания»
Г.А.Пановым



Согласовано
директором
школы (лицея, гимназии) № _____

(фамилия, имя, отчество)

(подпись)

М.П.

**Примерное 15-дневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд
для учащихся 1-4 классов в общеобразовательных учреждениях
с категориями дети с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды
с заболеванием сахарный диабет
на период 2022-2023 учебного года
(двухразовое питание для 1-й и 2-й смены за счёт бюджетных средств)**

Дата подписания « 30 » августа 2022 г.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	ХЕ (хлебные единицы) 1 ХЕ = 10 г углеводов
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1								
День 1								
Завтрак	Овощи натуральные свежие (помидоры) или Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	№71-2015г.	0
	Филе цыплёнка запечённое	20	0,41	0,58	1,96	14,72	№306-2015г.	0
	Макаронные изделия отварные	90	30,96	6,84	11,88	232,47	ТТК №18	1
	Чай с лимоном (без сахара)	150	5,52	4,52	26,45	168,45	№309-2015г.	3
	Хлеб ржано-пшеничный	200/7	0,20	0,00	0,20	1,00	№686-2004г.	0
	Итого за завтрак	16	1,38	0,21	7,23	36,48	ПР	1
			38,71	11,68	48,04	451,60		5
			38,46	12,15	47,71	453,12		5
Завтрак (2-й вариант)	Овощи натуральные свежие (помидоры) или Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	№71-2015г.	0
	Пельмени мясные отварные с маслом	20	0,41	0,58	1,96	14,72	№306-2015г.	0
	Чай (без сахара)	200/8	12,16	24,61	39,71	428,90	№392-2015г.	4
	Хлеб ржано-пшеничный	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Итого за завтрак (2-й вариант)	15	1,29	0,20	6,78	34,20	ПР	1
			14,31	24,92	48,77	477,30		5
			14,07	25,39	48,45	478,82		5
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	2,03	6,45	8,26	105,95	№88-2015г.	1
	Котлета из свинины	40	5,39	11,13	5,67	145,60	№268-2015г.	1
	Чай (без сахара)	90	2,19	3,22	22,01	125,82	№304-2015г.	2
	Хлеб ржано-пшеничный	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Итого за обед	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР	1
			11,53	21,06	44,98	423,97		4
Итого за день(1-я смена)			50,24	32,75	93,02	875,57		9
			49,99	33,21	92,70	877,09		9
Итого за день(2-й вариант)(1-я смена)			25,84	45,99	93,76	901,27		9
			25,59	46,45	93,43	902,79		9

Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	2,03	6,45	8,26	105,95	№88-2015г.	1
	Котлета из свинины	75	10,11	20,87	10,64	273,00	№268-2015г.	1
	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,80	№304-2015г	2
	Биойогурт питьевой "Славянский"	150	4,50	3,75	22,95	144,00	№386-2015г.	2
	Батон	20	1,60	0,60	10,80	56,00	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	31	2,67	0,40	14,01	70,68	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			<i>23,34</i>	<i>35,65</i>	<i>91,12</i>	<i>789,43</i>		<i>9</i>
Полдник	Бутерброд с маслом	4/18	1,47	3,44	9,77	76,80	№1-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Фрукт свежий (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	№338-2015г	2
<i>Итого за полдник</i>			<i>2,47</i>	<i>4,24</i>	<i>29,37</i>	<i>171,80</i>		<i>3</i>
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			<i>25,81</i>	<i>39,89</i>	<i>120,49</i>	<i>961,23</i>		<i>12</i>

День 2								
Завтрак	Запеканка из творога с молоком сгущённым <i>или Пудинг творожный "Вкусняшка" ванильный с маслом</i>	150/8	26,25	28,90	24,82	463,80	№223-2015г.	2
		175/7	18,96	24,33	43,49	467,43	ГТК №23	4
	Кофейный напиток с молоком (без сахара)	200	3,17	2,68	4,01	52,80	№379-2015г.	0
<i>Итого за завтрак</i>			29,42	31,58	28,84	516,60		3
			22,12	27,00	47,51	520,23		5
Обед	Овощи натуральные свежие (огурцы) <i>или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)</i>	50	0,35	0,05	0,95	6,00	№71-2015г.	0
		20	0,58	0,54	1,16	11,84	№306-2015г.	0
	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114,00	№97-2015г.	2
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	120/8	7,08	7,64	31,89	224,00	№171-2015г.	3
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			12,12	10,84	61,01	402,00		6
			12,35	11,34	61,22	407,84		6
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			41,54	42,42	89,85	918,60		9
			34,47	38,34	108,72	928,07		11
Обед	Овощи натуральные свежие (огурцы) <i>или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)</i>	25	0,18	0,03	0,48	3,00	№71-2015г.	0
		10	0,29	0,27	0,58	5,92	№306-2015г.	0
	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114,00	№97-2015г.	2
	Гуляш из говядины	35/35	10,19	11,75	2,02	154,70	№260-2015г.	0
	Каша рассыпчатая гречневая	125	7,17	5,08	32,20	203,13	№302-2015г.	3
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Батон	19	1,52	0,57	10,26	53,20	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			24,17	20,64	75,39	597,43		8
			24,28	20,89	75,49	600,35		8
Полдник	Бутерброд с сыром	17/5/30	6,38	9,54	16,27	178,88	№3-2015г.	2
	Кофейный напиток с молоком (без сахара)	200	3,17	2,68	4,01	52,80	№379-2015г.	0
<i>Итого за полдник</i>			9,55	12,22	20,28	231,68		2
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			33,72	32,86	95,67	829,11		10
			33,83	33,11	95,77	832,03		10

День 3								
Завтрак	Овощи натуральные свежие (огурцы)	25	0,18	0,03	0,48	3,00	№71-2015г.	0
	или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)	10	0,29	0,27	0,58	5,92	№306-2015г.	0
	Филе горбуши запечённое	60	14,10	5,94	2,28	119,10	ТТК №15	0
	или филе минтая запечённое	60	10,56	3,72	2,28	85,20	ТТК №16	0
	Пюре картофельное	100	2,04	3,20	13,63	91,50	№312-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	27	2,32	0,35	12,20	61,56	ПР	1
	Фрукт свежий (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	№338-2015г	2
<i>Итого за завтрак</i>			19,64	10,32	48,19	370,16		5
			16,21	8,34	48,29	339,18		5
Обед	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.	1
	Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины)	40	5,60	8,88	5,60	124,48	ТТК №26	1
	Макаронные изделия отварные	90	3,31	2,71	15,87	101,07	№309-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	22	1,89	0,29	9,94	50,16	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			13,02	16,97	43,39	383,96		4
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			32,66	27,28	91,58	754,12		9
			29,23	25,31	91,68	723,14		9
Обед	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	№71-2015г.	0
	или Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная)	20	0,41	0,58	1,96	14,72	№306-2015г.	0
	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.	1
	Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины)	90	12,60	19,98	12,60	280,08	ТТК №26	1
	Макаронны отварные с сыром	120/6/10	6,90	7,81	25,58	200,80	№204-2015г.	3
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Батон	20	1,60	0,60	10,80	56,00	ПР	1
Хлеб ржано-пшеничный	23	1,98	0,30	10,40	52,44	ПР	1	
<i>Итого за обед</i>			25,96	33,90	73,64	710,77		7
			25,71	34,36	73,32	712,29		7
Полдник	Бутерброд с маслом	4/18	1,47	3,44	9,77	76,80	№1-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Фрукт свежий (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	№338-2015г	2
<i>Итого за полдник</i>			2,47	4,24	29,37	171,80		3
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			28,43	38,14	103,01	882,57		10
			28,18	38,60	102,69	884,09		10

День 4								
Завтрак	Овощи натуральные свежие (огурцы)	30	0,21	0,03	0,57	3,60	№71-2015г.	0
	Бефстроганов	40/40	12,16	18,48	4,10	232,00	№250-2015г.	0
	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,80	№304-2015г	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	18	1,55	0,23	8,14	41,04	ПР	1
<i>Итого за завтрак</i>			<i>16,55</i>	<i>22,33</i>	<i>37,26</i>	<i>417,44</i>		<i>4</i>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью* <i>или овощи натуральные свежие (огурцы)</i>	50	0,66	1,62	3,23	30,20	№45-2015г.	0
		15	0,11	0,02	0,29	1,80	№71-2015г.	0
	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.	1
	Жаркое по-домашнему (свинина)	30/75	7,38	17,70	9,95	229,80	№259-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	18	1,55	0,23	8,14	41,04	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			<i>12,17</i>	<i>24,64</i>	<i>34,31</i>	<i>419,04</i>		<i>3</i>
			<i>11,62</i>	<i>23,03</i>	<i>31,36</i>	<i>390,64</i>		<i>3</i>
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			<i>28,72</i>	<i>46,96</i>	<i>71,57</i>	<i>836,48</i>		<i>7</i>
			<i>28,17</i>	<i>45,35</i>	<i>68,62</i>	<i>808,08</i>		<i>7</i>
Обед	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.	1
	Жаркое по-домашнему (свинина)	50/125	12,30	29,50	16,58	383,00	№259-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Батон	20	1,60	0,60	10,80	56,00	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	26	2,24	0,34	11,75	59,28	ПР	1
	Фрукт свежий (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	№338-2015г	2
<i>Итого за обед</i>			<i>19,52</i>	<i>36,32</i>	<i>71,73</i>	<i>710,28</i>		<i>7</i>
Полдник	Бутерброд с сыром (без масла)	4/24	2,85	1,90	12,96	81,76	№3-2015г.	1
	Биойогурт питьевой "Славянский"	150	4,50	3,75	22,95	144,00	ПР	2
<i>Итого за полдник</i>			<i>7,35</i>	<i>5,65</i>	<i>35,91</i>	<i>225,76</i>		<i>4</i>
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			<i>26,87</i>	<i>41,97</i>	<i>107,64</i>	<i>936,04</i>		<i>11</i>

День 5								
Завтрак	Котлета (особая) из говядины и свинины	65	10,88	11,92	8,53	187,20	№269-2015г.	1
	Макаронные изделия отварные	110	4,05	3,31	19,39	123,53	№309-2015г.	2
	Биойогурт питьевой "Славянский"	150	4,50	3,75	22,95	144,00	ПР	2
	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,20	ПР	1
<i>Итого за завтрак</i>			<i>20,72</i>	<i>19,18</i>	<i>57,65</i>	<i>488,93</i>		<i>6</i>
Обед	Овощи натуральные свежие (помидоры) или Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная)	35	0,39	0,07	1,33	7,70	№71-2015г.	0
		10	0,21	0,29	0,98	7,36	№306-2015г.	0
	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,93	5,67	11,11	111,85	№82-2015г.	1
	Плов "Школьный" из цыплят-бройлер	20/50	7,00	7,05	12,25	140,35	ТТК №20	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	17	1,46	0,22	7,68	38,76	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			<i>10,98</i>	<i>13,01</i>	<i>32,38</i>	<i>299,66</i>		<i>3</i>
			<i>10,80</i>	<i>13,23</i>	<i>32,03</i>	<i>299,32</i>		<i>3</i>
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			<i>31,70</i>	<i>32,19</i>	<i>90,03</i>	<i>788,59</i>		<i>9</i>
			<i>31,52</i>	<i>32,41</i>	<i>89,68</i>	<i>788,25</i>		<i>9</i>
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,93	5,67	11,11	111,85	№82-2015г.	1
	Плов "Школьный" из цыплят-бройлер	60/150	21,00	21,15	36,75	421,05	ТТК №20	4
	Напиток ягодный (из компотной смеси) (без сахара)	200	0,70	0,00	5,20	23,60	ТТК №89	1
	Батон	20	1,60	0,60	10,80	56,00	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,44	0,52	18,08	91,20	ПР	2
<i>Итого за обед</i>			<i>28,67</i>	<i>27,94</i>	<i>81,94</i>	<i>703,70</i>		<i>8</i>
Полдник	Бутерброд с маслом	4/18	1,47	3,44	9,77	76,80	№1-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Фрукт свежий (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	№338-2015г	2
<i>Итого за полдник</i>			<i>2,47</i>	<i>4,24</i>	<i>29,37</i>	<i>171,80</i>		<i>3</i>
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			<i>31,14</i>	<i>32,18</i>	<i>111,31</i>	<i>875,50</i>		<i>11</i>

Неделя 2								
День 1								
Завтрак	Бутерброд с сыром	20/8/24	6,62	12,42	13,06	192,80	№3-2015г.	1
	Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом сливочным	200/5	8,16	6,97	40,03	256,00	№173-2015г.	4
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Груша свежая (порция)	140	0,56	0,42	14,42	65,80	№338-2015г	1
<i>Итого за завтрак</i>			<i>15,54</i>	<i>19,81</i>	<i>67,51</i>	<i>515,60</i>		<i>7</i>
Обед	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114,00	№97-2015г.	2
	Котлета "Дальневосточная" из минтая/горбуши и свинины	40	4,75	6,61	6,72	105,44	ТТК №25	1
	Рис отварной	105	2,56	3,76	25,68	146,79	№304-2015г	3
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	22	1,89	0,29	9,94	50,16	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			<i>11,74</i>	<i>13,49</i>	<i>59,21</i>	<i>417,39</i>		<i>6</i>
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			<i>27,28</i>	<i>33,30</i>	<i>126,73</i>	<i>932,99</i>		<i>13</i>
Обед	Овощи натуральные свежие (помидоры) или Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная)	55	0,61	0,11	2,09	12,10	№71-2015г.	0
		15	0,31	0,44	1,47	11,04	№306-2015г.	0
	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,87	114,00	№97-2015г.	2
	Котлета "Дальневосточная" из минтая/горбуши и свинины	90	10,68	14,88	15,12	237,24	ТТК №25	2
	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,80	№304-2015г	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Батон	15	1,20	0,45	8,10	42,00	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	32	2,75	0,42	14,46	72,96	ПР	1
	Груша свежая (порция)	70	0,28	0,21	7,21	32,90	№338-2015г	1
<i>Итого за обед</i>			<i>20,49</i>	<i>22,48</i>	<i>88,31</i>	<i>652,00</i>		<i>9</i>
			<i>20,20</i>	<i>22,80</i>	<i>87,69</i>	<i>650,94</i>		<i>9</i>
Полдник	Бутерброд с сыром	25/8/28	8,10	14,02	15,22	222,20	№3-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
<i>Итого за полдник</i>			<i>8,30</i>	<i>14,02</i>	<i>15,22</i>	<i>223,20</i>		<i>2</i>
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			<i>28,80</i>	<i>36,49</i>	<i>103,53</i>	<i>875,20</i>		<i>10</i>
			<i>28,50</i>	<i>36,82</i>	<i>102,91</i>	<i>874,14</i>		<i>10</i>

День 2									
Завтрак	Бутерброд с рыбой красной сл/с	17/20	5,43	2,73	10,80	90,34	ТТК №54	1	
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	50	7,61	11,10	7,66	161,00	№295-2015г.	1	
	Макаронные изделия отварные	110	4,05	3,31	19,39	123,53	№309-2015г.	2	
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0	
	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,29	0,20	6,78	34,20	ПР	1	
<i>Итого за завтрак</i>			<i>18,57</i>	<i>17,33</i>	<i>44,63</i>	<i>410,07</i>		<i>4</i>	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,90	5,70	8,08	97,85	№88-2015г.	1	
	Филе горбуши запечённое	30	7,05	2,97	1,14	59,55	ТТК №15	0	
	Пюре картофельное	90	1,84	2,88	12,26	82,35	№312-2015г.	1	
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР	1	
<i>Итого за обед</i>			<i>13,13</i>	<i>11,88</i>	<i>32,79</i>	<i>297,75</i>		<i>3</i>	
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			<i>31,70</i>	<i>29,21</i>	<i>77,42</i>	<i>707,82</i>		<i>8</i>	
Обед	Овощи натуральные свежие (огурцы) или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)	60	0,42	0,06	1,14	7,20	№71-2015г.	0	
		25	0,72	0,68	1,45	14,80	№306-2015г.	0	
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,90	5,70	8,08	97,85	№88-2015г.	1	
	Филе горбуши запечённое	70	16,45	6,93	2,66	138,95	ТТК №15	0	
	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,80	№312-2015г.	2	
	Напиток ягодный (из компотной смеси) (без сахара)	200	0,70	0,00	5,20	23,60	ТТК №89	1	
	Батон	20	1,60	0,60	10,80	56,00	ПР	1	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР	1	
	<i>Итого за обед</i>			<i>25,67</i>	<i>17,46</i>	<i>55,53</i>	<i>490,40</i>		<i>6</i>
				<i>25,97</i>	<i>18,08</i>	<i>55,84</i>	<i>498,00</i>		<i>6</i>
Полдник	Бутерброд с сыром	12/4/22	4,58	7,10	11,93	131,68	№3-2015г.	1	
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0	
	Груша свежая (порция)	70	0,28	0,21	7,21	32,90	№338-2015г	1	
<i>Итого за полдник</i>			<i>5,06</i>	<i>7,31</i>	<i>19,14</i>	<i>165,58</i>		<i>2</i>	
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			<i>30,72</i>	<i>24,77</i>	<i>74,68</i>	<i>655,98</i>		<i>7</i>	
			<i>31,02</i>	<i>25,39</i>	<i>74,98</i>	<i>663,58</i>		<i>7</i>	

День 3								
Завтрак	Икра кабачковая	45	1,23	3,23	6,55	60,21	ПР	1
	Плов "Школьный" из филе цыплят	50/125	17,50	17,63	30,63	350,88	ТТК №20	3
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	14	1,20	0,18	6,33	31,92	ПР	1
	Апельсин свежий (порция)	140	1,26	0,28	11,34	60,20	№338-2015г	1
<i>Итого за завтрак</i>			<i>21,39</i>	<i>21,32</i>	<i>54,84</i>	<i>504,21</i>		<i>5</i>
Обед	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	№102-2015г.	2
	Запеканка из творога с маслом сливочным	60/2	10,49	10,69	9,91	177,60	№223-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			<i>18,33</i>	<i>16,29</i>	<i>37,75</i>	<i>383,85</i>		<i>4</i>
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			<i>39,72</i>	<i>37,61</i>	<i>92,59</i>	<i>888,06</i>		<i>9</i>
Обед	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	№102-2015г.	2
	Запеканка из творога с молоком сгущённым	150/10	26,27	30,35	24,85	477,00	№223-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Батон	15	1,20	0,45	8,10	42,00	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	27	2,32	0,35	12,20	61,56	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			<i>35,48</i>	<i>36,42</i>	<i>61,69</i>	<i>729,81</i>		<i>6</i>
Полдник	Бутерброд с маслом	5/19	1,56	4,20	10,33	86,20	№1-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Апельсин свежий (порция)	140	1,26	0,28	11,34	60,20	№338-2015г	1
<i>Итого за полдник</i>			<i>3,02</i>	<i>4,48</i>	<i>21,67</i>	<i>147,40</i>		<i>2</i>
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			<i>38,50</i>	<i>40,90</i>	<i>83,35</i>	<i>877,21</i>		<i>8</i>

День 4								
Завтрак	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	7,20	№71-2015г.	0
	или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)	25	0,72	0,68	1,45	14,80	№306-2015г.	0
	Филе минтая запечённое	90	15,84	5,58	3,42	127,80	ТТК №16	0
	Картофель тушёный по-домашнему	115	1,96	4,03	14,72	102,81	ТТК №13	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	22	1,89	0,29	9,94	50,16	ПР	1
<i>Итого за завтрак</i>			20,31	9,95	29,22	288,97		3
			20,61	10,57	29,53	296,57		3
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,93	5,67	11,11	111,85	№82-2015г.	1
	Филе цыплёнка тушёное	25/25	7,80	4,20	1,65	75,60	ТТК №48	0
	Макаронные изделия отварные	110	4,05	3,31	19,39	123,53	№309-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	16	1,38	0,21	7,23	36,48	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			15,35	13,39	39,39	348,46		4
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			35,66	23,34	68,61	637,43		7
			35,96	23,96	68,92	645,03		7
Обед	Овощи натуральные свежие (помидоры)	50	0,55	0,10	1,90	11,00	№71-2015г.	0
	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,93	5,67	11,11	111,85	№82-2015г.	1
	Филе цыплёнка тушёное	40/40	12,48	6,72	2,64	120,96	ТТК №48	0
	Макаронные изделия отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,30	№309-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Батон	15	1,20	0,45	8,10	42,00	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,41	0,36	12,66	63,84	ПР	1
Апельсин свежий (порция)	140	1,26	0,28	11,34	60,20	№338-2015г.	1	
<i>Итого за обед</i>			23,71	16,59	65,38	523,15		7
Полдник	Бутерброд с сыром (без масла)	4/24	2,85	1,90	12,96	81,76	№3-2015г.	1
	Биойогурт питьевой "Славянский"	150	4,50	3,75	22,95	144,00	ПР	2
<i>Итого за полдник</i>			7,35	5,65	35,91	225,76		4
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			31,06	22,24	101,29	748,91		10

День 5								
Завтрак	Овощи натуральные свежие (огурцы) или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)	35	0,25	0,04	0,67	4,20	№71-2015г.	0
		15	0,43	0,41	0,87	8,88	№306-2015г.	0
	Гуляш из свинины	40/40	8,51	22,55	2,31	247,20	№260-2015г.	0
	Каша рассыпчатая гречневая	115	6,59	4,67	29,63	186,88	№302-2015г.	3
	Биоогурт питьевой "Славянский"	150	4,50	3,75	22,95	144,00	ПР	2
	Хлеб ржано-пшеничный	18	1,55	0,23	8,14	41,04	ПР	1
<i>Итого за завтрак</i>			21,40	31,24	63,69	623,32		6
			21,58	31,62	63,89	628,00		6
Обед	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.	1
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	35	5,33	7,77	5,36	112,70	№295-2015г.	1
	Рис отварной	90	2,19	3,22	22,01	125,82	№304-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			11,46	16,34	48,39	392,37		5
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			32,85	47,59	112,08	1 015,69		11
			33,04	47,96	112,28	1 020,37		11
Обед	Бутерброд с рыбой красной сл/с	10/20	3,85	1,85	10,80	76,20	ГТК №54	1
	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.	1
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	65	9,89	14,43	9,96	209,30	№295-2015г.	1
	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,80	№304-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Батон	15	1,20	0,45	8,10	42,00	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	24	2,06	0,31	10,85	54,72	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			21,66	25,72	76,14	630,27		8
Полдник	Бутерброд с сыром	25/8/28	8,10	14,02	15,22	222,20	№3-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
<i>Итого за полдник</i>			8,30	14,02	15,22	223,20		2
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			29,96	39,73	91,37	853,47		9

Неделя 3								
День 1								
Завтрак	Сыр "Российский" (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,80	№15-2015г.	0
	Омлет натуральный	105	10,70	11,95	1,91	158,00	№210-2015г.	0
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	36	3,10	0,47	16,27	82,08	ПР	2
	Фрукт свежий (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	№338-2015г	2
<i>Итого за завтрак</i>			<i>19,44</i>	<i>19,12</i>	<i>37,78</i>	<i>407,88</i>		<i>4</i>
Завтрак (2-й вариант)	Яйцо варёное	20	2,54	2,30	0,14	31,50	№209-2015г.	0
	Филе цыплёнка тушёное	50/50	15,60	8,40	3,30	151,20	ТТК №48	0
	Макаронные изделия отварные	120	4,41	3,61	21,16	134,76	№309-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР	1
	Фрукт свежий (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	№338-2015г	2
<i>Итого за завтрак (2-й вариант)</i>			<i>25,27</i>	<i>15,37</i>	<i>53,24</i>	<i>458,06</i>		<i>5</i>
Обед	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	№102-2015г.	2
	Котлета (особая) из говядины и свинины	25	4,19	4,59	3,28	72,00	№269-2015г.	0
	Каша рассыпчатая гречневая	90	5,16	3,66	23,18	146,25	№302-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	17	1,46	0,22	7,68	38,76	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			<i>16,50</i>	<i>13,73</i>	<i>50,68</i>	<i>406,26</i>		<i>5</i>
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			<i>35,93</i>	<i>32,85</i>	<i>88,47</i>	<i>814,14</i>		<i>9</i>
<i>Итого за день(2-й вариант)(1-я смена)</i>			<i>41,77</i>	<i>29,10</i>	<i>103,92</i>	<i>864,32</i>		<i>10</i>
Обед	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	№71-2015г.	0
	<i>или Бобовые отварные (кукуруза сахарная консервированная)</i>	20	<i>0,41</i>	<i>0,58</i>	<i>1,96</i>	<i>14,72</i>	№306-2015г.	0
	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	№102-2015г.	2
	Котлета (особая) из говядины и свинины	60	10,04	11,00	7,87	172,80	№269-2015г.	1
	Каша рассыпчатая гречневая	130	7,45	5,28	33,49	211,25	№302-2015г.	3
	Напиток из плодов шиповника (без сахара)	200	0,68	0,28	0,80	8,20	№388-2015г.	0
	Батон	15	1,20	0,45	8,10	42,00	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР	1
	<i>Итого за обед</i>			<i>27,67</i>	<i>22,73</i>	<i>80,38</i>	<i>652,70</i>	
			<i>27,42</i>	<i>23,19</i>	<i>80,05</i>	<i>654,22</i>		<i>8</i>

Полдни к	Бутерброд с маслом	4/18	1,47	3,44	9,77	76,80	№1-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Фрукт свежий (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	№338-2015г	2
<i>Итого за полдник</i>			<i>2,47</i>	<i>4,24</i>	<i>29,37</i>	<i>171,80</i>		<i>3</i>
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			<i>30,15</i>	<i>26,97</i>	<i>109,75</i>	<i>824,50</i>		<i>11</i>
			<i>29,90</i>	<i>27,43</i>	<i>109,43</i>	<i>826,02</i>		<i>11</i>

День 2								
Завтрак	Бутерброд с рыбой красной сл/с	15/26	5,46	2,66	14,04	103,10	ТТК №54	1
	Котлета из свинины	65	8,76	18,08	9,22	236,60	№268-2015г.	1
	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,80	№304-2015г	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
<i>Итого за завтрак</i>			<i>16,85</i>	<i>24,32</i>	<i>47,71</i>	<i>480,50</i>		<i>5</i>
Обед	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.	1
	Филе цыплёнка запечённое	30	10,32	2,28	3,96	77,49	ТТК №18	0
	Картофель тушёный по-домашнему	100	1,70	3,50	12,80	89,40	ТТК №13	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,63	0,25	8,59	43,32	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			<i>16,24</i>	<i>11,10</i>	<i>38,34</i>	<i>328,21</i>		<i>4</i>
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			<i>33,09</i>	<i>35,43</i>	<i>86,06</i>	<i>808,71</i>		<i>9</i>
Обед	Овощи натуральные свежие (огурцы)	25	0,18	0,03	0,48	3,00	№71-2015г.	0
	<i>или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)</i>	10	0,29	0,27	0,58	5,92	№306-2015г.	0
	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	117,00	№111-2015г.	1
	Филе цыплёнка "Пикантное"	100	21,08	12,31	1,85	202,31	ТТК №81	0
	Картофель тушёный по-домашнему	100	1,70	3,50	12,80	89,40	ТТК №13	1
	Компот из свежих яблок (без сахара)	200	0,16	0,16	3,93	18,60	№342-2015г.	0
	Батон	15	1,20	0,45	8,10	42,00	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	24	2,06	0,31	10,85	54,72	ПР	1
	<i>Итого за обед</i>			<i>28,76</i>	<i>21,83</i>	<i>50,99</i>	<i>527,03</i>	
			<i>28,87</i>	<i>22,08</i>	<i>51,10</i>	<i>529,95</i>		<i>5</i>
Полдник	Бутерброд с сыром	25/8/28	8,10	14,02	15,22	222,20	№3-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
<i>Итого за полдник</i>			<i>8,30</i>	<i>14,02</i>	<i>15,22</i>	<i>223,20</i>		<i>2</i>
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			<i>37,06</i>	<i>35,85</i>	<i>66,22</i>	<i>750,23</i>		<i>7</i>
			<i>37,18</i>	<i>36,09</i>	<i>66,32</i>	<i>753,15</i>		<i>7</i>

День 3								
Завтрак	Овощи натуральные свежие (огурцы)	40	0,28	0,04	0,76	4,80	№71-2015г.	0
	Жаркое по-домашнему (свинина)	50/125	12,30	29,50	16,58	383,00	№259-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	16	1,38	0,21	7,23	36,48	ПР	1
	Апельсин свежий (порция) или фрукт свежий (мандарин)	140 100	1,26 0,80	0,28 0,20	11,34 7,50	60,20 38,00	№338-2015г. №338-2015г.	1 1
<i>Итого за завтрак</i>			15,42	30,03	35,91	485,48		4
			14,96	29,95	32,07	463,28		3
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,90	5,70	8,08	97,85	№88-2015г.	1
	Котлета из свинины	50	6,74	13,91	7,09	182,00	№268-2015г.	1
	Макаронные изделия отварные	85	3,13	2,56	14,99	95,46	№309-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,63	0,25	8,59	43,32	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			13,60	22,42	38,75	419,63		4
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			29,01	52,44	74,66	905,11		7
			28,55	52,36	70,82	882,91		7
Обед	Бутерброд с рыбой красной сл/с	15/20	4,98	2,48	10,80	86,30	ТТК №54	1
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,90	5,70	8,08	97,85	№88-2015г.	1
	Котлета из свинины	50	6,74	13,91	7,09	182,00	№268-2015г.	1
	Макаронные изделия отварные	100	3,68	3,01	17,63	112,30	№309-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Батон	20	1,60	0,60	10,80	56,00	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	23	1,98	0,30	10,40	52,44	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			21,07	25,99	64,80	587,89		6
Полдник	Бутерброд с маслом	5/19	1,56	4,20	10,33	86,20	№1-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Апельсин свежий (порция) или фрукт свежий (мандарин)	140 100	1,26 0,80	0,28 0,20	11,34 7,50	60,20 38,00	№338-2015г. №338-2015г.	1 1
	<i>Итого за полдник</i>			3,02 2,56	4,48 4,40	21,67 17,83	147,40 125,20	
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			24,09	30,47	86,46	735,29		9
			23,63	30,39	82,62	713,09		8

День 4								
Завтрак	Бутерброд с сыром	17/5/31	6,46	9,57	16,81	181,68	№3-2015г.	2
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	90	13,70	19,98	13,79	289,80	№295-2015г.	1
	Капуста тушёная свежая	150	3,10	4,86	14,14	112,65	№203-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
<i>Итого за завтрак</i>			<i>23,46</i>	<i>34,41</i>	<i>44,73</i>	<i>585,13</i>		<i>4</i>
Обед	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.	1
	Гуляш из свинины или Мясо тушёное (свинина)	20/20	4,26	11,28	1,16	123,60	№260-2015г.	0
		20/20	4,23	11,27	1,02	122,00	№256-2015г.	0
	Рис отварной	95	2,31	3,40	23,23	132,81	№304-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
Хлеб ржано-пшеничный	24	2,06	0,31	10,85	54,72	ПР	1	
<i>Итого за обед</i>			<i>10,85</i>	<i>20,08</i>	<i>47,22</i>	<i>419,38</i>		<i>5</i>
			<i>10,83</i>	<i>20,07</i>	<i>47,09</i>	<i>417,78</i>		<i>5</i>
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			<i>34,31</i>	<i>54,49</i>	<i>91,95</i>	<i>1 004,51</i>		<i>9</i>
			<i>34,29</i>	<i>54,48</i>	<i>91,82</i>	<i>1 002,91</i>		<i>9</i>
Обед	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	№96-2015г.	1
	Гуляш из свинины или Мясо тушёное (свинина)	45/45	9,58	25,37	2,60	278,10	№260-2015г.	0
		45/45	9,52	25,35	2,30	274,50	№256-2015г.	0
	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,80	№304-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Батон	15	1,20	0,45	8,10	42,00	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР	1
Апельсин свежий (порция) или фрукт свежий (мандарин)	140	1,26	0,28	11,34	60,20	№338-2015г.		
	100	0,80	0,20	7,50	38,00	№338-2015г.	1	
<i>Итого за обед</i>			<i>19,27</i>	<i>35,16</i>	<i>72,04</i>	<i>696,75</i>		<i>7</i>
			<i>18,75</i>	<i>35,07</i>	<i>67,90</i>	<i>670,95</i>		<i>7</i>
Полдник	Бутерброд с сыром (без масла)	4/24	2,85	1,90	12,96	81,76	№3-2015г.	1
	Биойогурт питьевой "Славянский"	150	4,50	3,75	22,95	144,00	ПР	2
<i>Итого за полдник</i>			<i>7,35</i>	<i>5,65</i>	<i>35,91</i>	<i>225,76</i>		<i>4</i>
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			<i>26,62</i>	<i>40,81</i>	<i>107,95</i>	<i>922,51</i>		<i>11</i>
			<i>26,10</i>	<i>40,72</i>	<i>103,81</i>	<i>896,71</i>		<i>10</i>

День 5								
Завтрак	Овощи натуральные свежие (огурцы) или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)	35	0,25	0,04	0,67	4,20	№71-2015г.	0
		15	0,43	0,41	0,87	8,88	№306-2015г.	0
	Плов из свинины	50/100	12,62	28,17	25,89	408,00	№265-2015г.	3
	Биойогурт питьевой "Славянский"	150	4,50	3,75	22,95	144,00	ПР	2
	Хлеб ржано-пшеничный	23	1,98	0,30	10,40	52,44	ПР	1
<i>Итого за завтрак</i>			19,34	32,25	59,90	608,64		6
			19,53	32,63	60,10	613,32		6
Обед	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,93	5,67	11,11	111,85	№82-2015г.	1
	Филе минтая запечённое	25	4,40	1,55	0,95	35,50	ТТК №16	0
	Пюре картофельное	110	2,25	3,52	14,99	100,65	№312-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Хлеб ржано-пшеничный	16	1,38	0,21	7,23	36,48	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			10,16	10,95	34,28	285,48		3
<i>Итого за день(1-я смена)</i>			29,50	43,20	94,18	894,12		9
			29,69	43,58	94,39	898,80		9
Обед	Овощи натуральные свежие (огурцы) или Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)	60	0,42	0,06	1,14	7,20	№71-2015г.	0
		25	0,72	0,68	1,45	14,80	№306-2015г.	0
	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,93	5,67	11,11	111,85	№82-2015г.	1
	Филе минтая запечённое	75	13,20	4,65	2,85	106,50	ТТК №16	0
	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,80	№312-2015г.	2
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Батон	19	1,52	0,57	10,26	53,20	ПР	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР	1
<i>Итого за обед</i>			22,30	15,18	55,27	457,95		6
			22,61	15,80	55,58	465,55		6
Полдник	Бутерброд с маслом	4/18	1,47	3,44	9,77	76,80	№1-2015г.	1
	Чай (без сахара)	200	0,20	0,00	0,00	1,00	№685-2004г.	0
	Фрукт свежий (яблоко)	200	0,80	0,80	19,60	94,00	№338-2015г.	2
<i>Итого за полдник</i>			2,47	4,24	29,37	171,80		3
<i>Итого за день(2-я смена)</i>			24,78	19,42	84,65	629,75		8
			25,08	20,04	84,95	637,35		8
Среднее значение за период (1-я смена)			34,26	38,07	89,92	852,13		9
			33,28	36,71	86,09	819,42		9
Среднее значение за период (2-й вариант) (1-я смена)			33,02	38,70	91,00	857,19		9
			32,27	38,32	91,80	853,48		9

Среднее значение за период (2-я смена)		29,85	33,51	96,49	823,83		10
		29,78	33,70	95,93	822,17		10

*для исполнения норм Методических рекомендаций к организации общественного питания населения п.7.2.13 МР 2.3.6.0233-21 в общеобразовательных организациях с 1 марта приготовление салатов и холодных закусок из сырых овощей допускается только из овощей нового урожая; овощи прошлогоднего урожая могут использоваться после прохождения тепловой обработки.

Составлено на основании:

- Единого сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я.Перевалов, Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.;
- Сборника технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015. – 544 с.;
- Химический состав и калорийность российских пищевых продуктов: Справочник / В. А. Тутельян. – М.: ДеЛи плюс, 2012. – 284 с.;
- Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюда и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под общей редакцией В.Т.Лапшиной. – М.: «Хлебпродинформ», 2004. – 640 с.;
- Техничко-технологических карт на разработанные блюд.