СОГЛАСОВАНО: Директор ГБОУ СОШ(ООШ)

ride a Coypaem

Quel / Macrourecerola let

Later 19

2009

Con Course oboceco

Peoemery callenemon

Joneson 01.09.2021 ~ 1

Kamuch Maceucose TA

Примерное цикличное меню для организации питания в ГБОУ СОШ(ООШ)

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

УТВЕРЖДАЮ: Генеральный директор

, АО «Комбинат питания»

А.Н. Воронин

204 1

	Наименование блюда		No ⊤ex		Пищ	евая ценно	сть (г)	Эн.		Витами	ны (мг)		Ms	инеральные	вещества (	мг)
	паименование олюда		Nº Tex	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	B1	С	А	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
	Понедельник		1-я неделя							Завтрак						
Кукуруза консе	20040000000000	1-4 классы	24 C6.1996r.	020	0.7	0.56	3.12	20.2	0.08	1			9.2			0.084
кукуруза консе	-рыпрованная	5-11 классы	24 C6.1996r.	030	1,05	0,84	4,68	30,3	0,12				13,8			0,126
Колбаса жарен	120 C COVOON	1-4 классы	252 C6.2015r,	090	7,198	15,002	2,592	173,192	0,006	0,96	0,003	1,306	17,264	94,192	13,472	37,688
коловса жарег	Has c coycom	5-11 классы	252 C6.2015r.	110	9,938	19,562	2,592	225,192	0,006	0.96	0,003	1,306	23,064	129,792	17,872	38,028
Makabohhrie	зделия отварные	1-4 классы	469 C6.1996r.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
макароппыс и	ізделия отварные	5-11 классы	469 C6.1996r.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Чай с сахаром		1-4 классы	628 C6.1996r.	200	0.2	0.051	15.01	57.267		0.001			0.346			0,053
чаи с сахаром		5-11 классы	628 C6.1996r.	200	0,2	0.051	15.01	57.267		0.001			0.346			0,053
Хлеб		1-4 классы	ΓΟCT 31805-2012	040	3.04	0.24	20,92	93.2	0.044			0.672	8	26	5.6	0.36
VIEO		5-11 классы	FOCT 31805-2012	050	3.8	0.3	26.15	116.5	0.055			0.84	10	32.5	7	0.45
			1-я неделя							Обед						
Винегрет овош	иной	1-4 классы	60 C6,1996r.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,52		2,696	14,13	26,268	12,198	0,49
	4,1011	5-11 классы	60 C6.1996r.	100	1,945	10,321	9,142	132,845	0,058	9,2		4,494	23,55	43.78	20,33	0.816
Суп каптофель	ьный с горохом	1-4 классы	138 Сб. 1996г,	200	4,746	4,302	18,572	127,58	0,202	9,3		3,215	25,82	69,5	28,2	1,556
оун картофель	внам сторохом	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,25	1,945
Котлеты Курин	THE C COVCOM	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,96	0,003	1,306	2.764	5,192	2,472	36,838
Котлеты курин	Thie C Coycolvi	5-11 классы	0	100	7,221	13,349	13,254	201,305	0,004	0.72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Капуста тушен	220	1-4 классы	482 C6.1996r.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,32		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606
капуста тушен	107	5-11 классы	482 C6,1996r.	180	4,316	6,321	19,838	148,28	0,133	105,985		2,689	100,33	74,925	37,886	101,068
Компот из сухо	эфруктов	1-4 классы	283 C6.2008r.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158
- AS CYXO	эфруктов	5-11 классы	283 C6,2008r.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158
Хлеб		1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93.2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	187	5-11 классы	FOCT 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
													<u> </u>			
	Завтрак		1-4 классы	500	16,503	20,118	79,989	547,649	0,217	0,961	0,024	3,171	45,237	165,551	27,378	38,807
итого:	Sabipak		5-11 классы	570	21,425	25,87	94,443	673,787	0,286	0,961	0,028	3,577	59,722	216,718	34,839	39,403
	Обед		1-4 классы	720	18,732	25,804	104,279	701,124	0,403	104,649	0,003	10,13	165,052	210,512	96,512	128,008
	ООЕД		5-11 классы	870	24,853	35,729	128,968	907,809	0,519	128,079	0,002	14,008	200,968	269,611	120,19	136,155

<sup>\* -</sup> действует с 01 марта

	Наименование блюда		Ng ⊤ex	Macca	Пищ	евая ценно	сть (г)	Эн.		Витами	ны (мг)		Ms	неральные	вещества (	мг)
	паименование олюда		Ng Tex	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	B1	С	А	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
	<u>Вторник</u>		1-я неделя							Завтрак						
Сыр плавлень	ый	1-4 классы	TY 10.51.40-001- 78634349-2016	018	3,58	3,5		47,4		0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136
		5-11 классы	TY 10.51.40-001- 78634349-2016	018	3,58	3,5		47,4		0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136
Запеканка из т	творога с молоком	1-4 классы	297 Сб. 1996г.	150	23,125	17,627	33,046	361,001	0,082	0,854	0.08	2,256	276,479	330,259	40,752	0,873
сгущенным		5-11 классы	297 C6,1996r.	200	31,653	23,826	40,658	473,874	0,109	1,096	0,109	3,135	356,358	440,443	53,649	1,202
Сок фруктовы	ığ (1 um)	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0.02	4			14	14	8	0,6
	(1 21)	5-11 классы	293 C6.2008r.	200	1		23,4	94	0.02	4		_	14	14	8	0.6
Чай с лимоном	м	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0.84	0,09
1277 0 777711011011		5-11 классы	629 cf. 1996r.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801	_		3,111	1,54	0,84	0.09
Хлеб		1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0.24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0.36
		5-11 классы	FOCT 31805-2012	050	3.8	0.3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
					l											
	Вторник		1-я неделя							Обед						
Салат из морк	кови и яблок/Салат из	1-4 классы	11 C6.2008r.	060	0,512	6,031	8,678	89,4	0.024	2,154		2.751	18.702	21,21	15.708	0.085
помидаров*		5-11 классы	11 C6.2008r.	100	0,853	10,051	14.464	149	0,04	3,59		4,584	31,17	35,35	26.18	0,142
Щи из свежей	капусты с	1-4 классы	120 Сб. 1996г.	220	1,804	5,53	8,801	85,78	0,066	26,51	0,006	1,774	37,54	43,204	18.24	19,102
картофелем,с	о сметаной	5-11 классы	120 C6.1996r,	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22.55	23.875
Жаркое По-до	машнему(говядина)	1-4 классы	394 Сб.1996г.	180	11,559	12,75	25,368	248,634	0,178	26,496		2,814	20,562	78,612	31.715	68,648
паршостто до	масси сму (говидина)	5-11 классы	394 Сб.1996г.	230	17,995	18,856	30,487	343,961	0,227	31,896		3,696	26,71	94,531	38,635	88,105
Комп. за апе	льсинов с яблоками	1-4 классы	278 C6,2008r.	200	0,378		.27,468	106,74	0,017	22,086	- 2	0,079	12,6	9,9	7,38	0.108
	TIBORI IOB C NOTICKAWIN	5-11 классы	∠78 Cб.2008г.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12
Хлеб		1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0.24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5.6	0,36
		5-11 классы	ΓΟCT 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	B,4	0,54
					L					1.00						
	Завтрак		1-4 классы	595	30,988	21,413	91,127	649,311	0,149	8,165	0,105	2,988	430,59	473,799	61,992	137,923
итого:			5-11 классы	655	40,276	27,672	103,969	785,484	0,187	8,407	0,134	4,035	512,469	590,483	76,289	138,342
	Обед		1-4 классы	700	17,293	24,551	91,235	623,754	0,329	77,246	0,006	8,09	97,404	178,926	78,643	88,303
		1	5-11 классы	850	26,009	35.805	117.78	855.686	0.434	93.151	0.006	11.59	128.555	232,336	103,965	112,782

<sup>\* -</sup> действует с 01 марта

				Пищ	евая ценно	сть (г)	Эн.		Витами	іны (мг)		Mi	неральные	вещества (і	мг)
Наименовани	е олюда	№ тех	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда		1-я неделя		-					Завтрак						
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Cб.1996r.	020	0,56		0,26	3,22					5	4		0,24
Отурцы соленые	5-11 классы	24 C6.1996r.	030	0.84		0,39	4,83					7,5	6		0,36
Рыба, тушенная в томате с	1-4 классы	309 C6, 1996r,	90	8,33	3,029	5,112	78,054	0,056	3,7		1,276	14,54	19,46	39,142	92,485
овощами	5-11 классы	309 Cб.1996r.	100	10,261	5,442	5,112	107,499	0,066	3,7		2,255	14,54	19,46	46,062	92,582
Картофельное пюре	1-4 классы	472 C6.1996r.	150	3,263	4,497	26,37	154,2	0,161	25,875	0,026	0,144	41.31	95,91	32,805	1,39
	5-11 классы	472 C6.1996r.	180	3,916	5,396	31,644	185,04	0,193	31,05	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668
Компот из свежих яблох	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0.72			0,48	2,4	_4	0,152
TOWNER HIS CHERKING MOREON	5-11 классы	702 C6.1997r.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72	E <sub>1</sub>		0.48	2,4	4	0,152
Хлеб	1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93.2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	FOCT 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
Среда		1-я неделя				1			Обед			<u> </u>			
C	1-4 классы	23 C6,2008r.	060	0,969	2,997	6,156	54,33	0,011	5,7		1,34	21,09	24,51	24,51	0,798
Салат из свеклы отварной	5-11 классы	23 C6.2008r.	100	1,615	4,995	10,26	90,55	0.019	9,5		2.233	35,15	40,85	40,85	1,33
Суп картофельный с макаронным	и 1-4 классы	139 C6, 1996r,	250	2,84	2,673	23,945	125,525	0,118	16,5		1,343	17,5	63,5	24,05	0,887
изделиями	5-11 классы	139 C6.1996r.	250	2.84	2,673	23,945	125,525	0,118	16,5		1,343	17,5	63,5	24,05	0,887
	1-4 классы	893 C61998r.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	0,077	1,434	0,019	2,91	22,412	150,786	25,502	1,556
Плов из птицы(филе куриное)	5-11 классы	893 C6.1998r.	200	13,742	11,244	45,518	326,844	0,103	1,94	0,025	3,88	29,964	200,972	34,006	2,076
	1-4 классы	628 C6.1996r.	200	0.2	0.051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Чай с сахаром	5-11 классы	628 C6,1996r.	200	0.2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
v	1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0.24	20,92	93,2	0,044	Castle		0,672	8	26	5.6 8.4	0,36
Хлеб ——	5-11 классы	FOCT 31805-2012	060	4,50	0,36	31,38	139,8	0.066			1,008	12	39	8.4	0,54
			l	1		<u> </u>				_					
Завтра	ak .	1-4 классы	500	15,273	7,766	86,214	456,434	0,265	30,295	0,026	2,092	69,33	147,77	81,547	94,627
итого:		5-11 классы	560	18,897	11,138	96,848	541,629	0,318	35,47	0,031	3,267	82,092	175,452	96,428	95,212
Обед		1-4 классы	700	17,364	14,396	100,16	575,469	0,25	23,635	0,019	6,265	69,348	264,796	79,662	3,654
0002		5-11 классы	810	22,957	19,323	126,113	739,986	0,306	27,941	0,025	8,464	94,96	344,322	107,306	4,886

<sup>\* -</sup> действует с 01 марта

Hause	нование блюда		№ тех	Macca	Пищ	евая ценно	сть (г)	Эн,		Витами	іны (мг)		Mi	инеральные	вещества (	(мг)
паиме	нование олюда		Nº Tex	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	B1	С	А	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Четво	ерг		1-я неделя							Завтрак						
Горошек зеленый		1-4 классы	31 Сб. 1997г.	020	0,62	0,4	1,42	8,2	0,022	2		0,24	3,2	10,6	4,2	0,14
консервированный		5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,93	0,6	2,13	12,3	0,033	3		0,36	4,8	15,9	6,3	0,21
Сосиски отварные с соусс	М	1-4 классы 5-11 классы	393 C6.1997r. 393 C6.1997r.	90 90	5,2 5,2	6,6 6,6	0,15 0,15	85,5 85,5					14.5 14,5	80,5 80,5	10 10	0,85
Макаронные изделия отва	арные	1-4 классы 5-11 классы	469 C6,1996r. 469 C6,1996r.	150 180	5,365 6,437	4,265 5,117	38,347 46,011	203,79 244,528	0,087 0,105		0,021 0,025	1,193 1,431	10,427 12,512	45,359 54,426	8,306 9,967	0,622
Сок фруктовый		1-4 классы 5-11 классы	293 C6.2008r. 293 C6.2008r.	200 200	1		23,4 23,4	94 94	0,02	4			16 16	18 18	10 10	0,4
Хлеб ———		1-4 классы 5-11 классы	FOCT 31805-2012 FOCT 31805-2012	040 050	3,04 3,8	0,24 0,3	20,92 26,15	93,2 116,5	0,044 0,055			0,672 0,84	10	26 32,5	5,6 7	0,36 0,45
<u>Четве</u>	epr		1-я неделя		]		1			Обед						
Салат картофельный с ог	урцами	1-4 классы 5-11 классы	37 C6.2015r. 37 C6.2015r.	060 100	1,276 2,126	1,836 3,06	7,317 12,196	49,219 82,032	0,044	7,078 11,796		0,813	12,707	28,457 47,427	10,584 17,639	0,533
Борщ с капустой и картоф сметаной	елем,со	1-4 классы 5-11 классы	110 C6,1996r. 110 C6,1996r.	210 260	1,833 2,217	5,522 6,528	11,708 14,562	96,08 117,2	0,048 0,06	16,83 21,025	0,006 0,006	1,819 2,27	37.9 45.125	45,972 55,915	27,12 33,65	56,044 70,053
ЁЖИКИ в соусе	- •	5-11 классы	0	090 100	6,548 8,961	25,302 35,099	11,892 14,994	297,392 406,625	0,006 0,004	0,96	0,003	1,306 1,798	2,764 2,073	5,192 3,894	2,472 1,854	36,838 27,628
Каша гречневая рассыпча	тая	1-4 классы 5-11 классы	463 C6.1996r. 463 C6.1996r.	150 180	7,716 9,255	5,384 6,46	41,323 49,561	232,585 278,971	0,255 0,306		0,021 0,025	4,16 4,989	30,396 36,456	154,621 185,444	0,158 0,189	2,985 3,58
Напиток из шиповника		1-4 классы 5-11 классы	289 C6.2008r. 289 C6.2008r.	180 180	0,72 0,72		24,273 24,273	96,705 96,705	0,027 0,027	216 216		0,308 0,308	12,15 12,15	3,6 3,6	3,6 3,6	5,081 5,081
Хлеб 		1-4 классы 5-11 классы	FOCT 31805-2012 FOCT 31805-2012	040 060	3,04 4,56	0,24 0,36	20,92 31,38	93,2 139,8	0,044 0,066			0,672 1,008	12	26 39	5,6 8,4	0,36 0,54
	Завтрак		1-4 классы	500	15,225	11,505	84,237	484,69	0,173	6	0,021	2,105	52,127	180,459	38,106	2,372
итого:	Обед		5-11 классы 1-4 классы	550 730	17,367 21,133	12,617 38,284	97,841 117,433	552,828 865,181	0,213 0,424	7 240,868	0,025 0,03	2,631 9,078	57,812 103,917	201,326 263,842	43,267 49,534	2,656 101,841
	ООСД		5-11 классы	880	27,839	51,507	146,966	1 121,333	0,536	249,541	0,033	11,727	128,981	335,28	65,332	107,77

<sup>\* -</sup> действует с 01 марта

			Nº ⊤ex	Macca	Пищо	звая ценно	сть (г)	Эн.		Витами	ны (мг)		Mu	неральные	вещества (	мг)
	Наименование блюда	1	№ TEX	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	B1	C	Α	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
	Пятница		1-я неделя							Завтрак						
Фрукты		1-4 классы	24.01	150	0.6		14,7	57								
		5-11 классы	24.01	150_	0.6		14.7	57								-
Каша рисовая і	молочная жидкая с	1-4 классы	114 Сб.2008г.	160	3,923	5,764	30,395	187,237	0,043	0,8	0.036	0,293	103,743	96,225	16,204	1,252
маслом,сахаром	И	5-11 классы	114 C6. 2008r.	210	5.209	6.477	38,848	232,32	0,057	1,067	0.041	0,352	137,899	127,973	21,556	1,661
Кофейный напи:	TOY C MODOVOM	1-4 классы	762C6.1997r.	180	2.79	2,34	21.573_	120,015	0,027	0,9	0,018	0,081	109,17	81,9	12,6	0,941
пофенным папи	TOR D MONOR	5-11 классы	762C5.1997r.	180	2,79	2,34	21,573	120,015	0,027	0,9	0,018	0,081	109,17	81,9	12,6	0,941
Батон		1-4 классы	FOCT 31752-2012	040	3,16	0.4	20,76	94.4	0,06			1	10	32,8	13,2	0,6
Baron		5-11 классы	ГОСТ 31752-2012	050	3,95	0,5	25,95	118	0,075			1,25	12,5	41	16,5	0,75
	Пятница		1-я неделя							Обед			·			
Салат из белоко	очанной	1-4 классы	62 C6.1997r.	060	0.929	3.003	5,968	53,564	0,032	23,95		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
капусты/Салат и		5-11 классы	62 C6.1997r.	100	1,55	5.005	9,951	89,292	0.053	39,95		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
Рассольник лен		1-4 классы	42 C6.2008r.	210	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085	12,85	0.006	1,771	24,28	54	19,24	0,808
сметаной		5-11 классы	42 C6.2008r.	260	2,785	6,61	20,3	142.815	0,106	16,05	0,006	2,211	28,1	65,95	23,8	1,007
		1-4 классы	0	090	6,548	27.3	11,892	315,372	0,006	0,96	0,003	2,146	2,764	5,192	2,472	36,838
Тефтели с соусо	ОМ	5-11 классы	0	100	8.961	36.898	14,994	422,807	0,004	0,72	0,002	2,554	2,073	3,894	1,854	27,628
		1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,22	250,013	0,215	35,625		4,787	23,4	108,525	43,575	1,622
Картофель и ов	ощи тушеные	5-11 классы	251 Сб. 1997г.	180	4.41	13,703	42,264	300,015	0,258	42,75		5,745	28,08	130,23	52,29	1,946
14		1-4 классы	283 C6.2008r.	180	0.878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158
Компот из сухоф	рруктов	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21.137	16,47	4,158
		1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3.04	0.24	20.92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
Хлеб		5-11 классы	FOCT 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0.066			1,008	12	39	8,4	0,54
	1.00										_	L				
- I			1-4 классы	530	10,273	9,264	87,228	364,352	0,13	1,7	0,054	1,374	222,913	210,925	42,004	2,793
	Завтрак		5-11 классы	590	12,299	10,267	100,821	409,46	0,159	1,967	0,059	1,683	259,569	250,873	50,656	3,352
итого:			1-4 классы	730	17,358	47,55	122,437	954,825	0,387	73,934	0,009	10,674	114,062	232,817	97,205	44,275
	Обед		5-11 классы	880	23,144	62,576	151,028	1 220.833	0,492	100,019	0,008	13,681	142,487	290,17	119,238	36,095

<sup>• -</sup> действует с 01 марта

Наименование блі	0.03	N₂ тех	Macca	Пище	евая ценно	сть (г)	Эн.		Витами	ны (мг)		Mi	неральные	вещества (	(мг)
The fine to be a first of the control of the contro	ода	IVE TOX	Iviacca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккап)	B1	С	Α	Ε	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суббота		1-я неделя							Завтрак						
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1.4			8,2	13,4	7	1,4
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1			12,3	20,1	10,5	2,1
KOTRETHI KURIMHUR C COUCOM	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10.652	151.072	0,006	0.96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
тлеты Куриные с соусом	5-11 классы	0	100	7,221	13,349	13,254	201,305	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1.854	27,628
Капуста тушеная	1-4 классы	482 C6.1996r.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,32		2,241	83,598	62.415	31,572	84,606
Transfer tymerian	5-11 классы	482 Cб.1996r.	180	4,316	6,321	19,838	148,28	0.133	105,985		2,689	100,33	74,925	37,886	101,068
Чай с сахаром	1-4 классы	628 C6.1996r.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001		1	0.346			0.053
ion o conspon	5-11 классы	628 C6.1996r.	200	0,2	0,051	15,01	57,267	_	0,001			0.346			0,053
Хлеб	1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0.672	8	26	5.6	0,36
7,4165	5-11 классы	FOCT 31805-2012	050	3.8	0,3	26,15	116,5	0.055			0.84	10	32.5	7	0.45
			I						1			1			
ИТОГО: Завтрак		1-4 классы		12,541	17,16	64,813	449,4	0,165	90,681	0,003	4,219	102,908	107,007	46,644	123,257
		5-11 классы	560	16,137	22,721	76,832	559,952	0,198	108,806	0,002	5,327	125,049	131,419	57.24	131,299

<sup>\* -</sup> действует с 01 марта

	-			Пищ	евая ценно	сть (г)	Эн.		Витами	іны (мг)		Ми	неральные	вещества (	MF)
наименов	ание блюда	Nº Tex	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	B1	С	Α	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<u>Понедельн</u>	1K	2-я неделя							Завтрак						
Йогурт	1-4 кл	ТУ 10.51.56-045- 18255315-2017	100	5	1,5	3,5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
	5-11 кл	ТУ 10.51.56-045- ассы 18255315-2017	100	5	1,5	3.5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
Оладьи с молоком сгущенны	м 1-4 кл. 5-11 кл.		200_ 250	15,69 19,655	14,398 17,904	89,563 111,148	555,924 692,214	0,216 0,273	1,238	0,044	3,922 5.025	216,692 256,679	238,287 290,726	40,677 49,87	2,361 3,021
Чай с сахаром	1-4 кл. 5-11 кл.	ассы 628 Cб.1996г.	200 200	0,2	0,051 0,051	15,01 15,01	57,267 57,267		0,001 0,001			0,346 0,346			0,053 0,053
Понедельн	Понедельник <u>2-я</u>								Обед						
Салат из свеклы отварной	1-4 кл 5-11 кл		060 100	0.969	2,997 4,995	6,156 10,26	54,33 90,55	0,011	5,7 9,5		1,34 2,233	21,09 35,15	24,51 40.85	24,51 40,85	0,798
Суп картофельный с макарон изделиями		139 Сб.1996г,	200	2,272	2,138 2,673	19,156 23,945	100,42 125,525	0,094	13,2 16.5		1,074	14	50,8 63,5	19,24 24,05	0,71
Тефтели с соусом	1-4 кл 5-11 кл	оссы 0	090	6,548 8,961	27.3	11,892	315,372 422,807	0,006	0,96	0,003	2,146 2,554	2.764 2.073	5,192 3,894	2,472	36,838 27,628
Пюре из гороха	1-4 KN 5-11 KN	ассы 270 Сб.1996г.	150 180	16,131 19,358	4,924 5,908	40,345 48,415	260,286 312,349	0,629 0,755		0,021	6,479 7,775	63,418 76,103	158,888 190,671	61,617 73,942	4,899 5,879
Напиток лимонный	1-4 кл 5-11 кл	ассы 289 Сб.2008г.	180	0.13		22,075 22,075	86,328 86,328	0,006	5,76 5,76			6,192 6,192	3,168 3,168	1,728 1,728	0,151
Хлеб	1-4 кл 5-11 кл	госы ГОСТ 31805-2012	040	3,04 4,56	0,24	20,92 31,38	93,2 139,8	0,044			0,672 1,008	8 12	26 39	5,6 8,4	0,36
	- 5			. 24										100.0	
ИТОГО: Завтрак	трак	1-4 классы 5-11 классы	500 550	20,89	15,949 19,455	108,073	664,191 800,481	0,246	1,839	0,054	3,922 5,025	341,038 381,025	333,287 385,726	55,677 64,87	2,514 3,174
	бед	1-4 классы 5-11 классы	720 870	29,09 37,464	37,599 50,834	120,544 151,069	909,936 1 177,359	0,79	25,62 32,48	0,024	11,711	115,464 149,018	268,558 341,083	115,167 150,824	43,756 36,415

<sup>\* -</sup> действует с 01 марта

	Наименование блюда		Nº ⊤ex	Macca	Пищ	евая ценно	сть (г)	Эн.		Витами	іны (мг)		Mı	неральные	вещества (	мг)
	наименование одюда	_	Ma Lex	Wacca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	B1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
	Вторник		2-я неделя							Завтрак		7.				
Огурцы порцио	HHO	1-4 классы	522 Cб.1996r.	020	0,14		0,36	2	0,004	1,4	0,006	0,02	3,4	8,4		0,004
от урцаг порцио	7770	5-11 классы	522 C6.1996r.	030	0,21		0,54	3	0,006	2,1	0,009	0,03	5,1	12,6		0,006
Котлеты Куринь	10 C COVCOM	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	sie c coycom	5-11 классы	0	100	7,221	13,349	13,254	201,305	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Каша гречневая	00000 1010700	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,16	30,396	154,621	0,158	2,985
паша гречневах	н рассынчатая	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,46	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,58
Компот из свеж	tay of nov	1-4 классы	702 C6.1997r.	200	0,08	Î	33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
KOMITOT N3 CBEX	MX HOJIOK	5-11 классы	702 C6.1997r.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
Хлеб		1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0.24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
VIEC		5-11 классы	FOCT 31805-2012	050	3.8	0.3	26.15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
	Вторник		2-я неделя							Обед						
Винегрет овощ	ной	1-4 классы	60 C6.1996r.	060	1,194	6,373	6,007	81,948	0,045	6,42		2.804	13,32	29,238	14,088	0,445
оппетрет овощ		5-11 классы	60 C6.1996r.	100	1,99	10,621	10,012	136,58	0,075	10,7		4,674	22,2	48,73	23,48	0,741
Щи из свежей ка	алусты с	1-4 классы	120 C6.1996r.	210	1,804	5,53	8,801	85,78	0.066	26,51	0,006	1.774	37,54	43,204	18,24	19,102
картофелем,со	сметаной	5-11 классы	120 Cb.1996r.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0.082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,55	23,875
ЁЖИКИ в соусе		1-4 классы	0	090	6,548	25,302	11,892	297,392	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2.472	36,838
Enterner B coyce		5-11 классы	0	100	8,961	35,099	14,994	406,625	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1.854	27,628
Макапонные из	делия отварные	1-4 классы	469 C5.1996r.	150	5,365	4.265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
makapomisio no	делия отварные	5-11 классы	469 C6.1996r,	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0.746
Чай с лимоном		1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0.003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
TON C TIMEO TOW		5-11 классы	629 сб. 1996г.	18,	0.243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0.84	0,09
Хлеб		1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
		5-11 классы	ΓΟCT 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
-										1	L					
	Завтрак		1-4 классы	500	16,284	15,426	106,807	606,617	0,313	3,08	0,03	6,158	45,04	196,613	12,23	40,339
итого:			5-11 классы	560	20,566	20,109_	123,057	727,536_	0,375	3,54	0,036	7,657	54,109	236,838	13,043	31,816
	Обед		1-4 классы	737	18,194	41,756	99,728	815,82	0,251	36,691	0,03	7,749	75,162	150,533	49,546	57,457
			5-11 классы	887	24,372	57,781	127,087	1 085,568	0,335	47,346	0,033	11,125	96,571	200,045	67,091	53,62

<sup>• -</sup> действует с 01 марта

		Ni.		Пище	вая ценно	сть (г)	Эн.		Витами	іны (мг)		Mi	инеральные	вещества (	мг)
Наименование блюд	a	№ тех	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (жал)	B1	С	Α	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда		2-я неделя	-						Завтрак						
Колбаса п/к порциями	1-4 классы	29 C5.1997r.	030	3,3	13,2		132	0,057				3	67,8	8,1	0,81
toriousa intriopanini	5-11 классы	29 Сб.1997г.	030	3,3	13,2		132	0,057				3	67,8	8,1	0,81
Каша молочная жидкая -Дружба-с	1-4 классы	102 C6.2008r.	220	5.356	10.209	39.072	267.3	0.112	1.02	0.06	0.68	132.69	135	28.84	2.125
маслом,сахаром	5-11 классы	102 C6,2008r.	260	6.401	10,801	44.823	299,771	0.134	1,224	0,064	0,769	158,707	161,6	34,548	2,54
	1-4 классы	287 C6.2008r.	200	3,1	2.6	23,97	133,35	0,03	1	0.02	0,09	121,3	91	14	1,045
Кофейный напиток с молоком	5-11 классы	287 C6.2008r.	200	3.1	2.6	23.97	133,35	0,03	1	0,02	0,09	121,3	91	14	1,045
v #	1-4 классы	FQCT 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
Хлеб	5-11 классы	FOCT 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
Среда						<u></u>			Обед			1		L	
Салат из моркови и яблок/Салат из	1-4 классы	11 C5.2008r.	060	0,512	6,031	8,678	89.4	0,024	2,154		2,751	18,702	21,21	15,708	0,085
помидоров*	5-11 классы	11 C6.2008r.	100	0,853	10,051	14,464	149	0.04	3,59		4,584	31,17	35,35	26,18	0,142
Борщ с капустой и картофелем,со	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,08	0,048	16,83	0,006	1,819	37.9	45,972	27.12	56,044
сметаной	5-11 классы	110 C6.1996r.	260	2,217	6,528	14,562	117,2	0,06	21,025	0,006	2,27	45,125	55,915	33,65	70,053
C	1-4 классы	393 C6.1997r.	90	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10	0,85
Сосиски отварные с соусом	5-11 классы	393 Сб, 1997г.	140	10,4	13,2	0,3	171					29	161	20	1,7
Картофельное пюре	1-4 классы	472 C6.1996r.	150	3,263	4,497	26,37	154.2	0,161	25,875	0,026	0,144	41,31	95,91	32,805	1,39
картофельное пюре	5-11 классы	472 C6.1996r.	180	3,916	5,396	31,644	185,04	0,193	31,05	0,031	0.172	49,572	115,092	39,366	1,668
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0.549			30,74	21,137	16,47	4,158
компот из сухофруктов	5-11 классы	283 C6.2008r.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	15,47	4,158
Хлеб —	1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0.36
NIEU -	5-11 классы	FOCT ₹ 4:05-2012	060	4,56	0,36	31,2 >	139,8	0,066			1,033	12	39	8,4	0.54
						<del></del>						<del>'</del>			
Завтрак		1-4 классы	500	15,556	26,309	89,192	649,15	0,254	2,02	0,08	1,61	266,99	326,3	57,94	4,43
итого:		5-11 классы	550	17,361	26,961	100,173	704,921	0,287	2,224	0,084	1,867	295,007	359,4	65,048	4,935
Обед		1-4 классы	730	14,726	22,89	99,965	644,484	0,282	45,408	0,032	5,386	151,152	290,729	107,703	62,887
		5-11 классы	920	22,824	35,535	124,489	888,144	0,364	56,214	0,037	8,034	197,607	427,494	144,066	78,261

100

<sup>• -</sup> действует с 01 марта

					Пище	вая ценно	сть (г)	Эн.		Витами	ны (мг)		Mı	неральные	вещества (	мг)
	Наименование блюда		№ тех	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	B1	C	Α	Ε	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
	Четверг		2-я неделя							Завтрак						
		1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1,12		0,52	6,44					10	8		0,48
Огурцы солёны	ie -	5-11 классы	24.Сб.1996г.	040	1,12		0,52	6,44					10	8		0,48
C		1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	18,671	16,213	40,528	362,073	0,106	2,697		2.849	33,235	68.123	21,137	3,101
Плов из Говяди	1ны	5-11 классы	193 C6.2008r.	250	19,996	17,934	54.034	433,536	0,126	3,595		3,65	41,941	90,771	27,628	3,449
		1-4 классы	628 C6.1996r.	200	0,2	0.051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Чай с сахаром		5-11 классы	628 Сб. 1996г.	200	0.2	0.051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
v .6		1-4 классы	FOCT 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
Xne6		5-11 классы	FOCT 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
	Четверг		2-я неделя				1			Обед				1		
Салат из белок	очанной	1-4 классы	62 C5.1997r.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0.032	23,95		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
капусты/Салат		5-11 классы	62 C6.1997r.	100	1.55	5,005	9,951	89,292	0,053	39,95		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
		1-4 классы	138 Сб. 1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,58	0,202	9,3		3,215	25,82	69,5	28,2	1,556
Суп картофелы	ныи с горохом	5-11 классы	138 C6,1996r.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11.625		4,019	32,275	86,875	35,25	1,945
Рыба, тушенна:	я в томате с	1-4 классы	309 C6, 1996r.	90	8.33	3,029	5,112	78,054	0,056	3,7		1,276_	14,54	19,46	39,142	92,485
овощами		5-11 классы	309 C5.1996r.	100	10,261	5,442	5,112	107,499	0,066	3,7		2,255	14,54	19,46	46,062	92,582
		1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,22	250,013	0,215	35,625		4,787	23,4	108,525	43,575	1,622
Картофель и ов	вощи тушеные	5-11 классы	251 C5,1997r.	180	4,41	13,703	42,264	300,015	0,258	42,75		5,745	28,08	130,23	52,29	1,946
O		1-4 классы	293,08	180	0,9		21,06	84,6	0,018	3,6			14.4	16,2	9	0,36
Сок фруктовый		5-11 классы	293.08	180	0,9		21.06	84,6	0,018	3,6			14.4	16,2	9	0,36
V 5		1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
Хлеб		5-11 классы	FOCT 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066		-	1,008	12	39	8,4	0.54
777		1				//										100
	2000000		1-4 классы	500	24,551	16,624	87,438	565,58	0,172	2,698		3,857	55,581	115,123	29,537	4,174
итого:	Завтрак		5-11 классы	550	25,876	18,345	100,944	637,043	0,192	3,596		4,658	64,287	137,771	36,028	4.522
итого:	Ofor		1-4 классы	720	21,62	21,993	106,852	687,011	0,567	76,175		11,248	111,038	257,648	135,365	96,872
	Обед		5-11 классы	870	27,614	29,888	132,982	880,681	0,714	101,625		15,19	142,789	321,724	167,426	98,189

<sup>\* -</sup> действует с 01 марта

Наименование блюда		№ тех	Macca	Пище	вая ценно	сть (г)	Эн.		Витами	ны (мг)		Mı	неральные	вещества (і	мг)
наименование олюда		N⊻Tex	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	B1	С	Α	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Пятница		2-я неделя							Завтрак				- <del>-</del>		
Икра хабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1,4			8,2	13,4	7	1,4
икра каоачкован(порционно)	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1			12,3	20,1	10,5	2,1
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы.	520 Сб.1997г.	090	7,348	6,052	5,042	269,992	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5.192	2,472	36,838
стеим шницень) из курицы с соусом	5-11 классы	520 C6.1997r.	100	9,261	7,799	5,094	341,525	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3.894	1,854	27,628
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 C6.1996r.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021_	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
макаронные изделия отварные	5-11 классы	469 C5.1996r.	180	6.437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Компот из апельсинов с яблоками	1-4 классы	278 C6.2008r.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12
KOMITOT N2 GITETIBENHOB C NOTICKSWN	5-11 классы	278 C6.2008r.	200	0.42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0.12
Хлеб	1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0.24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
Alleo	5-11 классы	FOCT 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32.5	7	0,45
Пятница						1			Обед						
0	1-4 классы	83 C6,1996r.	C60	4.24	8,098	4.468	86,115	0.026	4,29	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
Сельдь с гарниром	5-11 классы	83 C6.1996r.	100	5,164	14,603	8,624	164,088	0,05	8,28	0,022	5,6	35,191	91,378	30,046	408,735
0	1-4 классы	132 C6.1996r.	200	1,514	3.525	10,49	76,426	0,073	17,8		1,55	18,88	40,38	17,18	0,636
Суп из овощей	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0.091	22,25		1.937	23,6	50,475	21,475	0,795
	1-4 классы	387Сб.1996г.	090	11,177	8,546	3,401	129,011	0.188	20,679	2,275	2,044	15,365	213,295	13,706	60,586
Печень говяжья по-строгановски	5-11 классы	387Сб.1996г.	100	13,752	10,204	3,401	154,303	0.232	25,563	2,842	2,548	16,105	263,467	16,37	61,918
	1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219.038	0.044		0,027	0,402	14,58	53,73	11,543	0,986
Рис отварной	5-11 классы	465 Сб.1996г.	160	4.641	6.261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183
	1-4 классы	629 сб. 1996г.	187	0.243	0.046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0.09
Чай с лимоном	5-11 классы	629 сб. 1996г.	187	0,243	0.046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0.09
V	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3.04	0.24	20.92	93.2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
Хлеб	5-11 классы	ΓΟCT 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
										<u> </u>	1		L		L
2004004		1-4 классы	500	16,573_	12,357	96,549	709,982	0,16	26,9	0,024	3,259	43,391	100,951	31,578	39,34
итого:		5-11 классы	560	20,518	15,916	110,355	857,753	0,189	27,36	0,027	4,157	50,885	121,92	37,521	31,044
Обед		1-4 классы	727	24,082	25,673	94,843	657,5	0,378	45,57	2,314	7,57	84,723	404,407	67,714	471,039
Обед		5-11 классы	877	30,253	35,88	120,442	870,279	0,495	58,894	2,896	11,575	107,503	510,336	90,982	473,261

<sup>\* -</sup> действует с 01 марта

		No		Пищ	вая ценно	сть (г)	Эн.		Витамі	ины (мг)		Mi	неральные	вещества (	мг)
Наименование блю,	да	Nº Tex	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккап)	B1	С	Α	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суббота		2-я неделя							Завтрак						
Салат картофельный с зеленым	1-4 классы	31 Сб.2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,16	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576
горошком	5-11 классы	31 C6.2008r.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,16	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576
0	1-4 классы	284 C6.1996r,	200	21,076	25,854	3,838	335,305	0,125	0.571	0.583	3,323	155,233	335,804	90,57	4,705
Омлет натуральный	5-11 классы	284 C6.1996r.	230	24,238	29,734	4,414	385,618	0,143	0,657	0,67	3,821	178,519	386,18	104,158	5,41
Чай с сахаром	1-4 классы	628 C6.1996r.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0.346			0,053
чаи с сахаром	5-11 классы	628 C6.1996r.	200	0.2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Vene	1-4 классы	FOCT 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
Хлеб —	5-11 классы	FOCT 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
									J						
147050		1-4 классы	500	26,18	33,101	47,501	583,008	0,228	8,732	0,604	6,789	173,527	400,84	110,054	5,694
ИТОГО: Завтрак		5-11 кпассы	550	30.862	37 101	58 537	679.921	0.268	8.818	0.691	7.623	200.813	464,216	126,442	6.579

<sup>\* -</sup> действует с 01 марта

# Для составления меню использованы:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Издательство «Хлебпродинформ» г. Москва 1996г.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Издательство «Хлебпродинформ» II часть, г. Москва 1997г.
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школинтернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия» Е.А. Вагнера, г.Пермь, 2008 г.
- Химический состав пищевых продуктов, под ред. проф. И.М. Скурихина и проф. д-ра мед. Наук М.Н. Волгарева, изд. «Агропромиздат», г. Москва, 1987г.
- Химический состав пищевых продуктов, под ред. А.А. Покровского, Москва, 1976г.