СОГЛАСОВАНО:
Директор АУ "Сургутский политехнический колледж"
_____ Шутов В.Н.
01.09.26 20__ г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор (ООО "Радуга вкуса"
_____ Шикула.А.А
01.09 2026 г

Основное меню

для организации питания студентов обучающихся в АУ "Сургутский политехнический колледж"

12-18 ЛЕТ (2 СМЕНА)

на осенне-зимний период 2026г.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед																										
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	100	1,50	10,10	4,40	115,00	26,00	0,04	0,00	0,04	4,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	26,00	37,00	20,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7832 / СП	2008
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,20	3,42	16,05	133,86	7,32	0,08	0,13	0,36	0,32	0,06	0,00	0,25	1,85	10,69	27,21	58,86	25,00	0,99	463,75	0,46	9,43	4,61	0,00	0,03	6086 / 87	2012
ПЕЛЬМЕНИ СКАЗКА ОТВАРНЫЕ	200	21,25	8,30	60,49	442,63	0,36	0,10	0,12	0,04	0,45	0,13	1,16	0,33	3,85	30,14	39,10	167,32	41,49	2,14	355,02	2,67	54,43	6,95	5,97	33,91	7663 / 392	2015
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	0,49	18,92	113,98	0,00	0,06	0,03	0,00	0,98	0,00	0,00	0,07	0,62	13,50	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,37	253,00	0,00	0,00	0,01	6320 / ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5795 / ПП	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4863 / 389	2011
Итого за прием пищи:	**830**	**37,39**	**22,61**	**133,36**	**962,27**	33,68	0,28	0,28	0,44	6,45	0,19	1,16	0,65	6,32	54,33	102,66	300,98	101,34	4,83	883,27	3,50	316,86	11,56	5,97	33,95		
Полдник																										
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60ГР	60	3,96	7,44	33,48	216,00	0,00	0,07	0,00	0,05	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,00	33,60	5,40	0,42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7517 / 467	2008
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	16,00	0,03	0,02	0,01	0,63	0,00	0,00	0,08	0,30	2,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	0,15	26,00	2,00	0,00	0,01	5444 / 338	2011
СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ 200МЛ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	**360**	**4,36**	**7,84**	**66,28**	**355,00**	16,00	0,10	0,02	0,06	1,17	0,00	0,00	0,08	0,30	2,00	25,00	44,60	13,40	2,62	278,00	0,15	26,00	2,00	0,00	0,01		
Всего за день:		**41,75**	**30,45**	**199,64**	**1 317,27**	49,68	0,38	0,30	0,50	7,62	0,19	1,16	0,73	6,62	56,33	127,66	345,58	114,74	7,45	1 161,27	3,65	342,86	13,56	5,97	33,96		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества									№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед																										
САЛАТ ЗЕЛЕНЫЙ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	1,00	10,10	2,40	105,00	14,00	0,03	0,00	0,13	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	36,00	32,00	22,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6880 / 18	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5,02	5,55	19,86	153,15	6,10	0,19	0,07	0,22	4,10	0,00	0,00	0,17	0,99	11,75	38,39	80,20	33,09	1,98	487,84	0,95	11,83	4,32	0,00	0,05	6866 / 102	2011
БУЛГУР ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	180	8,34	5,53	36,29	273,30	0,00	0,05	0,04	0,02	0,44	0,09	0,00	0,13	1,37	0,00	17,53	100,52	54,28	0,88	143,21	0,01	6,65	0,00	0,76	0,00	7830 / 54-22г-2020	2021
НАГГЕТСЫ ИЗ ФИЛЕ МИНТАЯ С СОУСОМ	100	5,93	7,61	2,44	107,01	0,57	0,03	0,03	0,08	2,70	0,03	0,00	0,05	0,39	3,14	16,89	79,29	19,04	0,36	26,64	0,48	16,76	57,79	0,01	0,22	9279 / СП	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	0,49	18,92	113,98	0,00	0,06	0,03	0,00	0,98	0,00	0,00	0,07	0,62	13,50	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,37	253,00	0,00	0,00	0,01	6320 / ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5795 / ПП	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	25,92	111,13	2,56	0,01	0,01	0,00	0,25	0,00	0,00	0,03	0,10	0,80	6,19	3,96	2,88	0,79	111,92	0,06	10,64	0,80	0,00	0,00	6485 / 342.1	2011
Итого за прием пищи:	**910**	**25,89**	**29,74**	**116,33**	**928,37**	23,23	0,37	0,18	0,45	13,27	0,12	0,00	0,45	3,47	29,19	125,35	333,77	146,14	5,71	834,11	1,87	298,88	62,91	0,77	0,28		
Полдник																										
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,64	9,70	31,53	218,25	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,58	0,00	11,70	37,80	13,50	0,63	63,00	0,00	175,00	0,00	0,00	0,00	4853 / ПП	
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	0,06	0,03	0,01	0,20	0,00	0,00	0,07	0,20	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,15	4942 / 341	2011
СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ 200МЛ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**4,44**	**9,90**	**62,03**	**348,25**	38,00	0,11	0,06	0,01	0,20	0,00	0,00	0,07	0,78	0,00	46,70	54,80	24,50	0,73	218,00	0,00	187,00	0,00	0,00	0,15		
Всего за день:		**30,33**	**39,64**	**178,36**	**1 276,62**	61,23	0,48	0,24	0,46	13,47	0,12	0,00	0,52	4,25	29,19	172,05	388,57	170,64	6,44	1 052,11	1,87	485,88	62,91	0,77	0,43		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед																											
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	100	0,82	6,10	2,95	69,94	9,50	0,04	0,03	0,01	2,63	0,00	0,00	0,04	0,19	4,30	24,49	42,00	13,41	0,96	137,40	0,28	7,39	2,85	0,00	0,01	4932 / 20	2011
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	3,65	5,95	15,92	142,35	7,08	0,09	0,09	0,24	2,35	0,00	0,00	0,15	0,68	12,50	52,47	90,11	31,16	1,61	458,67	0,43	29,94	5,57	0,00	0,04	6048 / 84	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,82	6,32	25,70	175,40	12,46	0,15	0,13	0,05	0,29	0,09	0,00	0,46	1,62	12,32	49,03	102,73	35,38	1,47	916,71	0,67	22,84	10,22	0,00	0,05	6149 / 312	2011
КОТЛЕТЫ ПЕЧЁНОЧНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ №331	100	8,49	6,94	2,43	137,17	1,09	0,03	0,20	0,55	1,99	0,00	6,81	0,24	2,11	28,58	10,26	80,96	18,42	1,24	179,68	1,57	36,95	4,06	3,12	17,78	9261 / СП	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	0,49	18,92	113,98	0,00	0,06	0,03	0,00	0,98	0,00	0,00	0,07	0,62	13,50	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,37	253,00	0,00	0,00	0,01	6320 / ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5795 / ПП	
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,66	0,27	27,80	132,51	88,00	0,01	0,05	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,19	0,00	11,16	3,06	3,06	0,54	10,60	0,00	2,40	0,00	0,00	0,00	7787 / 388	2011
Итого за прием пищи:	**910**	**22,88**	**26,37**	**104,22**	**836,15**	118,13	0,38	0,53	1,01	8,24	0,09	6,81	0,96	5,41	71,20	157,76	356,66	116,28	6,72	1 767,56	3,32	352,52	22,70	3,12	17,89		
Полдник																											
БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ 60ГР ©	60	3,05	4,44	24,40	157,02	0,09	0,03	0,04	0,01	1,32	0,07	0,02	0,00	0,28	8,84	18,73	34,84	6,73	0,57	81,23	0,25	13,47	1,79	0,01	0,01	4158 / 426	2015
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	0,06	0,03	0,01	0,20	0,00	0,00	0,07	0,20	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,15	4942 / 341	2011
СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ 200МЛ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	**360**	**3,85**	**4,64**	**54,90**	**287,02**	38,09	0,09	0,07	0,02	1,52	0,07	0,02	0,07	0,48	8,84	53,73	51,84	17,73	0,67	236,23	0,25	25,47	1,79	0,01	0,16		
Всего за день:		**26,73**	**31,01**	**159,12**	**1 123,17**	156,22	0,47	0,60	1,03	9,76	0,16	6,83	1,03	5,89	80,04	211,49	408,50	134,01	7,39	2 003,79	3,57	377,99	24,49	3,13	18,05		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед																											
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	100	0,92	6,12	3,82	75,76	19,10	0,05	0,04	0,44	2,77	0,00	0,00	0,09	0,50	7,49	30,49	36,35	19,12	0,96	189,05	0,27	9,57	2,92	0,00	0,02	5507 / 29	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	2,92	2,50	17,17	103,64	8,10	0,09	0,07	0,18	1,08	0,00	0,00	0,30	1,12	9,72	20,94	70,02	26,42	1,09	591,78	0,52	9,40	12,64	0,00	0,06	6081 / 106	2011
ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ КУРИНОГО 50/150Г	200	12,40	15,06	33,60	352,34	1,67	0,05	0,04	0,23	4,58	0,00	0,00	0,15	0,84	12,80	17,47	82,59	30,34	0,81	140,29	0,90	10,13	2,05	0,01	0,04	6917 / 331	2016
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	0,49	18,92	113,98	0,00	0,06	0,03	0,00	0,98	0,00	0,00	0,07	0,62	13,50	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,37	253,00	0,00	0,00	0,01	6320 / ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5795 / ПП	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,00	0,00	18,43	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,36	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	7773 / 348	2011
Итого за прием пищи:	**830**	**21,68**	**24,47**	**102,44**	**787,93**	28,87	0,25	0,18	0,85	9,41	0,00	0,00	0,61	3,08	43,51	79,61	226,76	90,73	3,76	986,22	2,06	282,30	17,61	0,01	0,13		
Полдник																											
ВАФЛИ	50	2,18	12,13	21,83	242,50	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,16	0,00	7,20	16,20	4,50	0,68	70,00	0,00	24,50	0,00	0,00	0,00	4892 / ПП	2008
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	16,00	0,03	0,02	0,01	0,63	0,00	0,00	0,08	0,30	2,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	0,15	26,00	2,00	0,00	0,01	5444 / 338	2011
СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ 200МЛ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**2,58**	**12,53**	**54,63**	**381,50**	16,00	0,05	0,04	0,01	0,63	0,00	0,00	0,08	0,46	2,00	23,20	27,20	12,50	2,88	348,00	0,15	50,50	2,00	0,00	0,01		
Всего за день:		**24,26**	**37,00**	**157,07**	**1 169,43**	44,87	0,30	0,22	0,86	10,04	0,00	0,00	0,69	3,54	45,51	102,81	253,96	103,23	6,64	1 334,22	2,21	332,80	19,61	0,01	0,14		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед																											
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	0,83	5,21	7,63	82,54	3,81	0,03	0,04	1,06	2,70	0,00	0,00	0,10	0,52	5,63	32,18	30,94	21,33	1,35	225,59	0,27	22,50	3,51	0,00	0,03	5476 / 40	2012
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ (гуляш из куриного филе)	250	6,46	7,60	13,13	145,56	1,25	0,04	0,02	0,23	2,21	0,00	0,00	0,02	0,39	3,04	22,91	47,78	15,90	0,52	93,34	0,42	4,08	1,72	11,38	0,01	7318 / 218	2006
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	5,32	5,18	38,25	234,97	0,00	0,08	0,03	0,02	1,38	0,08	0,00	0,10	0,58	12,12	16,83	49,43	9,09	1,15	75,45	0,44	2,87	0,91	0,02	0,01	6277 / 203	2011
БИТОЧКИ СОЧНЫЕ С СОУСОМ КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	100	7,19	5,01	2,51	102,70	0,46	0,02	0,03	0,08	1,09	0,03	0,54	0,18	1,64	3,55	7,13	56,86	20,33	0,70	142,98	1,02	25,25	2,83	4,08	23,24	8562 / СП	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	0,49	18,92	113,98	0,00	0,06	0,03	0,00	0,98	0,00	0,00	0,07	0,62	13,50	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,37	253,00	0,00	0,00	0,01	6320 / ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5795 / ПП	
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,13	0,05	23,02	99,68	1,50	0,01	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,04	0,25	3,58	2,48	3,38	0,14	30,47	0,00	0,49	0,00	0,00	0,00	7789 / 673	2013
Итого за прием пищи:	**910**	**25,37**	**23,84**	**113,96**	**844,23**	7,02	0,24	0,16	1,39	8,36	0,11	0,54	0,49	3,79	38,09	92,98	225,29	84,88	4,76	632,33	2,52	308,19	8,97	15,48	23,30		
Полдник																											
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	0,06	0,03	0,01	0,20	0,00	0,00	0,07	0,20	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,15	4942 / 341	2011
ПИРОЖОК С КУРАГОЙ	60	3,10	4,33	27,00	163,85	0,05	0,03	0,04	0,01	1,23	0,07	0,02	0,00	0,30	9,23	16,64	34,25	5,51	0,36	52,99	0,26	13,76	1,83	0,01	0,01	9280 / 408	2011
СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ 200МЛ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	**360**	**3,90**	**4,53**	**57,50**	**293,85**	38,05	0,09	0,07	0,02	1,43	0,07	0,02	0,07	0,50	9,23	51,64	51,25	16,51	0,46	207,99	0,26	25,76	1,83	0,01	0,16		
Всего за день:		**29,27**	**28,37**	**171,46**	**1 138,08**	45,07	0,33	0,23	1,41	9,79	0,18	0,56	0,56	4,29	47,32	144,62	276,54	101,39	5,22	840,32	2,78	333,95	10,80	15,49	23,46		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед																											
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ	100	0,98	6,15	3,68	75,28	16,70	0,05	0,03	0,08	2,77	0,00	0,00	0,07	0,33	7,76	20,15	34,60	16,28	0,96	209,60	0,28	4,91	2,37	0,00	0,01	5423 / 24	2011
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	1,62	5,76	12,16	117,86	9,45	0,06	0,07	0,24	2,35	0,00	0,00	0,16	0,57	14,10	45,88	49,16	23,51	1,20	355,22	0,49	28,16	5,92	0,00	0,04	6045 / 82	2011
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	180	3,60	5,75	28,66	181,10	15,60	0,17	0,12	0,06	0,36	0,09	0,00	0,54	1,88	16,60	27,22	97,85	39,15	1,72	1 039,51	0,66	10,82	9,00	0,00	0,05	7875 / 310	2011
КОТЛЕТА РЫБНАЯ С СОУСОМ	100	5,86	5,68	2,44	89,27	0,57	0,03	0,03	0,08	1,86	0,03	0,00	0,05	0,38	3,12	16,74	78,39	18,85	0,35	26,64	0,48	16,59	57,12	0,01	0,22	8556 / СП	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	0,49	18,92	113,98	0,00	0,06	0,03	0,00	0,98	0,00	0,00	0,07	0,62	13,50	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,37	253,00	0,00	0,00	0,01	6320 / ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5795 / ПП	
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4863 / 389	2011
Итого за прием пищи:	**910**	**17,50**	**24,13**	**99,36**	**734,29**	42,32	0,37	0,28	0,46	8,32	0,12	0,00	0,89	3,78	55,08	120,34	297,80	112,64	5,13	1 695,47	2,28	313,48	74,41	0,01	0,33		
Полдник																											
БУЛОЧКА НОВОМОСКОВСКАЯ	60	4,00	9,34	33,23	238,30	0,06	0,05	0,03	0,01	2,51	0,07	0,02	0,00	0,39	12,04	22,30	44,35	7,21	0,43	69,40	0,34	24,88	2,31	0,01	0,01	4157 /	
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	0,06	0,03	0,01	0,20	0,00	0,00	0,07	0,20	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,15	4942 / 341	2011
СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ 200МЛ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	**360**	**4,80**	**9,54**	**63,73**	**368,30**	38,06	0,11	0,06	0,02	2,71	0,07	0,02	0,07	0,59	12,04	57,30	61,35	18,21	0,53	224,40	0,34	36,88	2,31	0,01	0,16		
Всего за день:		**22,30**	**33,67**	**163,09**	**1 102,59**	80,38	0,48	0,34	0,48	11,03	0,19	0,02	0,96	4,37	67,12	177,64	359,15	130,85	5,66	1 919,87	2,62	350,36	76,72	0,02	0,49		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед																											
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУКУРУЗОЙ	100	1,88	7,05	11,54	117,63	6,04	0,09	0,06	0,64	3,33	0,00	0,00	0,22	0,89	9,05	28,73	57,21	26,42	1,05	400,84	0,43	45,95	4,85	0,00	0,04	4953 / 66(СП)	2016
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	2,21	3,59	14,67	101,37	4,60	0,08	0,05	0,22	1,24	0,06	0,01	0,17	0,69	8,04	19,38	47,26	16,68	0,79	334,25	0,38	8,83	3,86	0,00	0,03	6074 / 54-6С-2020	2011
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ	180	5,27	5,27	37,75	219,61	0,00	0,05	0,04	0,02	2,28	0,09	0,00	0,21	0,93	13,94	26,10	170,92	21,25	1,10	100,95	0,54	6,88	0,00	0,02	0,03	7842 / 171.3	2011
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	100	14,64	12,76	4,23	203,35	1,80	0,03	0,02	0,26	2,25	0,00	0,00	0,06	0,23	4,20	19,20	19,34	9,13	0,45	100,18	0,24	5,01	1,53	0,00	0,01	7674 / 246	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	0,49	18,92	113,98	0,00	0,06	0,03	0,00	0,98	0,00	0,00	0,07	0,62	13,50	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,37	253,00	0,00	0,00	0,01	ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	18,43	77,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,36	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,20	0,00	0,00	0,00	6484 / 349	2011
Итого за прием пищи:	**910**	**29,44**	**29,46**	**116,04**	**898,15**	12,44	0,31	0,20	1,14	10,08	0,15	0,01	0,73	3,36	48,73	104,12	332,53	88,33	4,29	1 001,32	1,96	319,87	10,24	0,02	0,12		
Полдник																											
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 75ГР	75	9,38	9,27	30,73	250,67	0,20	0,06	0,12	0,05	2,09	0,14	0,03	0,00	0,52	12,56	68,42	110,81	13,98	0,64	104,30	0,49	32,36	2,87	0,02	0,02	4160 / 410.1	2011
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	16,00	0,03	0,02	0,01	0,63	0,00	0,00	0,08	0,30	2,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	0,15	26,00	2,00	0,00	0,01	5444 / 338	2011
СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ 200МЛ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	**375**	**9,78**	**9,67**	**63,53**	**389,67**	16,20	0,09	0,14	0,06	2,72	0,14	0,03	0,08	0,82	14,56	84,42	121,81	21,98	2,84	382,30	0,64	58,36	4,87	0,02	0,03	389	2011
Всего за день:		**39,22**	**39,13**	**179,57**	**1 287,82**	28,64	0,40	0,34	1,20	12,80	0,29	0,04	0,81	4,18	63,29	188,54	454,34	110,31	7,13	1 383,62	2,60	378,23	15,11	0,04	0,15		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед																											
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	100	0,92	6,12	3,82	75,76	19,10	0,05	0,04	0,44	2,77	0,00	0,00	0,09	0,50	7,49	30,49	36,35	19,12	0,96	189,05	0,27	9,57	2,92	0,00	0,02	5507 / 29	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	9,82	4,38	19,66	137,77	8,07	0,09	0,07	0,17	1,04	0,00	0,00	0,30	1,06	9,08	19,00	58,79	23,76	1,04	568,38	0,44	7,33	5,40	0,00	0,03	6078 / 104	2011
БУЛГУР ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	180	8,34	5,53	36,29	273,30	0,00	0,05	0,04	0,02	0,44	0,09	0,00	0,13	1,37	0,00	17,53	100,52	54,28	0,88	143,21	0,01	6,65	0,00	0,76	0,00	7830 / 54-22г-2020	2021
ЛЮЛЯ-КЕБАБ С СОУСОМ	100	8,42	9,80	7,19	179,76	0,46	0,00	0,00	0,07	1,76	0,03	0,00	0,01	0,07	1,24	4,45	4,75	2,42	0,11	26,64	0,05	1,43	0,36	0,00	0,00	8554 / СП	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	0,49	18,92	113,98	0,00	0,06	0,03	0,00	0,98	0,00	0,00	0,07	0,62	13,50	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,37	253,00	0,00	0,00	0,01	ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	25,92	111,13	2,56	0,01	0,01	0,00	0,25	0,00	0,00	0,03	0,10	0,80	6,19	3,96	2,88	0,79	111,92	0,06	10,64	0,80	0,00	0,00	6485 / 342.1	2011
Итого за прием пищи:	**910**	**33,10**	**26,78**	**122,30**	**956,50**	30,19	0,26	0,19	0,70	7,24	0,12	0,00	0,63	3,72	32,11	88,01	242,17	117,31	4,68	1 103,70	1,20	288,62	9,48	0,76	0,06		
Полдник																											
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	16,00	0,03	0,02	0,01	0,63	0,00	0,00	0,08	0,30	2,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	0,15	26,00	2,00	0,00	0,01	5444 / 338	2011
ПИРОЖОК С КУРАГОЙ	60	3,10	4,33	27,00	163,85	0,05	0,03	0,04	0,01	1,23	0,07	0,02	0,00	0,30	9,23	16,64	34,25	5,51	0,36	52,99	0,26	13,76	1,83	0,01	0,01	9280 / 408	2011
СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ 200МЛ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	**360**	**3,50**	**4,73**	**59,80**	**302,85**	16,05	0,06	0,06	0,02	1,86	0,07	0,02	0,08	0,60	11,23	32,64	45,25	13,51	2,56	330,99	0,41	39,76	3,83	0,01	0,02	389	2011
Всего за день:		**36,60**	**31,51**	**182,10**	**1 259,35**	46,24	0,32	0,25	0,72	9,10	0,19	0,02	0,71	4,32	43,34	120,65	287,42	130,82	7,24	1 434,69	1,61	328,38	13,31	0,77	0,08		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед																											
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	100	1,50	15,11	8,50	176,09	47,02	0,05	0,00	0,28	6,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	34,02	31,02	15,01	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5447 / 42	2008
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ	250	6,46	7,60	13,13	145,56	1,25	0,04	0,02	0,23	2,21	0,00	0,00	0,02	0,39	3,04	22,91	47,78	15,90	0,52	93,34	0,42	4,08	1,72	11,38	0,01	7318 / 218	2006
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	10,81	7,39	53,12	317,90	0,00	0,27	0,15	0,02	5,64	0,09	0,00	0,33	2,78	26,53	21,15	224,37	149,55	5,28	316,04	1,71	3,56	2,74	0,00	0,02	7841 / 171,1	2011
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ РУБЛЕНЫЕ С СОУСОМ	100	14,41	7,18	13,19	180,38	0,66	0,06	0,08	0,10	2,22	0,03	0,30	0,32	3,21	8,18	16,89	119,68	52,42	1,69	26,64	1,38	145,54	4,02	10,11	57,65	9260 / 270	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	0,49	18,92	113,98	0,00	0,06	0,03	0,00	0,98	0,00	0,00	0,07	0,62	13,50	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,37	253,00	0,00	0,00	0,01	ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	
КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" (для детей дошкольного и школьного	200	0,00	0,00	22,80	92,15	8,04	0,23	0,29	0,10	2,35	1,68	0,50	0,37	2,42	117,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5028 / 19	25/11/21
Итого за прием пищи:	**910**	**38,62**	**38,07**	**140,16**	**1 090,86**	56,97	0,71	0,57	0,73	20,30	1,80	0,80	1,11	9,42	168,75	105,32	460,65	247,73	9,29	500,52	3,88	406,18	8,48	21,49	57,69		
Полдник																											
СЫРНАЯ ПАЛОЧКА	60	7,29	8,57	32,66	243,22	0,10	0,06	0,07	0,04	1,40	0,11	0,18	0,01	0,49	17,03	107,29	97,57	11,61	0,62	92,17	0,80	110,37	2,95	0,01	0,01	4008 /	
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	38,00	0,06	0,03	0,01	0,20	0,00	0,00	0,07	0,20	0,00	35,00	17,00	11,00	0,10	155,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,15	4942 / 341	2011
СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ 200МЛ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	**360**	**8,09**	**8,77**	**63,16**	**373,22**	38,10	0,12	0,10	0,05	1,60	0,11	0,18	0,08	0,69	17,03	142,29	114,57	22,61	0,72	247,17	0,80	122,37	2,95	0,01	0,16		
Всего за день:		**46,71**	**46,84**	**203,32**	**1 464,08**	95,07	0,83	0,67	0,78	21,90	1,91	0,98	1,19	10,11	185,78	247,61	575,22	270,34	10,01	747,69	4,68	528,55	11,43	21,50	57,85		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	В6, мкг	РР, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Обед																											
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	0,74	5,09	9,04	89,83	14,70	0,03	0,04	0,25	2,21	0,00	0,00	0,12	0,56	8,79	40,94	27,95	15,26	0,82	166,17	0,36	12,60	2,87	0,00	0,02	5456 / 45	2011
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	2,37	5,97	16,60	132,17	6,71	0,09	0,06	0,21	2,44	0,00	0,00	0,27	0,98	8,55	26,19	68,00	23,89	1,04	490,09	0,41	175,53	4,85	0,00	0,03	6062 / 96	2011
АЗУ	200	17,79	19,99	17,72	321,92	7,00	0,12	0,00	0,00	4,12	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	25,99	204,95	41,99	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8108 / 257	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	0,49	18,92	113,98	0,00	0,06	0,03	0,00	0,98	0,00	0,00	0,07	0,62	13,50	10,35	37,80	14,85	0,90	64,50	0,37	253,00	0,00	0,00	0,01	ПП	
ХЛЕБ СТОЛИЧНЫЙ	30	2,04	0,30	10,50	64,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	1,00	0,00	28,20	119,00	1,00	0,02	0,00	0,09	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	29,00	28,00	18,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8565 / 440	2008
Итого за прием пищи:	**830**	**27,34**	**31,84**	**100,98**	**841,70**	29,41	0,32	0,13	0,55	10,65	0,00	0,00	0,46	2,16	30,84	132,47	366,70	113,99	6,76	720,76	1,14	441,13	7,72	0,00	0,06		
Полдник																											
БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	60	3,24	3,53	26,99	160,22	0,05	0,04	0,04	0,01	1,16	0,07	0,02	0,00	0,32	10,20	11,53	32,62	6,61	0,61	76,10	0,25	7,46	1,07	0,01	0,01	8976 / 426	2015
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	16,00	0,03	0,02	0,01	0,63	0,00	0,00	0,08	0,30	2,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	0,15	26,00	2,00	0,00	0,01	5444 / 338	2011
СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ 200МЛ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011
Итого за прием пищи:	**360**	**3,64**	**3,93**	**59,79**	**299,22**	16,05	0,07	0,06	0,02	1,79	0,07	0,02	0,08	0,62	12,20	27,53	43,62	14,61	2,81	354,10	0,40	33,46	3,07	0,01	0,02		
Всего за день:		**30,98**	**35,77**	**160,77**	**1 140,92**	45,46	0,39	0,19	0,57	12,44	0,07	0,02	0,54	2,78	43,04	160,00	410,32	128,60	9,57	1 074,86	1,54	474,59	10,79	0,01	0,08		

ООО "РАДУГА ВКУСА"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мг	E, мг	Д, мкг	B12, мкг	B6, мкг	PP, мг	Фолиевая кислота, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	Zn, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	328,15	353,39	1 754,50	12 279,33	652,86	4,38	3,38	8,01	117,95	3,30	9,63	7,74	50,35	660,96	1 653,07	3 759,60	1 394,93	72,75	12 952,44	27,13	3 933,59	258,73	47,71	134,69
Среднее значение за период	32,82	35,34	175,45	1 227,93	65,29	0,44	0,34	0,80	11,80	0,33	0,96	0,77	5,04	66,10	165,31	375,96	139,49	7,28	1 295,24	2,71	393,36	25,87	4,77	13,47
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	10,7	25,9	63,4																					

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Обед	Полдник
12 ЛЕТ И СТАРШЕ 2-АЯ СЕНА	886	360

Основание:

СаНПин 2.3/2.4.4282-26 Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации
Утверждённые руководителем ФСН в сфере защиты потребителем и благополучия человека А. Ю. Поповой
2) Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельян
3) Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А.
4) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания /Авт.-сост А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко. - М.:"ИКТЦ"ЛАДА", К.: Издат.Арий 2006; 680с
5) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для п.о.п. при общеобразовательных школах. "Хлебпродинформ" М 2004
6) Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания . И.М. Скурихин, В.А.Тутельян, ДеЛипринт М.
7)МР 2.4.0179-20
8)Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.12.20-001-73392522-2024 Полуфабрикаты из мяса птицы кусковые и мелкокусковые, бескостные, замороженные. Технические условия
9) Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.13.15-003-73392522-2024 "Полуфабрикаты из мяса замороженные. Технические условия"
10)Продукция изготовлена в соответствии с ТУ 10.13.15-007-73392522-2024 "Полуфабрикаты из мяса птицы замороженные. Технические условия"
11) Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.—М.: Федеральный центр
12) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. Под редакцией члена -

Меню составил: Технолог Мамулян Г.И.