Директор МБОУ

01.12.2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор СГМУП
"Комбинат школьного питания"
Т.Г. Свиязова
01.12.2023.

ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7 - 11 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ ГПД
(столовые, работающие на п/ф)

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Неделя №1															
День 1															
Обед 7-11 лет															
Суп картофельный с бобовыми (горох)	Сб.2004 № 105	200	4,44	2,94	16,54	106,62	24,92	24,11	61,34	1,43	9,6	179,54	0,21	0,14	3,68
Тефтели "Ёжики"с соусом томатным	ТТК № 130	100	7,62	11,70	9,84	173,88	14,29	13,5	78,18	1,11	15,46	93,32	1,74	0,03	0,64
Капуста цветная б/з припущенная	ТТК № 530	150	4,06	3,40	9,86	79,10	44,47	25,55	77,95	2,12	7,56	28,76	0,39	0,12	47,88
Компот из изюма (вит. 50)	ТТК № 822-50	200	0,36	0	23,8	90,83	0,45	0,02	0,11	0,03	0,02	0,02	0	0	0
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**700**	**19,87**	**18,54**	**83,08**	**562,80**	**84,13**	**63,18**	**217,58**	**4,69**	**32,64**	**301,64**	**2,34**	**0,29**	**52,20**
Полдник 7-11 лет															
Сыр (порциями)	Сб. 2004 № 97	15	3,67	3,45	0,00	46,44	132	5,87	83,52	0,13	20,7	38,7	0,08	0	0,05
Булочка "Ванильная"	ТТК № 949	100	7,37	13,27	61,38	391,61	16,1	11,12	59,73	0,88	0,1	0,1	6,47	0,12	0
Чай с сахаром	ТТК № 804	200	1,7	0,41	9,42	46,3	0,26	0	0	0,04	0	0	0	0	0
Итого за прием		**315**	**12,74**	**17,13**	**70,80**	**484,35**	**148,36**	**16,99**	**143,25**	**1,05**	**20,80**	**38,80**	**6,55**	**0,12**	**0,05**
Итого за день		**1015**	**32,61**	**35,67**	**153,88**	**1047,15**	**232,49**	**80,17**	**360,83**	**5,74**	**53,44**	**340,44**	**8,89**	**0,41**	**52,25**

День 2															
Обед 7-11 лет															
Салат "Витаминка"	ТТК № 64	60	1,57	6,21	5,08	78,63	38,32	20,3	35,87	0,88	0	71,38	3	0,07	18,3
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	Сб.2004 № 124	250	1,76	3,37	10,02	74,3	35,06	18,31	41,16	0,7	12	228,53	0,2	0,05	12,22
Запеканка картофельная с колбасой	ТТК № 239-1	150	6,33	10,59	25,59	219,88	29,3	34,74	86,65	1,31	16,8	435,3	1,02	0,13	11,32
Компот из с/м черноплодной рябины (вит. 50)	ТТК № 833	200	0,57	0,07	23,33	90,47	10,62	4,89	19,24	0,45	0,01	0,02	600	0	2,4
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**710**	**13,62**	**20,74**	**87,06**	**575,64**	**113,30**	**78,24**	**182,92**	**3,34**	**28,81**	**735,23**	**604,22**	**0,25**	**44,24**
Полдник 7-11 лет															
Каша молочная пшенная (жидкая)	Сб.2004 № 311	150	5,30	3,00	25,04	147,12	89,47	31,01	120,5	0,8	9,07	17,53	0,09	0,11	0,39
Масло сливочное	ТТК № 43	3	0,02	2,18	0,04	19,82	0,72	0	0,9	0,01	12	13,5	0,03	0	0
Кисель из сока фруктового	ТТК № 835	200	0,29	0,05	26,49	104,92	7,61	2,09	10,35	0,77	0	0	0,06	0	0,48
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**375**	**7,31**	**3,30**	**63,54**	**310,32**	**97,08**	**33,10**	**130,85**	**1,57**	**9,07**	**17,53**	**0,15**	**0,11**	**0,87**
Итого за день		**1085**	**20,93**	**24,04**	**150,60**	**885,96**	**210,38**	**111,34**	**313,77**	**4,91**	**37,88**	**752,76**	**604,37**	**0,36**	**45,11**

День 3															
Обед 7-11 лет															
Суп "Новинка"	ТТК № 109-1	200	2,04	2,96	14,28	89,51	14,69	26,51	54,19	0,96	9,6	179,73	0,2	0,07	4,64
Зразы "Ленивые" с соусом	ТТК № 248	100	8,67	10,71	11,42	175,81	19,7	12,79	79,09	1,16	14,29	98,62	1,92	0,02	0,89
Макаронные изделия отварные	№ 516 сб 2004	150	5,64	4,47	37,45	212,04	16,46	8,48	47	0,87	21	23,63	0,82	0,09	0
Огурцы консервированные, нарезка	ТТК № 52	20	0,15	0,02	0,68	3,12	4,51	2,74	8,23	0,12	0	2	0,02	0,005	1,96
Напиток лимонный (вит. 50)	ТТК № 828	200	0,13	0,02	24,66	96,27	6,47	1,7	3,19	0,16	0,02	0,3	0,03	0,01	5,6
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**720**	**20,02**	**18,68**	**111,53**	**689,11**	**61,83**	**52,22**	**191,70**	**3,27**	**44,91**	**304,28**	**2,99**	**0,20**	**13,09**
Полдник 7-11 лет															
Масло сливочное	ТТК № 43	10	0,08	7,26	0,14	66,06	2.4	0	3	0,02	10	11,5	0,025	0	0
Булочка домашняя	Сб.2004 № 769	100	7,17	12,17	57,41	365,02	14,01	9,83	55,07	0,8	2,93	5,07	6,63	0,08	0
Чай с молоком	Сб.1996 № 630	200	2,97	1,72	11,41	70,85	49,37	5,66	36,41	0,08	5,58	10,23		0,01	0,24
Итого за прием		**310**	**10,22**	**21,15**	**68,96**	**501,93**	**65,78**	**15,49**	**94,48**	**0,90**	**18,51**	**26,80**	**6,66**	**0,09**	**0,24**
Итого за день		**1030**	**30,24**	**39,83**	**180,49**	**1191,04**	**127,61**	**67,71**	**286,18**	**4,17**	**63,42**	**331,08**	**9,65**	**0,29**	**13,33**

День 4															
Обед 7-11 лет															
Салат "Огородничий"	ТТК № 1-1	60	0,83	2,70	5,70	48,16	21,77	10,84	18,67	0,36	0	210,39	1,49	0,02	7,81
Суп картофельный	Сб.2004 № 133	200	1,92	1,87	16,08	87,22	16,49	21,95	54,9	0,85	5,76	173,54	0,16	0,08	7,71
Тефтели "Детские" с соусом томатным	ТТК № 259	100	8,18	11,35	5,27	156,20	3,17	1,94	4,96	0,1	11,23	69,32	0,11	0	0,24
Каша вязкая ячневая	Сб.2004 № 510	150	3,08	3,72	21,52	128,89	28,71	14,34	98,74	0,55	12,6	23,63	0,54	0,06	0
Напиток из плодов шиповника (вит. 50)	ТТК № 809	200	0,68	0,28	24,28	92,59	12,45	3,42	3,51	0,63	0,02	163,42	0,76	0,01	200
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**760**	**18,08**	**20,42**	**95,89**	**625,41**	**82,59**	**52,49**	**180,78**	**2,49**	**29,61**	**640,30**	**3,06**	**0,17**	**215,76**
Полдник 7-11 лет															
Каша молочная манная (жидкая)	Сб.2004 № 311	150	4,40	2,43	21,60	124,78	91,01	13,45	79,75	0,3	9,5	17,42	0,35	0,05	0,41
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Кофейный напиток (растворимый)	ТТК № 904	200	1,7	1,41	15,92	81,56	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Хлеб пшеничный из муки в/с	ТТК № 803	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**380**	**7,86**	**7,72**	**49,60**	**297,66**	**145,27**	**19,54**	**120,40**	**0,38**	**35,50**	**50,92**	**0,40**	**0,06**	**0,67**
Итого за день		**1140**	**25,94**	**28,14**	**145,49**	**923,07**	**227,86**	**72,03**	**301,18**	**2,87**	**65,11**	**691,22**	**3,46**	**0,23**	**216,43**

День 5															
Обед 7-11 лет															
Борщ с капустой и картофелем	Сб.2004 № 110	200	1,37	2,67	10,67	68,43	27,96	16,52	35,57	0,8	9,6	187,3	0,18	0,03	6,38
Рыба, тушенная в томате с овощами	ТТК № 339-1	100	9,54	4,92	5,74	103,32	27,13	30,97	104,11	0,64	4,55	458,2	2,53	0,06	4,01
Рис с овощами	ТТК № 527-1	150	3,39	6,17	33,53	201,21	21,06	28,54	79,97	0,71	21,6	478,5	0,39	0,04	1,34
Компот "Сливовый №1" (вит.50)	ТТК № 831	180	0,2	0,07	14,21	55,37	0,48	0,01	0,09	0,04	0,01	0,02	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	50	3,43	0,49	24,01	116,57	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки		25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**705**	**19,60**	**14,57**	**99,19**	**598,97**	**76,63**	**76,04**	**219,74**	**2,19**	**35,76**	**1124,02**	**3,10**	**0,13**	**11,73**
Полдник 7-11 лет															
Сыр (порциями)	Сб. 2004 № 97	15	3,67	3,45	0,00	46,44	132	5,87	83,52	0,13	20,7	38,7	0,08	0	0,05
Булочка молочная	№ 779 сб 2004г.	100	9,26	2,27	54,42	274,66	58,06	16,25	92,22	0,9	4,84	8,87	1,31	0,11	0,21
Напиток апельсиновый (вит. 50)	ТТК № 829-50	200	0,19	0,04	11,15	43,57	6,98	2,5	4,5	0,08	0,01	1,78	0,04	0,01	5,28
Итого за прием		**315**	**13,12**	**5,76**	**65,57**	**364,66**	**197,04**	**24,62**	**180,24**	**1,11**	**25,55**	**49,35**	**1,43**	**0,12**	**5,54**
Итого за день		**1020**	**32,72**	**20,33**	**164,76**	**963,63**	**273,67**	**100,66**	**399,98**	**3,30**	**61,31**	**1173,37**	**4,53**	**0,25**	**17,27**

Неделя №2															
День 1															
Обед 7-11 лет															
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	Сб.2004 № 139	250	5,22	3,75	21,04	133,26	42,6	33,74	122,31	1,62	12	284,03	0,29	0,12	4,66
Говядина отварная для I блюд	ТТК № 233-1	10	2,72	1,94	0,08	28,67	1,66	2,85	21,69	0,36	0	8,01	0,07	0,01	0,02
Вареники с капустой отварные	ТТК № 232	200	8,74	7,37	52,47	316,39	12,05	0,71	2,43	0,09	0	0	0	0	0
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Компот ягодно-яблочный "Рябинка" (вит.50)	ТТК № 834	180	0,25	0,07	14,23	55,4	0,48	0,01	0,09	0,04	0,01	0,02	0	0	0
Хлеб "Прибрежный" обогащенный йодом	п/п	30	2,21	0,59	15,38	75,12	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**700**	**20,85**	**17,60**	**114,30**	**695,94**	**57,99**	**37,31**	**148,02**	**2,12**	**32,01**	**314,56**	**0,41**	**0,13**	**4,68**
Полдник 7-11 лет															
Печенье сдобное "Хрупкие палочки"	ТТК № 1504	50	3,28	14,12	30,41	259,61	9,04	5,35	30,72	0,47	5	5,2	4,52	0,05	0,02
Чай с сахаром	ТТК № 804	200	1,70	0,41	12,96	59,76	0,37	0	0	0,05	0	0	0	0	0
Мандарины		100	0,75	0,18	8,55	37,29	30,8	9,57	14,79	0,09	0	10	0,2	0,04	15,2
Итого за прием		**350**	**5,73**	**14,71**	**51,92**	**356,66**	**40,21**	**14,92**	**45,51**	**0,61**	**5,00**	**15,20**	**4,72**	**0,09**	**15,22**
Итого за день		**1050**	**26,58**	**32,31**	**166,22**	**1052,60**	**98,20**	**52,23**	**193,53**	**2,73**	**37,01**	**329,76**	**5,13**	**0,22**	**19,90**

День 2															
Обед 7-11 лет															
Рассольник ленинградский	Сб.2004 № 132	250	2,07	3,52	17,26	107,11	14,76	20,77	60,84	0,79	12	224,78	0,23	0,08	6,4
Печень, тушенная в соусе	Сб.2004 № 439	100	12,93	7,03	4,66	133,78	24,16	13,32	207,32	4,42	35,09	59,76	0,83	0,16	9,38
Пюре картофельное	Сб.2004 № 520	150	3,10	4,47	21,72	138,30	39,36	28,65	85,01	1,05	15,44	32,69	0,18	0,12	10,38
Компот "Сливовый № 2" (вит.50)	ТТК № 832-50	200	0.00	0.00	0.16	0.62	0,53	0,01	0,1	0,04	0,01	0,02	0	0	0
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**750**	**21,76**	**15,58**	**83,62**	**557,67**	**78,81**	**62,75**	**353,27**	**6,3**	**62,54**	**317,25**	**1,24**	**0,36**	**26,16**
Полдник 7-11 лет															
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	ТТК № 713	150	4,76	2,84	20,62	127,55	86,14	9,79	62,5	0,1	9,5	17,42	0	0,02	0,41
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Чай с молоком	Сб.1996 № 630	200	2,97	1,72	11,41	70,85	49,37	5,66	36,41	0,08	5,58	10,23		0,01	0,24
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**380**	**9,44**	**8,44**	**43,13**	**285,50**	**136,71**	**15,45**	**100,41**	**0,19**	**35,08**	**50,15**	**0,05**	**0,03**	**0,65**
Итого за день		**1130**	**31,20**	**24,02**	**126,75**	**843,17**	**215,52**	**78,20**	**453,68**	**6,49**	**97,62**	**367,40**	**1,29**	**0,39**	**26,81**

День 3															
Обед 7-11 лет															
Щи из свежей капусты с картофелем (с томатом)	№ 124 сб 2004	250	1,76	3,37	10,02	74,3	35,06	18,31	41,46	0,7	12	228,53	0,2	0,05	12,22
Тефтели "Ёжики"с соусом томатным	ТТК № 135	100	7,62	11,70	9,84	173,88	14,29	13,5	78,18	1,11	15,46	93,32	1,74	0,03	0,64
Каша кукурузная вязкая	Сб.2004 № 510	150	0,54	3,93	1,41	40,53	38,75	5,73	14,75	0,18	21,2	23,85	0,05	0,02	11,21
Напиток лимонный (вит. 50)	ТТК № 828-50	200	0,13	0,02	10,68	43,17	6,05	1,7	3,19	0,11	0,02	0,3	0,03	0,01	5,6
Батончик "На здоровье" пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	п/п	20	1,57	0,59	9,8	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**745**	**13,34**	**19,86**	**53,76**	**441,91**	**114,04**	**39,24**	**137,58**	**2,90**	**48,68**	**346,00**	**2,02**	**0,20**	**29,67**
Полдник 7-11 лет															
Булочка "Ванильная"	ТТК № 949	100	7,37	13,27	61,38	391,61	16,1	11,12	59,73	0,88	0,1	0,1	6,47	0,12	0
Кофейный напиток (растворимый)	ТТК № 808	200	1,7	1,41	15,92	81,56	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Яблоко		100	0,4	0,4	11,6	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
Итого за прием		**400**	**9,47**	**15,08**	**88,90**	**521,85**	**85,16**	**26,21**	**109,88**	**3,15**	**6,10**	**16,10**	**6,67**	**0,16**	**10,26**
Итого за день		**1145**	**22,81**	**34,94**	**142,66**	**963,77**	**199,20**	**65,45**	**247,46**	**6,05**	**54,78**	**362,10**	**8,69**	**0,36**	**39,93**

День 4															
Обед 7-11 лет															
Суп картофельный с бобовыми (горох)	Сб.2004 № 105	200	4,44	2,94	16,54	106,62	24,92	24,11	61,34	1,43	9,6	179,54	0,21	0,14	3,68
Зразы "Ленивые" с соусом	ТТК № 248	100	8,67	10,71	11,42	175,81	19,7	12,79	79,09	1,16	14,29	98,62	1,92	0,02	0,89
Рис припущенный	ТТК № 514	180	4,19	4,57	43,99	234,54	11,59	27,75	85,03	0,6	15,12	28,35	0,32	0,04	0
Напиток клюквенный (вит 50)	ТТК № 810-50	200	0,13	0,05	11,73	46,43	3,95	3,77	2,86	0,18	0,02	0,02	0,25	0,01	3,75
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,0715	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,2855	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**730**	**20,82**	**18,77**	**106,72**	**675,76**	**60,16**	**68,42**	**228,32**	**3,37**	**39,03**	**306,53**	**2,70**	**0,21**	**8,32**
Полдник 7-11 лет															
Сыр (порциями)	Сб. 2004 № 97	10	2,44	2,30	0,00	30,96	88	3,92	55,68	0,09	13,8	25,8	0,05	0	0,03
Булочка домашняя	Сб.2004 № 769	100	7,17	12,17	57,41	365,02	14,01	9,83	55,07	0,8	2,93	5,07	6,63	0,08	0
Теплый компот "Сливовый №1"	ТТК № 852	200	0,20	0,06	14,21	55,32	0,36	0	0	0,04	0	0	0	0	0
Итого за прием		**310**	**9,81**	**14,53**	**71,62**	**451,30**	**102,37**	**13,75**	**110,75**	**0,93**	**16,73**	**30,87**	**6,68**	**0,08**	**0,03**
Итого за день		**1040**	**30,63**	**33,3**	**178,34**	**1127,06**	**162,53**	**82,17**	**339,07**	**4,3**	**55,76**	**337,4**	**9,38**	**0,29**	**8,35**

День 5															
Обед 7-11 лет															
Борщ с картофелем	Сб.2004 № 114	200	1,58	2,74	13,00	79,67	23,84	19,42	44	0,92	9,6	187,58	0,19	0,05	5,49
Рыба, тушенная в томате с овощами	ТТК № 323-1	100	9,54	4,92	5,74	103,32	25,54	30,88	103,8	0,63	4,55	458,2	2,53	0,06	4,01
Картофель отварной	Сб.2004 № 518	150	2,86	3,88	24,22	141,98	16,17	30,13	77,44	1,2	12,6	28,13	0,2	0,13	12
Напиток из плодов шиповника (вит. 50)	ТТК № 809-50	200	0,68	0,28	34,26	130,52	12,75	3,42	3,51	0,66	0,02	163,42	0,76	0,01	200
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	п/п	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,2855	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**700**	**18,05**	**12,32**	**100,26**	**567,84**	**78,30**	**83,85**	**228,75**	**3,41**	**26,77**	**837,33**	**3,68**	**0,25**	**221,50**
Полдник 7-11 лет															
Каша молочная пшённая (жидкая)	Сб.2004 № 311	150	5,30	3,00	25,04	147,12	89,47	31,01	120,5	0,8	9,07	17,53	0,09	0,11	0,39
Масло сливочное	ТТК № 43	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0
Чай с лимоном	ТТК № 804	207	1,76	0,42	13,28	62,23	2,83	0,73	1,34	0,09	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный из муки в/с	п/п	25	1,72	0,25	12,01	58,29	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за прием		**387**	**8,82**	**7,30**	**50,40**	**300,67**	**93,50**	**31,74**	**123,34**	**0,90**	**29,07**	**40,17**	**0,15**	**0,11**	**1,51**
Итого за день		**1087**	**26,87**	**19,62**	**150,66**	**868,51**	**171,80**	**115,59**	**352,09**	**4,31**	**55,84**	**877,50**	**3,83**	**0,36**	**223,01**
Среднедневное значение		**1074**	**28,05**	**29,22**	**155,99**	**986,60**	**191,93**	**82,56**	**324,78**	**4,49**	**58,22**	**556,30**	**65,92**	**0,32**	**66,24**

Стоимость питания 156 руб в день

Основание: СанПиН 2.3 /2.4.3590-20

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах"Хлебпродинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М.Скурихин, В.А.Тутельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, ДеЛи Принт 2008 г.

В случае если возникла производственная необходимость возможна замена дня, один на другой.

Технолог М.Н.Корнева