

УТВЕРЖДА
ИП Кузнецова Л.

Л.Б. Кузнец

« » сентября 202

СОГЛАСОВАНО руководители общеобразовательных учреждений:

Директор МБОУ СОШ № 8 г. Пензы

им. Н.С.Павлушкина

О.Н.Грачева

Директор МБОУ СОШ № 19 г. Пензы

С.В.Дубовицкая

Директор МБОУ СОШ № 26 г. Пензы

им. В.С.Гризодубовой

С.А.Осипова

Директор МБОУ СОШ № 32 г. Пензы

Н.С.Синенков

Директор МБОУ СОШ № 59 г. Пензы

И.Н.Орлова

Директор МБОУ Кадетская школа № 70 г. Пензы
им. 70-летия Победы в ВОВ

Е.В.Выборнов

Директор МБОУ Лицей № 14 г. Пен

Е.С.Шарон

Директор МБОУ СОШ № 20 г. Пен

О.А.Лыс

Директор МБОУ СОШ №

им. В.О.Копчевского г. Пен

А.В.Миряс

Директор МБОУ Кадетская школа № 46 г. Пен

В.А.Борис

Директор МБОУ СОШ № 69 г. Пен

Е.В.Пикарс

Директор МБОУ СОШ № 75/62 г. Пен
им.Героя Советского Союза А.И.Мереняше

В.В.Россе

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

Организатор питания - ИП Кузнецова Л.Б.

На оказание услуг по обеспечению горячим питанием учащихся в
возрасте 12 лет и старше в специально оборудованных школьных
столовых, отвечающих предъявляемым требованиям в зданиях
общеобразовательных учреждениях г. Пензы.

Составлено в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Сезонный период: май - октябрь

2021 год



День: понедельник
Неделя: первая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК													
1.6.1.6	сыр сыр - 31,5	30	7,88	8		105	0,01	0,25	78,74		375	225	0,03	0,25
6.1.3.2.2	батон	50	3,75	1,45	25,7	131	0,055				9,5	32,5	32,5	0,6
327,2003 г	каша молочная Дружба крупя пшено - 22,6 крупя рисовая - 18,7 молоко - 113,1 сахар - 7,1 соль - 1,2 масло сливочное - 12	250	6,97	14,33	39,48	314,28	0,14	1,45	0,07		149,05	181,74	43,24	0,93
685, 2004г	чай с сахаром чай - 1 сахар - 15	200	0,2		15	58					12	18	12	1
	ИТОГО		18,8	23,78	80,18	608,28	0,205	1,7	78,81	0	545,55	457,24	87,77	2,78
	ОБЕД													
8.1.6.1	огурцы свежие огурцы свежие - 102	100	0,7	0,1	1,9	11	0,03	7			17	30	14	0,5
44, Пермь	суп из овощей капуста белокочанная - 25 картофель - 66,25 морковь - 12,5 лук репчатый - 12 горошек зеленый консерв - 11,5 масло растительное - 5 сметана - 12,5 соль - 2	250	1,93	5,86	12,59	115,24	0,09	14,91	0,24	0,23	7,79	60,28	22,63	0,81
155, 2003 г	гуляш говядина - 107 масло слив - 5 томатная паста - 3,6 лук репчатый - 18 мука - 4 соль - 0,5	125	16,15	7,02	4,79	147	0,1	3,12	0,02		16,93	178,64	25,65	8,85
516,2004г 332,2004 г	макароны отварные макароны - 61,2 масло слив - 6,3 соль - 6,1	180	6,12	10,98	41,04	293,4	0,08			0,8	11,96	43,2	10,8	1,06
639, 2004	компот из смеси сухофруктов сухофрукты - 20 кислота лимонная - 0,2 сахар - 20	200	0,6		31,4	124	0,02	5,6		0,11	9,41	6,16	5,04	1,28
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		31,05	25,43	123,84	856,24	0,44	30,63	0,26	1,14	86,29	415,78	121,12	14,83
	ПОЛДНИК													
315, Пермь	булочка Российская мука - 58,3 сахар - 20 масло растительное - 8,3 молоко - 8,3 яйцо - 6,67 соль - 0,56 дрожжи - 1,67	100	7,08	4,83	65,33	333	0,12	0,12	0,05	1,02	29,37	80,07	12,32	1,02
1.2.2.7	напиток "снежок" напиток "снежок" - 206	200	5,4	5	21,6	158	0,06	1,8	40		242	188	30	0,2
	ИТОГО		12,48	9,83	86,93	491	0,18	1,92	40,05	1,02	271,37	268,07	42,32	1,22
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		62,33	59,04	291	1955,52	0,825	34,25	119,1	2,16	903,21	1141,1	251,21	18,83

День: вторник
Неделя: первая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК														
89,2003 г	бутерброд с повидлом повидло - 20,2 хлеб пшеничный - 30	50	2,39	0,9	28	129	0,05	0,1			9,4	27,3	11,3	0,86
173,2017 г	каша вязкая молочная из пшениной крупы пшено - 59,5 молоко - 119 вода - 71,4 сахар - 7,1 соль - 1,4 масло слив - 12	250	10,28	13,16	52,76	371,42	0,16	1,14	65,24		174,73	263,45	52,77	2,78
686, 2004г	чай с лимоном чай - 1 сахар - 15 лимон - 8	207	0,3		15,2	60		2,83			14,2	4,4	2,4	0,36
	ИТОГО		12,97	14,06	95,96	560,42	0,21	4,07	65,24	0	198,33	295,15	66,47	4
ОБЕД														
8.1.6.6	помидоры свежие помидоры свежие - 102	100	1,1	0,2	3,8	24	0,06	25			14	26	20	0,9
139,2004	суп картофельный с бобовыми картофель - 67 морковь - 16 горох - 20 лук-репка - 12 масло слив - 5 соль - 2	250	6,2	5,6	22,3	167	0,1	8,41	0,24	0,21	18,43	59,12	22,52	0,8
294, 2017 г	котлеты рубленые из птицы мясо птицы - 158 хлеб пшеничный - 18 молоко или вода - 26 сухари - 10 или хлеб пшеничный - 22 масло растительное - 6 соль-3	100	17,45	16,75	16,28	286	0,2	0,9	53,8		59,78	80	22,2	3,62
511,2004 г	рис отварной крупка рисовая - 64,8 масло сливочное - 8,1 соль - 2,4	180	4,5	7,38	46,26	273,6	0,036		0,036	0,34	6,6	89,9	29,2	0,6
455,2003 г	соус красный основной масло сливочное - 1 мука - 3 томатная паста - 2 морковь - 5 лук репка - 1,2 сахар - 0,76 соль- 1	50	0,41	0,76	3,11	21,85	0,01	0,97	0,1		3,38	6,86	3,51	0,13
685, 2004г	чай с сахаром чай - 1 сахар - 15	200	0,2		15	58					12	18	12	1
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		35,41	32,16	138,9	996,05	0,526	35,28	54,18	0,55	137,39	377,38	152,43	9,36
ПОЛДНИК														
307,Пермь	булочка Веснушка мука - 71,42 сахар - 7,17 дрожжи - 2,17 соль - 0,7 масло растительное - 6,3 яйцо - 2,2 изюм - 3,5	100	9,22	8,82	70,6	398,6	0,18		0,04	1,42	25,94	97,4	17,32	1,38
288,Пермь	молоко кипяч молоко - 210	200	5,59	6,38	9,38	117,31	0,08	2,73	0,05		252	189	29,4	0,21
	ИТОГО		14,81	15,2	79,98	515,91	0,26	2,73	0,09	1,42	277,94	286,4	46,72	1,59
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		63,19	61,42	314,8	2072,38	0,996	42,08	119,5	1,97	613,66	958,93	265,62	14,95

День: среда
Неделя: первая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК													
5.1.5	масло сливочное	20	0,16	14,5	0,26	132,2	0,002		80		4,8	6		0,04
6.1.3.2.2	батон	40	3	1,16	20,56	104,8	0,044				7,6	26	26	0,48
204,2017 г	макароны отварные с сыром макароны - 70 масло сливочное - 10 сыр - 44	250	16,92	19,9	42,64	418	0,1	0,14	144		369	252,6	25,4	1,53
693, 2004г	какао с молоком какао - порошок - 4 молоко - 100 сахар - 20	200	4,9	5	32,5	190	0,04	1,3	0,02	0,01	124,44	109,65	26,75	0,82
6.3.5.3	хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	0,07				14	63,2	18,8	1,56
	ИТОГО		27,62	41,04	109,3	914,6	0,256	1,44	224,1	0,01	519,84	457,45	96,95	4,43
	ОБЕД													
43,2004 г	салат из белокачанной капусты капуста белокачанная свежая - 99 морковь - 13 лимонная кислота - 0,13 сахар - 5 масло растительное - 5	100	1,4	5,1	8,9	88	0,03	35	0,2	4,52	43,17	31,73	17,23	0,58
148,2004 г	суп - лапша домашняя морковь - 12 лук - репка - 12 масло слив - 5 соль - 0,5	250	2,8	5,8	13,9	120	0,06	0,05	0,24	0,53	15,42	43,1	9,95	0,58
549,2004 г	лапша домашняя - 20; мука - 18,7 яйцо - 5 соль - 0,5													
368, 2004г	котлеты рыбные треска (нетто) - 66 хлеб пшеничный - 18 молоко или вода - 26 сухари - 10 масло растительное - 8	100	13	8,8	15,2	196	0,09	0,4	10		64	172	32	1,2
520, 2004г	пюре картофельное картофель - 205,2 масло слив - 6,3 молоко - 28,46 соль - 6,1	180	3,78	9,9	26,04	226,8	0,31	5,62	5,4	0,15	5,4	107,52	36	1,32
11.1.1.16	сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			8	14	8	2,8
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		27,53	31,27	116,4	888,4	0,63	45,07	15,84	5,2	159,19	465,85	146,18	8,79
	ПОЛДНИК													
313, Пермь	булочка Дорожная мука - 65,66 дрожжи - 1,5 сахар - 11,6 масло сливочное - 17,32 соль - 0,66	100	3,44	6,67	28,43	287,5	0,06		0,04	0,58	9,6	34,08	5,75	0,47
517, Пермь	йогурт йогурт - 206	200	10	6,4	17	174	0,06	1,2	0,04		238	182	28	0,2
	ИТОГО		13,44	13,07	45,43	461,5	0,12	1,2	0,08	0,58	247,6	216,08	33,75	0,67
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		68,59	85,38	271,1	2264,5	1,006	47,71	240	5,79	926,63	1139,4	276,88	13,89

День: четверг
Неделя: первая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК													
7,2017 г	бутерброды горячие с сыром сыр - 16 масло сливочное - 6 батон - 30	50	3,39	8,32	14,84	157	0,04	0,06	63		139,44	96,3	9,45	0,49
327,2003 г	каша молочная Дружба крупа пшено - 22,6 крупа рисовая - 18,7 молоко - 113,1 сахар - 7,1 соль - 1,2 масло сливочное - 12	250	6,97	14,33	39,48	314,28	0,14	1,45	0,07		149,05	181,74	43,24	0,93
685, 2004г	чай с сахаром чай - 1 сахар - 15	200	0,2		15	58					12	18	12	1
	ИТОГО		10,56	22,65	69,32	529,28	0,18	1,51	63,07	0	300,49	296,04	64,69	2,42
	ОБЕД													
18, Пермь	салат из свежих помидоров и огурцов помидоры свежие - 57 огурцы свежие - 36 лук-репка - 14 масло растительное - 5	100	0,98	5,13	4,54	65,81	0,04	19,1	0,11		26,77	30,4	16,66	0,76
63, Пермь	щи из свеж капусты с картофелем картофель - 40 капуста свеж - 68,75 морковь - 16,25 лук-репка - 12,5 масло слив - 5 сметана - 10 соль - 2	250	2,09	6,33	10,64	107,83	0,07	18,04	0,24	0,22	44,22	53,62	21,57	0,77
294, 2017 г	котлеты рубленые из птицы мясо птицы - 158 хлеб пшеничный - 18 молоко или вода - 26 сухари - 10 или хлеб пшеничный - 22 масло растительное - 6 соль-3	100	17,45	16,75	16,28	286	0,2	0,9	53,8		59,78	80	22,2	3,62
табл.4 ,506 2004 г	каша гречневая рассыпчатая крупа гречневая - 83,16 масло сливочное - 6,3 соль- 0,96	180	10,08	12,96	49,44	363,6	0,22		0,036	0,58	18	197,28	118,08	3,96
455,2003 г	соус красный основной масло сливочное - 1 мука - 3 томатная паста - 2 морковь - 5 лук репка - 1,2 сахар -0,76 соль- 1	50	0,41	0,76	3,11	21,85	0,01	0,97	0,1		3,38	6,86	3,51	0,13
383,2003 г	кисель из концентрата кисель из концентрата - 24 сахар -10 кислота лимонная - 0,2 вода - 190	200			9,89	119					0,2			0,03
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		36,56	43,4	126	1129,69	0,66	39,01	54,29	0,8	175,55	465,66	225,02	11,58
	ПОЛДНИК													
741,2004 г	ватрушка с творогом мука - 53,57 сахар - 4,63 масло растительное - 2,21 яйцо - 2 соль - 0,77 дрожжи - 1,83 творог - 36,6	100	11,8	4,4	69,68	365,12	0,19		0,013	1,7	24,59	101,95	17,47	1,4
11.1.1.16	сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			8	14	8	2,8
	ИТОГО		12,8	4,8	89,88	457,12	0,21	4	0,013	1,7	32,59	115,95	25,47	4,2
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		59,92	70,65	285,2	2116,09	1,05	44,52	117,4	2,5	508,63	877,65	315,18	18,2

День:пятница
Неделя: первая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК													
337, 2004г	яйцо куриное вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0,2		100	0,24	22	77	5	1
174, 2017 г	каша вязкая молочная из рисовой крупы рис - 52,4 молоко - 119 вода - 77,4 сахар - 7,1 соль - 2,4 масло сливочное - 12	250	7,14	12,9	51,13	350	0,07	1,14	65,24		155,6	187,43	43,4	0,71
286, Пермь	кофейный напиток с молоком (1-й вариант) кофейный напиток - 2 молоко - 100 сахар - 15	200	2,79	3,19	19,71	118,69	0,04	1,3	0,02	0,05	123,39	93,96	18	0,25
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	1,95	3,18	78,6	0,03				5,7	19,5	3,9	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52,5	0,1				10,5	47,4	14,1	1,17
	ИТОГО		19,26	23	84,32	662,79	0,44	2,44	165,3	0,29	317,19	425,29	84,4	3,49
	ОБЕД													
8.1.6.6	помидоры свежие помидоры свежие - 102	100	1,1	0,2	3,8	24	0,06	25			14	26	20	0,9
72, Пермь	суп картофельный с рыбными консервами картофель - 150 морковь - 12,5 лук-репка - 12 масло слив - 2,5 соль - 2 консервы рыбн - 26	250	6,62	8,31	21,28	184,48	0,16	11,78	0,21	1,55	57,3	136,36	41,83	1,49
268, 2017	котлеты, биточки, шницели говядина (котлетное мясо)- 100 хлеб пшеничный - 18 молоко или вода - 24 сухари - 10 масло растительное - 6	100	16,5	24,2	14,32	344	0,08	0,33	44,8		43,13	188,8	55,78	2,8
553, 2004 г	сложный гарнир пюре картофельное картофель - 102,6 молоко - 14,28 масло слив - 3,14 соль - 3 капуста тушеная капуста свежая - 129 масло слив - 3,14 морковь - 2,24 лук-репка - 4,3 томат-паста - 2,16 мука - 1,08 сахар - 2,7 соль - 1,2	180	3,96	7,74	24,3	185,4	0,19	33,5	2,78	0,25	54,42	96,66	35,84	2,96
638, 2004 г	компот из кураги курага - 20 сахар - 20 лимонная кислота - 0,2 вода - 203	200	1,2		31,6	126	0,02	1			40,2	36,5	26,25	0,83
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		34,93	41,92	127,4	1029,48	0,63	71,61	47,79	1,8	232,25	581,82	222,7	11,29
	ПОЛДНИК													
312, Пермь	булочка Домашняя мука - 68,34 сахар - 15 масло растительное - 15 яйцо - 2 соль - 0,6 дрожжи - 1,6	100	7,28	11,8	61,34	380,34	0,14		0,06	0,12	20,34	74,26	12,24	1,02
288, Пермь	молоко кипяч молоко - 210	200	5,59	6,38	9,38	117,31	0,08	2,73	0,05		252	189	29,4	0,21
	ИТОГО		12,87	18,18	70,72	497,65	0,22	2,73	0,11	0,12	272,34	263,26	41,64	1,23
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		67,06	83,1	282,5	2189,92	1,29	76,78	213,2	2,21	821,78	1270,4	348,74	16,01

День: суббота
Неделя: первая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК													
1.6.1.6	сыр сыр - 31,5	30	7,88	8		105	0,01	0,25	78,74		375	225	0,03	0,25
5.1.5	масло сливочное	20	0,16	14,5	0,26	132,2	0,002		80		4,8	6		0,04
366, 2004г	Запеканка из творога творог - 208,2 крупа манная - 14,6 7,8или мука пшеничная - 16 сахар - 14,3 яйцо - 5,8 масло слив - 8,8 сухари - 8,8 сметана - 8,8	220	36,57	32,52	33,48	584,17	0,12	1,03	0,13	0,88	359,15	497,2	58,67	1,92
288, Пермь	молоко кипяч молоко - 210	200	5,59	6,38	9,38	117,31	0,08	2,73	0,05		252	189	29,4	0,21
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	1,95	3,18	78,6	0,03				5,7	19,5	3,9	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52,5	0,1				10,5	47,4	14,1	1,17
	ИТОГО		54,43	63,71	56,3	1069,78	0,342	4,01	158,9	0,88	1007,2	984,1	106,1	3,95
	ОБЕД													
78, 2004 г	икра морковная морковь - 94 лук-репка - 21 томат-паста - 11,17 масло растительное - 8,3 лимонная к-та - 0,045 сахар - 1,2 соль - 2	100	2,2	7,6	11,4	128	0,07	12,8	20	6,82	73,67	115,58	35,58	3,3
133, 2004 г	суп картофельный картофель - 150 морковь - 13 лук-репка - 12 масло слив - 3 бульон или вода - 180 соль - 2	250	2,8	3	20,5	121	0,14	24	0,02		20,97	77,5	31,15	1,18
369, 2004	рыба (филе) отварная треска (нетто) - 195,2 морковь - 12,8 лук репчатый - 9,6 соль - 2	160	31,18	1,28		140,8	0,11	0,91	0,41	2,46	67	311,36	40,01	1,06
317, 2003 г	рагу из овощей картофель - 77,04 морковь - 36 лук-репка - 147,28 капуста свежая - 76,88 масло сливочное - 7 соль - 1,08 соус красный основной - 54 масло сливочное - 1,08 мука - 2,7 томатная паста - 1,6 морковь - 5,4 лук репка - 1,3 сахар - 0,8 соль - 0,9	180	3,29	7,19	19,04	156,6	0,11	42,82	0,04		62,6	85,22	40	1,37
11.1.1.16	сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			8	14	8	2,8
9.1.5.2	фрукт (по сезону)	250	3,75	1,25	52,5	240	0,1	25			20	70	105	1,5
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		49,77	21,99	155,8	1044	0,67	109,5	20,47	9,28	275,44	771,16	302,74	13,52
	ПОЛДНИК													
315, Пермь	булочка Российская мука - 58,3 сахар - 20 масло растительное - 8,3 молоко - 8,3 яйцо - 6,67 соль - 0,58 дрожжи - 1,67	100	7,08	4,83	65,33	333	0,12	0,12	0,05	1,02	29,37	80,07	12,32	1,02
11.1.1.16	сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			8	14	8	2,8
	ИТОГО		8,08	5,03	85,53	425	0,14	4,12	0,05	1,02	37,37	94,07	20,32	3,82
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		112,28	90,73	297,6	2538,78	1,152	117,7	179,4	11,18	1320	1849,3	429,16	21,29

День: понедельник
Неделя: вторая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК													
133, Пермь	омлет с зеленым горошком яйцо - 30 молоко - 30 масло сливочное - 2,5 горошек зеленый - 22,5	75	5,12	6,25	2,5	86,73	0,08	4	0,11	0,23	56,72	102,94	13,31	0,89
174, 2017 г	каша вязкая молочная из рисовой крупы рис - 44 молоко - 100 вода - 65 сахар - 6 соль - 2 масло сливочное - 10	210	6	10,85	42,95	294	0,06	0,96	54,8		130,67	157,44	36,46	0,6
693, 2004г	какао с молоком какао - порошок - 4 молоко - 100 сахар - 20	200	4,9	5	32,5	190	0,04	1,3	0,02	0,01	124,44	109,65	26,75	0,82
6.1.3.2.2	батон	40	3	1,18	20,56	104,8	0,044				7,6	26	26	0,48
6.3.5.3	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52,5	0,1				10,5	47,4	14,1	1,17
	ИТОГО		21	23,62	108,5	728,03	0,324	6,26	54,93	0,24	329,93	443,43	116,62	3,96
	ОБЕД													
8.1.6.1	огурцы свежие огурцы свежие - 102	100	0,7	0,1	1,9	11	0,03	7			17	30	14	0,5
110, 2004 г	борщ с капустой и картофелем свекла - 50, капуста свеж - 25 картофель - 27, морковь - 19 лук репчатый - 12 томат паста - 3,2 зелень - 1 сахар - 3 лимонная кислота - 0,12 масло слив - 5 соль - 2 сметана - 10 бульон или вода - 200	250	2	5,2	13	106	0,05	8,25	0,24	1,52	41,92	48,81	22,65	1,01
155, 2003 г	гуляш говядина - 107 масло слив - 5 томатная паста - 3,6 лук репчатый - 18 мука - 4 соль - 0,5	125	16,15	7,02	4,79	147	0,1	3,12	0,02		16,93	178,64	25,65	8,85
516, 2004г 332, 2004 г	макароны отварные макароны - 61,2 масло слив - 6,3 соль - 6,1	180	6,12	10,98	41,04	293,4	0,08			0,8	11,96	43,2	10,8	1,08
685, 2004г	чай с сахаром чай - 1 сахар - 15	200	0,2		15	58					12	18	12	1
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		30,72	24,77	107,9	781	0,38	18,37	0,26	2,32	123,01	416,15	128,1	14,75
	ПОЛДНИК													
315, Пермь	булочка Российская мука - 58,3 сахар - 20 масло растительное - 8,3 молоко - 8,3 яйцо - 6,87 соль - 0,58 дрожжи - 1,67	100	7,08	4,83	65,33	333	0,12	0,12	0,05	1,02	29,37	80,07	12,32	1,02
11.1.1.16	сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			8	14	8	2,8
	ИТОГО		8,08	5,03	85,53	425	0,14	4,12	0,05	1,02	37,37	94,07	20,32	3,82
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		59,8	53,42	301,9	1934,03	0,844	28,75	55,24	3,58	490,31	953,65	265,04	22,53

День: вторник
Неделя: вторая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК													
668,1981 г	тефтели 1-й вариант - 60 говядина (котлетное мясо) - 52 хлеб пшеничный - 8 молоко или вода - 12 лук-репка - 24 масло сливочное - 3 мука - 4	110	8,1	10	10,6	165	0,04	1			24	118	21	0,9
824,1981 г	соус красный основной - 50 бульон или вода - 50 масло сливочное - 1 мука - 2,5 томат- паста - 2 морковь - 5 лук-репка - 1,2 сахар - 0,75		0,6	1	3,1	24	0,01	0,4			8	40	6	0,2
табл.4, 50, 2004 г	каша гречневая рассыпчатая крупя гречневая - 83,16 масло сливочное - 6,3 соль - 0,86	180	10,08	12,96	49,44	363,6	0,22		0,036	0,58	18	197,28	118,08	3,96
638, 2004	компот из кураги курага - 20 сахар - 20 лимонная кислота - 0,2 вода - 203	200	1,2		31,6	126	0,02	1			40,2	36,5	26,25	0,83
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	1,95	3,18	78,6	0,03				5,7	19,5	3,9	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52,5	0,1				10,5	47,4	14,1	1,17
	ИТОГО		24,21	26,27	107,9	809,7	0,42	2,4	0,036	0,58	106,4	458,68	189,33	7,42
	ОБЕД													
8.1.6.6	помидоры свежие помидоры свежие - 102	100	1,1	0,2	3,8	24	0,06	25			14	26	20	0,9
139,2004	суп картофельный с бобовыми картофель - 87 морковь - 16 горох - 20 лук-репка - 12 масло слив - 5 соль - 2	250	6,2	5,6	22,3	167	0,1	8,41	0,24	0,21	18,43	59,12	22,52	0,8
211,Пермь	плов из птицы мясо птицы - 197,6 масло растительное - 10,48 лук репчатый - 20,93 морковь - 13,33 рис - 46,7 соль - 2,7	200	35,43	43,17	39,09	711,51	0,16	2	1,07	0,012	51,47	377,33	91,47	3,41
699,2004 г	напиток апельсиновый апельсины - 22 сахар - 24 вода - 210	200	0,1		25,2	96	0,02	10	0,01	0,2	20,05	15,6	13,2	1,65
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		48,38	50,44	122,51	1164,11	0,46	45,41	1,32	0,42	127,15	575,55	190,19	9,07
	ПОЛДНИК													
741,2004 г	ватрушка с творогом мука - 53,57 сахар - 4,63 масло растительное - 2,21 яйцо - 2 соль - 0,77 дрожжи - 1,83 творог - 36,6	100	11,8	4,4	69,68	365,12	0,19		0,013	1,7	24,59	101,95	17,47	1,4
272 Пермь	ряженка ряженка - 205	200	5,6	6,38	8,18	112,52	0,08	1,4	0,04		240	180	28	0,2
	ИТОГО		17,4	10,78	77,86	477,64	0,27	1,4	0,053	1,7	264,59	281,95	45,47	1,6
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		89,99	87,49	308,29	2451,45	1,15	49,21	1,41	2,70	498,14	1316,18	424,99	18,09

День: среда
Неделя: вторая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК													
366, 2004г	Запеканка из творога творог - 113,54 крупя манная - 7,94 или мука пшеничная - 9,6 сахар - 7,94 яйцо - 3,14 масло слив - 4,8 сухари - 4,8 сметана - 4,8	120	19,94	17,74	18,26	318,64	0,07	0,06	0,07	0,48	195,96	271,2	32	1,04
173, 2017 г	каша вязкая молочная из пшеничной крупы пшено - 50 молоко - 100 вода - 60 сахар - 6 соль - 1,2 масло слив - 10	210	8,64	11,06	44,32	312	0,14	0,96	54,8		146,77	221,30	44,33	2,34
685, 2004г	чай с сахаром чай - 1 сахар - 15	200	0,2		15	58					12	18	12	1
6.1.3.2.2	батон	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04				7,6	26	26	0,48
	ИТОГО		31,78	29,96	98,14	793,44	0,25	1,02	54,87	0,48	362,33	536,5	114,33	4,86
	ОБЕД													
43, 2004 г	салат из белокочанной капусты капуста белокочанная свежая - 99 морковь - 13 лимонная кислота - 0,13 сахар - 5 масло растительное - 5	100	1,4	5,1	8,9	88	0,03	35	0,2	4,52	43,17	31,73	17,23	0,58
138, 2004	суп картофельный с крупой картофель - 100 крупя рисовая - 5 морковь - 13 лук-репка - 12 масло слив - 3 соль - 2	250	1,8	5,2	16,5	122	0,12	16,5	0,02		18,57	67,4	26,67	0,97
175, Пермь	фрикадельки рыбные - 70 треска (нетто) - 56 хлеб пшеничный - 10 молоко или вода - 14 яйца - 8 соль - 2	100	10,46	5,41	5,52	80,82	0,09	0,4	0,05	0,4	30,3	159,97	35,09	0,86
265, Пермь	соус томатный - 30 вода - 15 мука - 1,5 масло сливочное - 1,5 томат-паста - 2 сахар - 0,5		0,16	1,1	1,57	16,8	0,006	0,6	0,006	0,04	1,55	4,9	0,25	0,11
520, 2004г	пюре картофельное картофель - 205,2 масло слив - 6,3 молоко - 28,46 соль - 6,1	180	3,78	9,9	26,04	226,8	0,31	5,62	5,4	0,15	5,4	107,52	36	1,32
685, 2004г	напиток из плодов шиповника плоды шиповника сушеные - 20 сахар - 20 вода - 200	200	0,2		15	58					12	18	12	1
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	18,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		23,35	28,18	105,7	758,02	0,676	58,12	5,676	5,11	134,19	487,02	170,24	7,15
	ПОЛДНИК													
307, Пермь	булочка Веснушка мука - 71,42 сахар - 7,17 дрожжи - 2,17 соль - 0,7 масло растительное - 6,3 яйцо - 2,2 изюм - 3,5	100	9,22	8,82	70,6	398,6	0,18		0,04	1,42	25,94	97,4	17,32	1,38
517, Пермь	йогурт йогурт - 208	200	10	6,4	17	174	0,06	1,2	0,04		238	182	28	0,2
	ИТОГО		19,22	15,22	87,6	572,6	0,24	1,2	0,08	1,42	263,94	279,4	45,32	1,58
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		74,35	73,36	291,4	2124,06	1,166	60,34	60,63	7,01	760,46	1302,9	329,89	13,59

День:четверг
Неделя: вторая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК													
1.6.1.6	сыр сыр - 31,5	30	7,88	8		105	0,01	0,25	78,74		375	225	0,03	0,25
6.1.3.2.2	батон	50	3,75	1,45	25,7	131	0,05				9,5	32,5	32,5	0,6
173,2017 г	каша вязкая молочная из овсяной крупы хлопья овсяные "Геркулес" - 52,4 молоко - 119 вода - 71,4 сахар - 7,1 масло сливочное - 12 соль - 1,2	250	9,88	15,62	44,8	360,71	0,2	1,14	65,24		178,1	279,72	84,3	2,06
286, Пермь	кофейный напиток с молоком (1-й вариант) кофейный напиток - 2 молоко - 100 сахар - 15	200	2,79	3,19	19,71	118,69	0,04	1,3	0,02	0,05	123,39	93,96	18	0,25
	ИТОГО		24,3	28,26	90,21	715,4	0,3	2,69	144	0,05	685,99	631,18	134,83	3,16
	ОБЕД													
18, Пермь	салат из свежих помидоров и огурцов помидоры свежие - 57 огурцы свежие - 36 лук-репка - 14 масло растительное - 5	100	0,98	5,13	4,54	65,81	0,04	19,1	0,11		26,77	30,4	16,66	0,76
63, Пермь	щи из свеж капусты с картофелем картофель - 40 капуста свеж - 68,75 морковь - 16,25 лук-репка - 12,5 масло слив - 5 сметана - 10 соль - 2	250	2,09	6,33	10,64	107,83	0,07	18,04	0,24	0,22	44,22	53,62	21,57	0,77
294, 2017 г	котлеты рубленые из птицы мясо птицы - 158 хлеб пшеничный - 18 молоко или вода - 26 сухари - 10 или хлеб пшеничный - 22 масло растительное - 6 соль-3	100	17,45	16,75	16,28	286	0,2	0,9	53,8		59,78	80	22,2	3,62
511,2004 г	рис отварной крупа рисовая - 64,8 масло сливочное - 8,1 соль - 2,4	180	4,5	7,38	46,26	273,6	0,036		0,036	0,34	6,6	89,9	29,2	0,6
455,2003 г	соус красный основной масло сливочное - 1 мука - 3 томатная паста - 2 морковь - 5 лук репка - 1,2 сахар - 0,76 соль- 1	50	0,41	0,76	3,11	21,85	0,01	0,97	0,1		3,38	6,86	3,51	0,13
701,2004 г	напиток яблочный яблоки - 28,4 сахар - 24	200	0,1		26,4	102	0,01	4,13	0,01		4,48	2,75	2,25	0,62
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		31,08	37,82	139,4	1022,69	0,486	43,14	54,3	0,56	168,43	361,03	138,39	8,81
	ПОЛДНИК													
312, Пермь	булочка Домашняя мука - 68,34 сахар - 15 масло растительное - 15 яйцо - 2 соль - 0,6 дрожжи - 1,6	100	7,28	11,8	61,34	380,34	0,14		0,06	0,12	20,34	74,26	12,24	1,02
1.2.2.7	напиток "снежок" напиток "снежок" - 206	200	5,4	5	21,6	158	0,06	1,8	40		242	188	30	0,2
	ИТОГО		12,68	16,8	82,94	538,34	0,2	1,8	40,06	0,12	262,34	262,26	42,24	1,22
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		68,06	82,88	312,5	2276,43	0,986	47,63	238,4	0,73	1116,8	1254,5	315,46	13,19

День: пятница
Неделя: вторая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК													
337, 2004г	яйцо куриное вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0,2		100	0,24	22	77	5	1
327, 2003 г	каша молочная Дружба крупы пшено - 19 крупы рисовая - 14 молоко - 85 сахар - 6 соль - 1 масло сливочное - 10	210	5,86	12,04	33,16	264	0,12	1,22	0,06		125,2	152,66	36,32	0,78
685, 2004 г	чай с джемом чай - 1 вода - 150 джем - 20	200	0,3		21,3	82					2,59	1,5	1,13	0,18
6.1.3.2.2	батон	50	3,75	3,25	5,3	131	0,05				9,5	32,5	6,5	0,6
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		18,31	20,49	76,76	627	0,46	1,22	100,1	0,24	176,79	341,66	72,45	4,51
	ОБЕД													
44, 2003 г	салат из белокочанной капусты с огурцами капуста белокочанная свежая - 86 огурцы свежие - 20,83 масло растительное - 5 сахар - 5 лимонная кислота - 0,3 зелень - 3,3 соль - 1	100	1,7	5,1	9,57	91,67	0,02	40,78			46,17	35,4	16,67	0,65
140, 2004 г	суп картофельный с макаронными изделиями картофель - 100 макаронные изделия - 10 морковь - 13 лук-репка - 12 масло сливочное - 3 соль - 2	250	2,9	2,5	21	120	0,13	10,12	0,24	0,4	22,83	69,89	29,09	1,13
181, Пермь	жаркое по-домашнему говядина - 137,27 картофель - 138,2 лук-репка - 15,9 масло слив - 6,3 томат паста - 2,5 соль - 3,3	200	20,5	15,75	20,12	303,7	0,18	9,27	0,03	0,6	25,02	231,85	43,1	3,61
685, 2004г	чай с сахаром чай - 1 сахар - 15	200	0,2		15	58					12	18	12	1
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
	ИТОГО		30,85	24,82	97,81	738,97	0,45	60,17	0,27	1	129,22	452,64	143,86	8,7
	ПОЛДНИК													
314, Пермь	булочка молочная мука - 80 дрожжи - 0,96 молоко - 40 соль - 0,466 масло растительное - 2,6	100	3,48	4,78	57	316	0,16	0,52		1,2	66,2	109,36	19,1	1,06
11.1.1.16	сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			8	14	8	2,8
	ИТОГО		4,48	4,98	77,2	408	0,18	4,52	0	1,2	74,2	123,36	27,1	3,86
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		53,64	50,29	251,8	1773,97	1,09	65,91	100,3	2,44	380,21	917,66	243,41	17,07

День: суббота
Неделя: вторая
Сезон: май - октябрь
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещ-ва (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК													
340, 2004г	омлет натуральный молоко - 54,6 масло сливочное - 18,1 яйцо - 145,5	200	20	33,3	3,77	398	0,1	91,87	0,4	0,89	163,73	310,67	25,56	3,2
328, 2003 г	каша молочная манная крупа манная - 235,76 масло сливочное - 6 молоко - 122,4 сахар - 7,2 соль - 1,2	180	5,36	10,62	27,91	228,6	0,07	1,19	0,05		120	107,11	17,9	0,37
288, Пермь	молоко кипяч молоко - 210	200	5,59	6,38	9,38	117,31	0,08	2,73	0,05		252	189	29,4	0,21
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	1,95	3,18	78,6	0,03				5,7	19,5	3,9	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52,5	0,1				10,5	47,4	14,1	1,17
	ИТОГО		35,18	52,61	54,24	875,01	0,38	95,79	0,5	0,89	551,93	673,68	90,86	5,31
	ОБЕД													
13, Пермь	салат из моркови с изюмом морковь - 100 изюм - 11 сахар - 10 лимон (для сока) - 12	100	1,22	0,08	24,1	93,87	0,06	5,75	1,5	0,37	31,35	56,54	33,72	0,92
132, 2004 г	рассольник Ленинградский картофель - 100 крупа рисовая - 5 морковь - 13 лук-репка - 6 соль - 2 огурцы соленные - 17 масло сливочное - 5 вода или бульон - 190 зелень свежая - 1	250	2,2	4,5	17,25	121,3	0,11	16,75	0,97		25,96	26,81	65,45	0,99
369, 2004	рыба (филе) отварная треска (нетто) - 195,2 морковь - 12,6 лук репчатый - 9,6 соль - 2,6	160	31,18	1,28		14,8	0,11	0,91	0,41	2,46	67	311,36	40,01	1,06
205, 2004г	картофель в молоке картофель - 192 молоко - 60,8 масло слив - 4,8 соль - 2,6	200	4,4	7	26,2	192	0,27	5,07	0,005	2,96	91,6	166	50,93	1,73
11.1.1.16	сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4			8	14	8	2,8
6.1.3.2.2	батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03				5,7	19,5	19,5	0,36
6.3.5.3	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0,09				17,5	78	23,5	1,95
9.1.5.2	фрукт (по сезону)	250	3,75	1,25	52,5	240	0,1	25			20	70	105	1,5
	ИТОГО		49,3	15,78	172,4	919,57	0,79	57,48	2,885	5,79	267,11	742,21	346,11	11,31
	ПОЛДНИК													
307, Пермь	булочка Веснушка мука - 71,42 сахар - 7,17 дрожжи - 2,17 соль - 0,7 масло растительное - 6,3 яйцо - 2,2 изюм - 3,5	100	9,22	8,82	70,6	398,6	0,18		0,04	1,42	25,94	97,4	17,32	1,36
288, Пермь	молоко кипяч молоко - 210	200	5,59	6,38	9,38	117,31	0,08	2,73	0,05		252	189	29,4	0,21
	ИТОГО		14,81	15,2	79,98	515,91	0,26	2,73	0,09	1,42	277,94	286,4	46,72	1,59
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		99,29	83,59	306,6	2310,49	1,43	156	3,475	8,1	1097	1702,3	483,69	18,21

Овощи урожая прошлого года, после 1 марта текущего года используются только после термической обработки.

Список используемой литературы:

- 1. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания (И.М.Скурихин, В.А.Тутельян).**
- 2. Справочник "Рецептуры блюд для питания учащихся образовательных учрежд города Москвы 2003г. (под редакцией В.Л.Варфоломеевой)**
- 3. Сборник нормативов и технических документов, регламентирующих производство кулинарной продукции.**
- 4.Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений. ГКОУ ВПО "Пермская государственная медицинская академия" 2009г.**
- 5. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004г. (под редакцией В.Т.Лапшиной)**
- 6. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1983 г.**
- 7. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях 2017 г.**