

директор
ООО «Тимашевское предприятие
оптовой торговли райпо»
А.Н. Стромиллова

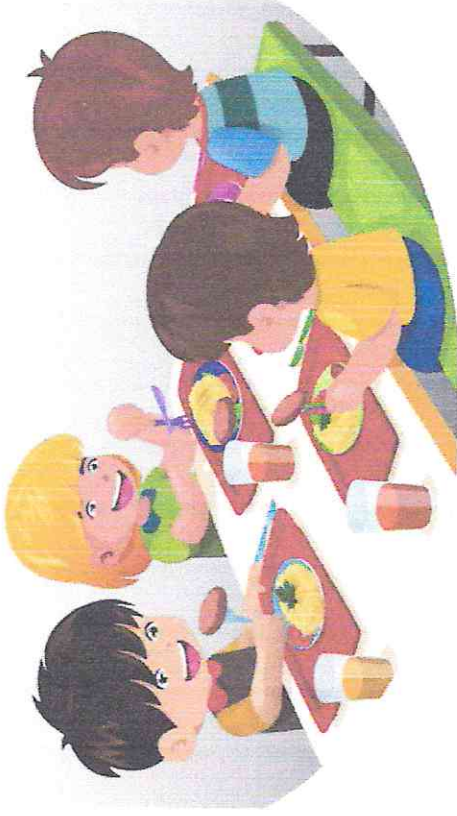
Тимашевский район, ст. Роговская
Ю.Н. Жбаев

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ ПИТАНИЯ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ, В ТОМ ЧИСЛЕ
ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ (ОВЗ)
В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МО ТИМАШЕВСКИЙ РАЙОН
СЕЗОН: ЗИМА**



Особенности школьного меню:

1. Разработано на период двух учебных недель и дифференцировано по возрастным группам (7-11 лет и 12 лет и старше).
2. Сформировано на основе разрешенных и наиболее распространенных традиционных блюд, и кулинарных изделий в организации питания детей школьного возраста.
3. Содержит наименования блюд и кулинарных изделий в соответствии с наименованиями, указанными в сборниках рецептов для общественного питания.
4. Содержит полную информацию об энергетической ценности блюд, количественном составе белков, жиров, углеводов, необходимых для нормального роста и развития обучающихся.
5. Предусматривает использование щадящих методов кулинарной обработки – включая блюда, технология которых обеспечивает сохранение вкусовых качеств, пищевой и биологической ценности продуктов.
6. Обеспечивает проведение дополнительного обогащения рациона питания витаминами и микроэлементами за счет применения специализированной пищевой продукции промышленного выпуска, в том числе витаминизированных напитков промышленного выпуска.
7. Обеспечивает проведение профилактики йододефицитных состояний у детей школьного возраста за счет применения в блюдах и кулинарных изделиях использование соли поваренной пищевой йодированной.



неделя 1
Первый
зима
от 12. лет и старше

№ рецеп.	Прям пици наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)				Минералы (МГ)						
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Mg	Fe				
	Завтрак																
№ 44 стр. 36 П	Салат из белокачанной капусты	80	1,28	5,68	4,72	75,2	0,02	17,44	2,56	36,8	27,2	13,6	0,72				
№ 54-20-2020 стр. 83 Н	Омлет с зеленым горошком	200	12,9	15,3	6,2	214	0,09	1,97	0	132	219	25	2,1				
№ 500 стр. 351 П	Кофейный напиток на стуженном молоке	200	2,9	2	20,9	113	0,02	0,4	0	129	87	13	0,8				
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,04	0	0,44	8	26	5,6	0,44				
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17				
№ 112 стр. 73	Плоды свежие(бананы)	140	2,1	0,7	29,4	134,4	0,056	14	0,56	11,2	39,2	58,8	0,84				
	Всего завтрак	690	24,2	24,36	90,92	682,8	0,276	33,81	3,98	327,5	445,8	130,1	6,07				
	Обед																
№ 107 стр. 71	Овоши натуральные соевые(огурцы)	100	0,8	0,1	1,7	13	0,02	5	0,1	23	24	14	0,6				
№ 146 стр. 102	Суп картофельный с клецками	275	2,66	3,97	14,75	105,45	0,079	5,82	1,34	27,95	62,12	19,92	0,76				
№ 54 -11м-2020 стр.118	Плов из отварной говядины	250	19,1	19,3	48,2	443	0,08	0,9	0	24	241	55	2,8				
№ 389 стр.274	Сок фрукт. яблочный (промышленное производство)	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	14	14	8	2,8				
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,06	0	0,66	12	39	8,4	0,66				
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	0,063	0	0,49	12,25	55,3	16,45	1,36				
№ 590 стр.415	Печенье сахарное(промыш. упаковка)	25	1,17	2,45	18,6	104,25	0,02	0	0,87	7,25	22,5	5	0,52				
	Всего в обед	945	31,6	26,72	144,66	952,4	0,342	15,72	3,46	120,45	457,92	126,77	9,5				
	Полдник																
№ 538 стр. 375	Оладьи с яблоками	160	8,4	13,1	57,3	381	0,11	1,3	5,2	22	80	15	1,4				
№ 54-2лн-2020 стр.141	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0	4,5	7,2	3,8	0,7				
	Всего полдник	360	8,6	13,1	63,8	407,8	0,11	1,34	5,2	26,5	87,2	18,8	2,1				

		неделя 1																
День		второй																
Сезон		зима																
Возрастная категория		от 12 лет и старше																
№ рецеп.	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)				Минералы (МГ)							
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Мg	Fe					
	Завтрак																	
№ 306 стр. 241	Горошек зеленый консервированный	60	1,73	1,63	3,47	35,52	0,034	5,82	0	14,35	36,8	12,1	0,42					
№ 274 стр. 222	Зразы рубленые	100	8,59	12,07	12,25	199	0,05	1,32	0,75	40,29	124,29	24	6,69					
№ 174 стр. 124	Картофель отварной в молоке	180	5,58	7,56	27,72	201,6	0,2	23,04	2,7	79,2	136,8	41,4	1,44					
№ 519 стр. 364	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97	0,01	70	0	12	3	3	1,5					
№ 108 стр. 72	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,04	0	0,44	8	26	5,6	0,44					
№ 109 стр. 72	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17					
	Всего в завтрак	610	21,62	22,24	95,94	679,32	0,384	100,18	4,31	164,34	374,29	100,2	11,66					
	Обед																	
№ 51 стр. 40	Салат из свеклы и моркови	100	1,3	10,3	7,1	127	0,03	5	30,7	30	42	24	1					
№ 128 стр. 88	Борщ с капустой и картофелем	250	1,82	5	10,65	95	0,0475	10,3	2,4	34,5	53	26,25	1,2					
№ 479 стр. 340	Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16,2	0,003	0,04	0,03	8,8	6,1	0,9	0,02					
№ 405 стр. 296	Птица в соусе с томатом	120	13,6	13,5	4,1	192	0,02	2,3	0,5	34	90	16	1					
№ 303 стр. 240	Каша пшениная вязкая	180	5,02	6	28,73	189	0,136	0	0	13,16	102,56	35,87	1,18					
№ 508 стр. 357	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110	0,01	0,5	0	28	19	7	1,5					
№ 108 стр. 72	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,06	0	0,66	12	39	8,4	0,66					
№ 109 стр. 72	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	0,08	0	0,63	15,75	71,1	21,15	1,75					
	Всего в обед	965	30,03	37,32	122,49	948,5	0,3865	18,14	34,92	176,21	422,76	139,57	8,31					
	Полдник																	
№ 54-86-2020 стр. 181	Булочка "Маковая"	100	9,16	6,83	36,5	244,67	0,033	0,83	0	123,33	142,67	30,67	1,47					
№ 515 стр. 361	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	106	0,08	2,6	0	240	180	28	0,2					
№ 112 стр. 73	Плоды свежие(мандарины)	130	1,04	0,26	9,75	49,4	0,078	49,4	0,26	45,5	22,1	14,3	0,13					
	Всего полдник	430	16	12,09	55,85	400,07	0,191	52,83	0,26	408,83	344,77	72,97	1,8					

День	неделя 1
Сезон	Третий зима
Возрастная категория	от 12 лет и старше

№ рецеп.	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)					Минералы (МГ)							
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Mg	Fe						
	Завтрак																		
№115 стр. 75	Икра кабачковая (промышлен производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	0,012	4,2	1,86	22,2	24,6				9	0,42			
№54-26м-2020 стр.133	Плов из булгура с птицей	200	13,7	14,6	38,7	312,3	0,13	1,1	5,5	260	33				138	2,2			
№ 389 стр. 274	Сок фруктовый (промышленное производство)	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	14	14				8	2,8			
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,04	0	0,44	26	8				5,6	0,44			
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0,42	47,4	10,5				14,1	1,17			
№ 112 стр. 73	Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,045	15	0,3	16,5	24				13,5	3,3			
	Всего в завтрак	680	21,46	21,22	107,92	685,2	0,297	24,3	8,52	386,1	114,1				188,2	10,33			
	Обед																		
№48 стр. 38	Салат из квашеной капусты с луком	100	1,6	10,1	3	109	0,02	18,9	4,5	32	43				15	0,6			
№ 144 стр. 101	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	2,3	4,25	15,12	108	0,195	8,67	0,22	65,75	19				25,5	0,92			
№ 363 стр. 259	Мясо тушенное	100	15,2	17,4	2,3	227	0,04	0,7	2,6	157	11				22	2,2			
№429 стр.312	Пюре картофельное	150	3,15	6,6	16,35	138	0,135	5,1	0,15	85,5	39				28,5	1,05			
№ 54-2м-2020 стр.162	Компот из кураги	200	1	0,1	15,7	66,9	0,01	0,3	0	25	28				18	0,6			
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,06	0	0,66	39	12				8,4	0,66			
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	0,063	0	0,49	55,3	12,25				16,45	1,36			
	Всего в обед	895	30,12	39,35	93,68	850,8	0,523	33,67	8,62	459,55	164,25				133,85	7,39			
	Полдник																		
№ 541 стр. 378	Вагрушка с творожным сладким фаршем	100	13,94	7,168	31,75	214,87	0,108	0,225	0,73	205,85	79,83				19,33	0,95			
№ 499(а) стр 350	Какао с молоком ступенным	200	2,2	2,2	22,4	118	0,02	0,2	0	71	62				23	1			
№ 112 стр.73	Фрукты свежие (груши)	160	0,64	0,48	16,48	75,2	0,03	8	0,64	25,6	30,4				19,2	3,618			
	Всего полдник	460	16,78	9,848	70,63	408,07	0,158	8,425	1,37	302,45	172,23				61,53	5,568			

		неделя 1															
День		Четвертый															
Сезон		зима															
Возрастная категория		от 12 лет и старше															
№ рецеп.	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)				Минералы (МГ)						
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Mg	Fe				
	Завтрак																
№ 86 Кучма	Салат из соевых огурцов с луком	80	0,54	5,8	3,4	71,04	0,008	2,64	2,2	42,72	39,36	9,12	0,57				
№ 54-11р-2020 стр.105 Н	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	13,71	7,43	6,28	147,14	0,085	2,73	0	44,28	208,57	55,71	1				
№ 54-11г-2020 стр. 73 Н	Пюре картофельное	150	3,1	6	19,7	145,8	0,12	10,2	0	39	84	28	1				
№ 494 стр.348	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61	0	2,8	0	14,2	4	2	0,4				
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,049	0	0,49	9	29,25	6,3	0,49				
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17				
№ 589 стр.415	Кондитер изделия (пряники заварные) в пром. упак.	25	1,48	1,17	18,75	91,5	0,02	0	0,6	2,75	12,5	2,25	0,2				
	Всего в завтрак	630	24,33	21,12	95,49	674,43	0,332	18,37	3,71	162,45	475,08	117,48	4,83				
	Обед																
№ 115 стр 75	Икра кабачковая (промыш. производства)	80	1,52	7,12	6,16	95,2	0,016	5,6	2,48	32,8	29,6	12	0,56				
№ 101 стр.123	Суп картофельный с крупной (рис) и томатом	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0	26,7	55,97	22,77	0,87				
№ 54-5ж-2020 стр .113	Котлеты из птицы	110	15,25	12,65	13,55	244,27	0,066	0,63	0,1	30,53	145,9	64	1,35				
№ 303 стр.240	Каша ячневая вязкая	180	3,88	5,07	24,98	161,1	0,077	0	0	32,18	133,47	19,19	0,7				
№ 54-5оус-2020 стр. 137	Соус молочный натуральный	30	1,05	2,61	2,85	39,15	32,7	0,156	0,06	32,7	108	4,02	0,06				
№ 509 стр.357	Компот из свежих плодов	200	0,3	0,2	25,1	103	0,01	3,3	0,1	11	7	5	1,2				
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,06	0	0,66	12	39	8,4	0,66				
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	0,08	0	0,63	15,75	71,1	21,15	1,75				
	Всего в обед	955	31,5	31,38	129,3	947,77	33,099	17,936	4,03	193,66	590,04	156,53	7,15				
	Полдник																
№ 323 стр. 222	Сырники с морковью	150	18,8	16	26,8	318	0,11	3,8	0,8	154	256	36	1,2				
№ 479 стр. 340	Сметана	15	0,39	2,25	0,54	24,3	0,004	0,06	0,04	13,2	9,15	1,35	0,03				
№ 54-13жн-2020 стр. 167	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3	0,01	80	0	11	3	3	0,5				
	Всего полдник	365	19,79	18,45	42,54	407,6	0,124	83,86	0,84	178,2	268,15	40,35	1,73				

		неделя 1															
День		Пятый															
Сезон		зима															
Возрастная категория		от 12 лет и старше															
№ рецеп.	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич ская ценность (ккал/л)	Витамины (МГ)				Минералы (МГ)						
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Mg	Fe				
	Завтрак																
№ 54-9з-2020 стр. 14	Салат из белочкан. капусты с морковью и яблоками	80	1,1	8,1	4,8	96,7	0,02	23,1	0	30	25	15	0,7				
№ 54-1м-2020 стр. 118 Н	Плов из отварной говядины	200	15,2	15,4	38,6	354,4	0,07	0,72	0,64	19	192	44	2,2				
№ 54-5м-2020 стр. 163	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,2	0,1	10,2	42,5	0	2	0	9	7	6	0,5				
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0,055	0	0,55	10	32,5	7	0,55				
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	0,063	0	0,49	12,25	55,3	16,45	1,36				
	Всего в завтрак	565	22,61	24,42	89,89	672	0,208	25,82	1,68	80,25	311,8	88,45	5,31				
	Обед																
№ 107 стр 71	Овощи натуральные соленные (помидоры)	100	1,1	0,1	3,5	20	0,01	15	0,7	10	35	15	0,8				
№ 158 стр.112	Суп с макаронными изделиями	250	2,57	2,77	18,55	109,5	0,08	6,075	1,42	13,5	53	19,75	0,82				
№ 54-1ок-2020 стр. 124	Тефтеля из говядины с рисом	90	9,5	15,3	11,4	221	0,05	0,8	0,5	21	108	16	1,5				
№ 454 стр. 326	Соус томатный с овощами	50	0,59	2,06	3,72	35,8	0,005	0,42	0,22	3,6	10,25	4,6	0,21				
№ 54-1г-2020 стр.73	Картофельное пюре	180	3,72	7,2	23,64	174,96	0,144	12,24	0	46,8	100,8	33,6	1,2				
№ 496(1) стр.349	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	0,04	1,3	0	124	110	27	0,8				
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,06	0	0,66	12	39	8,4	0,66				
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	0,063	0	0,49	12,25	55,3	16,45	1,36				
№ 112 стр 73	Плоды свежие(мандарины)	130	1,04	0,26	9,75	49,4	0,078	49,4	0,26	45,5	22,1	14,3	0,13				
	Всего в обед	1095	28,99	31,89	136,77	956,56	0,53	85,235	4,25	288,65	533,45	155,1	7,48				
	Полдник																
№ 528 стр.370	Блинчики	150	11,95	11,55	47,82	343,2	0,14	1	3,3	203,8	214,1	33	1,18				
№ 54-20км-2020 стр. 171 Н	Кисель из апельсинов	200	0,4	0,1	14,4	59,7	0,01	12	0	17	14	6	0,2				
	Всего полдник	350	12,35	11,65	62,22	402,9	0,15	13	3,3	220,8	228,1	39	1,38				

		неделя 2																	
День		Шестой																	
Сезон		зима																	
Возрастная категория																			
от 12 лет и старше																			
№ рецел.	Примем пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)					Минералы (МГ)							
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Mg	Fe						
	Завтрак																		
№ 478 стр. 340	Масло сливочное(порциями)	10	0,05	8,25	0,08	74,8	0	0	0,1	1,2	1,9	0	0,02						
№ 313 стр. 215	Запеканка из творога	150	16	25,2	23,9	305	0,07	0,6	0,7	297	347	38	1						
№ 481 стр.341	Молоко стуженное	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,012	0,2	0,04	61,4	43,8	6,8	0,04						
№ 54-3м-2020 стр. 141	Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	0	0,38	0	6,9	8,5	4,6	0,8						
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,049	0	0,49	9	29,25	6,3	0,49						
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17						
№ 112 стр 73	Фрукты свежие(мандарины)	130	1,04	0,26	9,75	49,4	0,078	49,4	0,26	45,5	22,1	14,3	0,13						
	Всего в завтрак	585	24,23	36,13	83,69	680,65	0,259	50,58	2,01	431,5	499,95	84,1	3,65						
	Обед																		
№ 54-14с-2020 стр. 19	Салат из свеклы с курагой и изюмом	80	1,4	4,3	13,3	97,9	0,03	2,53	2,8	37	42	22	1,2						
№ 129 стр 89	Борщ с фасолью и картофелем	250	3,7	5,1	13,82	116	0,09	6,75	2,45	42,5	99	34,25	1,7						
№ 479 стр. 340	Сметана	10	0,26	1,5	0,36	16,2	0,003	0,04	0,03	8,8	6,1	0,9	0,02						
№ 54-22м-2020 стр 130	Рагу из птицы	250	20,2	8,8	21,9	271,6	0,17	14,1	0	40	241	117	2,7						
№ 350 стр. 259	Кисель из свежих плодов и ягод	200	0,13	0,048	24,53	117	0,008	2,16	0	14,38	8,34	3,94	0,066						
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,06	0	0,66	12	39	8,4	0,66						
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	0,063	0	0,49	12,25	55,3	16,45	1,36						
№ 112 стр. 73	Фрукты свежие(бананы)	170	2,55	0,85	35,7	163,2	0,068	17	0,68	13,6	47,6	71,4	1,02						
	Всего в обед	1055	35,11	21,498	150,82	983,8	0,492	42,58	7,11	180,53	538,34	274,34	8,726						
	Полдник																		
№ 590 стр. 415	Печенье сахарное	65	4,87	6,37	28,36	271,05	0,05	0	2,27	18,85	58,5	13	1,36						
№ 501 стр. 352	Кофейный напиток на молоке	200	3,2	2,7	15,9	79	0,04	1,3	0	126	90	14	0,1						
№ 112 стр. 73	Фрукты свежие(яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,03	12	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64						
	Всего полдник	385	8,55	9,55	56,02	406,45	0,12	13,3	2,51	164,05	161,7	37,8	4,1						

неделя 2		Седьмой		зима		от 12 лет и старше								
День	Сезон	Возрастная категория	Применение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Витамины (МГ)			Минералы (МГ)			
№ рецеп.	№ рецеп.	Применение блюда	Масса порции	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ККАЛ)	В1	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
		Завтрак												
№ 107 стр.71		Овощи натуральные соленные (помидоры)	100	1,1	0,1	3,5	20	0,01	1,5	0,7	10	35	15	0,8
№ 311 К		Гуляш из мяса птицы	100	9,6	11,42	2,58	111	0,07	1,3	0,7	17	215	30	3,2
№ 54-11-2020 стр. 73 Н		Пюре картофельное	150	3,1	6	19,7	145,8	0,12	10,2	0	39	84	28	1
№ 497(2) стр. 350		Какао с молоком	200	2,9	4,4	31,7	186	0,06	1,7	0	163	150	39	1,3
№ 108 стр.72		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0,055	0	0,55	10	32,5	7	0,55
№ 109 стр.72		Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	0,08	0	0,63	15,75	71,1	21,15	1,75
		Всего в завтрак	645	23,47	22,86	97,11	658,6	0,395	28,2	2,58	254,75	587,6	140,15	8,6
		Обед												
№ 44 стр. 36		Салат из белокочанной капусты	100	1,6	7,1	5,9	94	0,03	21,8	3,2	46	34	17	0,9
№ 104 стр.124		Суп картофельный с мясными фрикадельками	285	3,17	6,88	15,65	174,63	0,14	11,24	0	37,23	144,4	40,94	0,64
№ 54-7п-2020 стр. 101		Рыба, припущенная в молоке (минтай)	80	10,5	6,1	2,3	106,7	0,07	0,9	0	55	162	36	0,6
№ 303 стр.240		Каша гречневая вязкая	180	5,49	6	24,62	174,6	0,14	0	0	10,13	130,64	86,43	2,9
№ 389 стр. 274		Сок фруктовый (промыш. производства)	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	14	14	8	2,8
№ 108 стр.72		Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,06	0	0,66	12	39	8,4	0,66
№ 109 стр.72		Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	0,08	0	0,63	15,75	71,1	21,15	1,75
№ 590 стр. 415		Печенье сахарное (промыш. упаковка)	25	1,17	2,45	18,6	104,25	0,02	0	0,87	7,25	22,5	5	0,52
		Всего в обед	975	30,46	29,55	131,82	958,28	0,56	37,94	5,36	197,36	617,64	222,92	10,77
		Полдник												
№ 563 стр.396		Булочка ванильная	100	12,9	13	37	330	0,1	0	1,16	15	61,66	10	0,83
№ 493 стр. 348		Чай с сахаром	200	0,1	0	6,5	60	0	0	0	11	3	1	0,3
№ 112 стр.73		Фрукты свежие (груши)	135	0,54	0,4	13,9	63,45	0,03	6,75	0,54	25,65	21,6	16,2	3,1
		Всего полдник	435	13,54	13,4	57,4	453,45	0,13	6,75	1,7	51,65	86,26	27,2	4,23

День		неделя 2																	
Сезон		Восьмой зима																	
Возрастная категория																			
от 12 лет и старше																			
№ рецеп.	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)					Минералы (МГ)							
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Mg	Fe						
	Завтрак																		
№ 115 стр. 75	Яйра кабачковая (промыш. производства)	40	0,76	3,56	3,08	47,6	0,008	2,8	1,24	16,4	14,8	6	0,28						
№ 381 стр. 275	Шницели из говядины	100	17,8	17,5	14,3	236	0,09	0	0,5	39	185	26	2,8						
№ 303 стр. 240	Каша пшеничная вязкая	150	4,18	5	23,94	157,5	0,11	0	0,23	10,96	85,47	29,89	0,98						
№ 456 стр. 328	Соус красный основной	30	0,43	0,72	2,78	19,41	0,007	0,8	0,08	2,94	8,04	4,14	0,17						
№ 509 стр. 357	Компот из свежих плодов лимона	200	0,3	0,2	25,1	103	0,01	3,3	0,1	11	7	5	1,2						
№ 108 стр. 72	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,04	0	0,44	8	26	5,6	0,44						
№ 109 стр. 72	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17						
	Всего завтрак	590	28,49	27,66	98,9	709,71	0,315	6,9	3,01	98,8	373,71	90,73	7,04						
	Обед																		
№ 107 стр. 71	Овощи натуральные соевые (помидоры)	100	1,1	0,1	3,5	20	0,01	15	0,7	10	35	15	0,8						
№ 134 стр. 93	Рассольник "Ленинградский"	250	2,05	5,25	16,25	121,25	0,09	7,68	2,35	15,5	63	26,25	0,93						
№ 54-25м-2020 стр. 132	Птица, тушенная с морковью	100	14,1	6,3	4,4	131,3	0,04	1,3	0	22	112	54	1						
№ 54-1г-2020 стр. 62	Макаронные изделия отварные	180	6,36	6,6	39,24	242,4	0,07	0	0	13,2	48	8,4	0,84						
№ 496 (1) стр. 349	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	0,04	1,3	0	124	110	27	0,8						
№ 108 стр. 72	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,06	0	0,66	12	39	8,4	0,66						
№ 109 стр. 72	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	0,08	0	0,63	15,75	71,1	21,15	1,75						
№ 112 стр. 73	Плоды свежие(яблоки)	160	0,64	0,64	15,68	75,2	0,048	16	0,32	25,6	17,6	14,4	3,52						
	Всего в обед	1095	35,38	23,21	148,62	953,45	0,438	41,28	4,66	238,05	495,7	174,6	10,3						
	Полдник																		
№ 560 стр. 395	Булочка "Нежная"	60	4,1	7,7	33,1	218	0,06	0	0,7	8	31	6	0,5						
№ 517 стр. 362	Йогурт (промышленная упаковка)	150	7,5	4,8	12,75	130,5	0,04	0,9	0	178,5	136,5	21	0,15						
№ 112 стр. 73	Плоды свежие (мандарины)	150	1,2	0,3	11,25	57	0,09	57	0,3	52,5	25,5	16,5	0,15						
	Всего полдник	360	12,8	12,8	57,1	405,5	0,19	57,9	1	239	193	43,5	0,8						

День	неделя 2
Сезон	девятый зима
Возрастная категория	от 12 лет и старше

№ рецеп.	Применение блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)					Минералы (МГ)						
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Мg	Fe					
	Завтрак																	
№ 48 стр.38	Салат из квашенной капусты с луком	80	1,28	8,08	2,4	87,2	0,016	15,12	3,6	34,4	25,6	12	0,48					
№ 54-4р-2020 стр. 99	Котлета рыбная с морковью	100	12,5	4,5	5,7	113,1	0,07	0,9	0	39	165	28	0,8					
№ 54-11г-2020 стр.73	Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8	0,12	10,2	0	39	84	28	1					
№ 350 стр. 259	Кисель из плодов и ягод свежих	200	0,13	0,048	24,53	117	0,008	2,16	0	14,38	8,34	3,94	0,066					
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,06	0	0,66	12	39	8,4	0,66					
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	0,072	0	0,56	14	63,2	18,8	1,56					
	Всего в завтрак	630	24,21	19,588	95,21	673,7	0,346	28,38	4,82	152,78	385,14	99,14	4,566					
	Обед																	
№ 100 стр.68	Сыр порциями	25	6,4	6,52	0	85,75	0,007	0,175	0,12	225	147,5	12,5	0,22					
№ 131 стр.91	Свекольник	250	2,18	4,45	12,03	97	0,06	9,18	0,25	37,75	69,25	31	1,53					
№ 54-26к-2020 стр. 133	Плов из Булгура с курицей	250	13,7	10,9	48,5	390,4	0,16	1,4	0	41	325	172	2,8					
№ 500 стр. 351 П	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	2,9	2	20,9	113	0,02	0,4	0	129	87	13	0,8					
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0,055	0	0,55	10	32,5	7	0,55					
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17					
№ 589 стр.415	Кондитер изделия (праники заварные) в	25	1,48	1,17	18,75	91,5	0,02	0	0,6	2,75	12,5	2,25	0,2					
	Всего в обед	830	32,44	25,8	134,8	947,35	0,372	11,155	1,94	456	721,15	251,85	7,27					
	Полдник																	
№ 323 стр. 222	Сырники с морковью	150	18,8	16	26,8	318	0,11	3,8	0,8	154	256	36	1,2					
№ 479 стр. 340	Сметана	15	0,39	2,25	0,54	24,3	0,004	0,06	0,04	13,2	9,15	1,35	0,03					
№ 54-13кн-2020 стр. 167	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3	0,01	80	0	11	3	3	0,5					
	Всего в полдник	365	19,79	18,45	42,54	407,6	0,124	83,86	0,84	178,2	268,15	40,35	1,73					

День		неделя 2																
Сезон		Десятый																
Возрастная категория		зима																
		от 12 лет и старше																
№ рецеп.	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал/л)	Витамины (мг)					Минералы (мг)						
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Мg	Fe					
	Завтрак																	
№ 54-14с-2020 стр. 19	Салат из свеклы с куррагой и изюмом	80	1,4	4,3	13,3	97,9	0,03	2,53	2,8	37	42	22						1,2
№ 54-21м-2020 стр. 129	Птица отварная	100	10,72	6,12	0,94	161,2	0,06	2,9	305	25,5	31,5	16,5						0,9
№ 54-1г-2020 стр. 62	Макаронные изделия отварные	150	5,3	5,5	32,7	202	0,06	0	0	11	40	7						0,7
№ 389 стр. 274	Сок фрукт. яблочный (промышленное производство)	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	14	14	8						2,8
№ 108 стр. 72	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,049	0	0,49	9	29,25	6,3						0,49
№ 109 стр. 72	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	0,063	0	0,49	12,25	55,3	16,45						1,36
	Всего в завтрак	610	24,15	16,7	100,97	712,55	0,282	9,43	308,78	108,75	212,05	76,25						7,45
	Обед																	
№ 107 стр. 71	Овощи натуральные соленые (огурцы)	100	0,8	0,1	1,7	13	0,02	5	0,1	23	24	14						0,6
Б2204	Солянка домашняя	250	5,59	9,58	54,48	326	0,05	4,78	0	23,32	80,33	16,8						1,33
№ 54-6м-2020 стр 113	Биточки из говядины	100	18,26	18,13	16,27	301,75	0,066	0,12	0	38,67	182,67	26,67						2,54
№ 303 стр 240	Каша ячневая вязкая	150	3,23	4,22	20,81	134,25	0,06	0	0	26,82	111,22	15,99						0,58
№ 54-2гм-2020 стр. 141	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0	4,5	7,2	3,8						0,7
№ 108 стр. 72	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,049	0	0,49	9	29,25	6,3						0,49
№ 109 стр. 72	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0,42	10,5	47,4	14,1						1,17
	Всего в обед	875	33,48	32,75	131,92	959,75	0,295	9,94	1,01	135,81	482,07	97,66						7,41
	Полдник																	
№ 528 стр. 370	Блинчики	150	11,95	11,55	47,82	343,2	0,14	1	3,3	203,8	214,1	33						1,18
№ 54-20хн-2020 стр. 171 Н	Кисель из апельсинов	200	0,4	0,1	14,4	59,7	0,01	12	0	17	14	6						0,2
	Всего полдник	350	12,35	11,65	62,22	402,9	0,15	13	3,3	220,8	228,1	39						1,38

		неделя I																	
День		суббота-I																	
Сезон		зима																	
Возрастная категория																			
от 12 лет и старше																			
№ рецеп.	Применение пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)					Минералы (МГ)							
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Мg	Fe						
	Завтрак																		
№ 100 стр.68	Сыр порционно	20	5,12	5,22	0	68,6	0,006	0,14	0,1	180	118	10	0,18						
№ 268 стр.183	Каша рисовая молочная жидкая	250	6,93	10,78	40,5	286,75	0,08	1,93	0,023	179,25	189,75	39,5	0,55						
№ 500 стр.351 П	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	2,9	2	20,9	113	0,02	0,4	0	129	87	13	0,8						
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,06	0	0,66	12	39	8,4	0,66						
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	0,072	0	0,56	14	63,2	18,8	1,56						
	Всего в завтрак	570	22,15	18,96	104,28	678,95	0,238	2,47	1,343	514,25	496,95	89,7	3,75						
	Обед																		
№ 49 стр.39	Салат из квашеной капусты	100	1,1	10,2	5,3	117	0,02	14,8	4,5	31	20	12	1,2						
№ 54-8с-2020 стр.32	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	8,35	5,75	20,35	166,42	0,18	5,95	0	33,75	100,5	36,25	1,84						
№ 311 Кушма	Гуляш из мяса птицы	100	9,6	11,42	2,58	111	0,07	1,3	0,7	17	215	30	3,2						
№ 303 стр.240	Каша гречневая вязкая	180	5,49	6	24,62	174,6	0,14	0	0	10,13	130,64	86,43	2,9						
№ 508 стр.357	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110	0,01	0,5	0	28	19	7	1,5						
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0,06	0	0,66	12	39	8,4	0,66						
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0,42	10,5	47,4	14,1	1,17						
№ 112 стр.73	Фрукты свежие(яблоки)	160	0,64	0,64	15,68	75,2	0,048	16	0,32	25,6	17,6	14,4	3,52						
	Всего в обед	1080	32,22	34,85	135,07	947,42	0,578	38,55	6,6	167,98	589,14	208,58	15,99						
	Полдник																		
№ 54-8с-2020 стр.181	Булочка "Маковая"	100	6,8	4,83	47,45	244,67	0,033	0,83	0	123,33	142,67	30,67	1,47						
№ 515 стр.361	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	106	0,08	2,6	0	240	180	28	0,2						
№ 112 стр.73	Фрукты свежие(киви)	100	0,8	0,4	8,1	47	0,02	180	0,3	40	34	25	0,8						
	Всего полдник	400	13,4	10,23	65,15	397,67	0,133	183,43	0,3	403,33	356,67	83,67	2,47						

		неделя 2																		
День		суббота - 2																		
Сезон		зима																		
Возрастная категория		от 12 лет и старше																		
№ рецеп.	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)					Минералы (МГ)								
			Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Мg	Fe							
	Завтрак																			
№ 7 стр 84	Бутерброды горячие с сыром	50	5,58	8,32	14,84	157	0,04	0,06	0			139,44	96,3		9,45				0,49	
№ 260 стр. 179	Каша "Дружба"	250	6,57	14,57	31,32	282,75	0,1	1,65	0,25			158,25	175,5		38,25				0,7	
№ 494 стр.348	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61	0	2,8	0			14,2	4		2				0,4	
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,033	0	0,33			6	19,5		4,2				0,33	
№ 590 стр.415	Печенье сахарное(промыш. упаковка)	25	1,17	2,45	18,6	104,25	0,02	0	0,87			7,25	22,5		5				0,52	
	Всего в завтрак	555	15,7	25,58	94,72	675,5	0,193	4,51	1,45			325,14	317,8		58,9				2,44	
	Обед																			
№ 86 Кучма	Салат из соленых огурцов с луком	80	0,54	5,8	3,4	71,04	0,008	2,64	2,2			42,72	39,36		9,12				0,57	
№ 158 стр. 112	Суп с макаронными изделиями	250	2,57	2,77	18,55	109,5	0,08	6,075	1,42			13,5	53		19,75				0,82	
№ 54-9м-2020 стр. 116	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,1	323	0,13	9,5	0			25	230		45				3,4	
№ 350 стр. 259	Кисель из свежих плодов и ягод	200	0,13	0,048	24,53	117	0,008	2,16	0			14,38	8,34		3,94				0,066	
№ 108 стр.72	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,049	0	0,49			9	29,25		6,3				0,49	
№ 109 стр.72	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	0,063	0	0,49			12,25	55,3		16,45				1,36	
№ 112 стр. 73	Фрукты свежие(бананы)	170	2,55	0,85	35,7	163,2	0,068	17	0,68			13,6	47,6		71,4				1,02	
	Всего в обед	980	31,62	29,548	133,11	950,39	0,406	37,375	5,28			130,45	462,85		171,96				7,726	
	Подлник																			
№ 560 стр 395	Булочка "Нежная"	60	4,1	7,7	33,1	218	0,06	0	0,7			8	31		6				0,5	
№ 517 стр 362	Йогурт (промышленная упаковка)	150	7,5	4,8	12,75	130,5	0,04	0,9	0			178,5	136,5		21				0,15	
№ 112 стр. 73	Фрукты свежие (манго)	150	1,2	0,3	11,25	57	0,09	57	0,3			52,5	25,5		16,5				0,15	
	Всего подлник	360	12,8	12,8	57,1	405,5	0,19	57,9	1			239	193		43,5				0,8	

Выполнение норм потребности в пищевых веществах, энергии и минеральных веществах за 12 дней
завтрак от 12 лет и старше 2022-2023 год Зима

№ рецеп.	Прием пищи наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)				Минералы (МГ)			
		Б	Ж	У		В1	С	Е	Ca	P	Mg	Fe	
3	1 день	24,2	24,36	90,92	682,8	0,276	33,81	3,98	327,5	445,8	130,1	6,07	
2	2 день	21,62	22,24	95,94	679,32	0,384	100,18	4,31	164,34	374,29	100,2	11,66	
1	3 день	21,46	21,22	107,92	685,2	0,297	24,3	8,52	114,1	386,1	188,2	10,33	
4	4 день	24,33	21,12	95,49	674,43	0,332	18,37	3,71	162,45	425,08	117,48	4,83	
5	5 день	22,61	24,42	89,89	672	0,208	25,82	1,68	80,25	311,8	88,45	5,31	
6	6 день	24,23	36,13	83,69	680,65	0,259	50,58	2,01	431,5	499,95	84,1	3,65	
7	7 день	23,47	22,86	97,11	658,6	0,395	28,2	2,58	254,75	587,6	140,15	8,6	
8	8 день	28,49	27,66	98,9	709,71	0,315	6,9	3,01	98,8	373,71	90,73	7,04	
9	9 день	20,79	24,038	84,7	679,75	0,349	28,83	4,57	190,78	440,84	119,04	4,166	
10	10 день	23,53	16,88	104,43	682,65	0,262	7,83	211,78	105,25	292,55	113,75	7,55	
11	11 день суб1	22,15	18,96	104,28	678,95	0,238	2,47	1,343	514,25	496,95	89,7	3,75	
12	12 день суб2	15,7	25,58	94,72	675,5	0,193	4,51	1,45	325,14	317,8	58,9	2,44	
	Всего	272,58	285,468	1147,99	8159,56	3,508	331,8	248,943	2769,11	4952,47	1320,8	75,396	
	В среднем на 1 день	22,715	23,789	95,666	679,963	0,292	27,650	20,745	230,759	412,706	110,067	6,283	

Выполнение норм потребности в пищевых веществах энергии и минеральных веществах за 12 дней
обед от 12 лет и старше 2022-2023 год Зима

№ рецеп.	Прием пищи наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)				Минералы (МГ)			
		Б	Ж	У		В1	С	Е	Са	Р	Мg	Fe	
3	1 день	31,6	26,72	144,66	952,4	0,342	15,72	3,46	120,45	457,92	126,77	9,5	
2	2 день	30,03	37,32	122,49	948,5	0,3865	18,14	34,92	176,21	422,76	139,57	8,31	
1	3 день	30,12	39,35	93,68	850,8	0,523	33,67	8,62	164,25	459,55	133,85	7,39	
4	4 день	31,5	31,38	129,3	947,77	33,099	17,936	4,03	193,66	590,04	156,53	7,15	
5	5 день	28,99	31,89	136,77	956,56	0,53	85,235	4,25	288,65	533,45	155,1	7,48	
6	6 день	35,11	21,498	150,82	983,8	0,492	42,58	7,11	180,53	538,34	274,34	8,726	
7	7 день	30,46	29,55	131,82	958,28	0,56	37,94	5,36	197,36	617,64	222,92	10,77	
8	8 день	35,38	23,21	148,62	953,45	0,438	41,28	4,66	238,05	495,7	174,6	10,3	
9	9 день	32,38	24,83	124,31	896,75	0,379	11,155	1,59	458,75	730,95	255,7	7,57	
10	10 день	33,94	35,11	111,51	909,4	0,466	15,51	1,455	150,11	503,68	178,85	9,53	
11	11 день суб1	32,22	34,85	135,07	947,42	0,578	38,55	6,6	167,98	589,14	208,58	15,99	
12	12 день суб2	31,62	29,548	133,11	950,39	0,406	37,375	5,28	130,45	462,85	171,96	7,726	
Всего		383,35	365,26	1562,2	11256	38,2	395,09	87,335	2466,5	6402	2198,8	110,44	
В среднем на 1 день		31,946	30,438	130,18	937,96	3,1833	32,924	7,2779	205,54	533,5	183,23	9,2035	

Выполнение норм потребности в пищевых веществах энергии и минеральных веществах за 12 дней
 ПОЛДНИК от 12 лет и старше 2022-2023 год Зима

№ рецеп.	Прием пищи наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ККАЛ)	Витамины (МГ)					Минералы (МГ)			
		Б	Ж	У		В1	С	Е	Ca	P	Mg	Fe		
3	1 день	8,6	13,1	63,8	407,8	0,11	1,34	5,2	26,5	87,2	18,8	2,1		
2	2 день	16	12,09	55,85	400,07	0,191	52,83	0,26	408,83	344,77	72,97	1,8		
1	3 день	16,78	9,848	70,63	408,07	0,158	8,425	1,37	172,23	302,45	61,53	5,568		
4	4 день	19,79	18,45	42,54	407,6	0,124	83,86	0,84	178,2	268,15	40,35	1,73		
5	5 день	12,35	11,65	62,22	402,9	0,15	13	3,3	220,8	228,1	39	1,38		
6	6 день	8,55	9,55	56,02	406,45	0,12	13,3	2,51	164,05	161,7	37,8	4,1		
7	7 день	13,54	13,4	57,4	453,45	0,13	6,75	1,7	51,65	86,26	27,2	4,23		
8	8 день	12,8	12,8	57,1	405,5	0,19	57,9	1	239	193	43,5	0,8		
9	9 день	19,79	18,45	42,54	407,6	0,124	83,86	0,84	178,2	268,15	40,35	1,73		
10	10 день	12,35	11,65	62,22	402,9	0,15	13	3,3	220,8	228,1	39	1,38		
11	11 день суб1	13,4	10,23	65,15	397,67	0,133	183,43	0,3	403,33	356,67	83,67	2,47		
12	12 день суб2	12,8	12,8	57,1	405,5	0,19	57,9	1	239	193	43,5	0,8		
Всего		166,75	154,02	692,57	4905,5	1,77	575,6	21,62	2502,6	2717,6	547,67	28,088		
В среднем на 1 день		13,896	12,835	57,714	408,79	0,1475	47,966	1,8017	208,55	226,46	45,639	2,3407		

Список использованной литературы для разработки основного (организованного меню):

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептов и блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под общей редакцией М. П. Могильного, В.А. Тутельяна - М: ДеЛи плюс, 2015г- 544с.
2. Единый сборник технологических нормативов, рецептов, блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ –интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений / Под редакцией профессора Первалова А.Я. Издание 5-е с дополнениями, 2013г.-492с, Уральский региональный центр питания, 2013 г.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации горячих завтраков и обедов для обучающихся в общеобразовательных организациях, ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора, Новосибирск, 2020-145с
4. СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»
5. М.Р 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций»

