

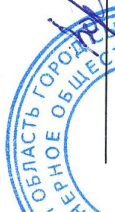
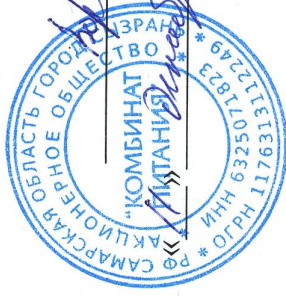
СОГЛАСОВАНО:

Начальник территориального отдела  
Управления Роспотребнадзора  
по Самарской области в городе Сызрань  
И.В. Ефимов


«14» сентября 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Генеральный директор  
АО «Комбинат питания»  
А.Н. Воронин

20 20 г.

Примерное циклическое меню  
для детей с сахарным диабетом,  
для организации питания  
в образовательных учреждениях

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)								
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
															В1	С	А	Е	Кальций
<b>Понедельник</b>																			
<b>1-я неделя</b>																			
Кукуруза консервированная	1-4 классы 5-11 классы	020 030	2,06 3,09	0,98 1,47	13,5 20,25	67,68 101,52	0,08 0,12								9,2 13,8				0,084 0,126
Колбаса отварная	1-4 классы 5-11 классы	050 100	6,85 13,7	11,4 22,8	130 260	130 260									89 178	11 22			0,85 1,7
Макаронные изделия отварные	1-4 классы 5-11 классы	150 180	5,365 6,437	4,265 5,117	38,347 46,011	203,79 244,528	0,087 0,105	0,021 0,025	1,193 1,431						10,427 12,512	45,359 54,426	8,306 9,967		0,622 0,746
Чай с сахаром	1-4 классы 5-11 классы	180 040	0,18 3,04	0,046 0,24	13,509 20,92	51,54 93,2	0,001 0,044								0,311 8				0,048 0,36
Хлеб	ГОСТ 31805-2012 5-11 классы	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055		0,84					10	32,5	7			0,45
<b>Понедельник</b>																			
<b>1-я неделя</b>																			
Икра кабачковая(порционнo)	1-4 классы 5-11 классы	020 030	0,4 0,6	1,8 2,7	1,72 2,58	24,4 36,6	0,004 0,006	1,4 2,1							8,2 12,3	13,4 20,1	7 10,5		1,4 2,1
Суп картофельный с горохом	1-4 классы 5-11 классы	200 250	4,746 5,933	4,302 5,378	18,572 23,215	127,58 159,475	0,202 0,253	9,3 11,625	3,215 4,019						25,82 32,275	69,5 86,875	28,2 35,25		1,556 1,945
Котлеты куриные с соусом	1-4 классы 5-11 классы	090 100	10,47 14,66	9,33 13,06	6,93 9,7	265 371	0,25 0,35	114,75 160,65	0,7 0,98						316,15 445,41	246,9 345,66	115,4 161,56		4,6 6,44
Капуста тушеная	1-4 классы 5-11 классы	150 180	3,593 4,316	5,267 6,321	16,511 19,838	123,461 148,28	0,133 0,161	88,32 105,985	2,241 2,689						83,598 100,33	62,415 74,925	31,572 37,886		84,606 101,068
Компот из сухофруктов**	1-4 классы 5-11 классы	180 040	0,976 3,04	0,24 0,24	35,71 20,92	140,115 93,2	0,006 0,044	0,61 0,044							34,155 8	23,485 26	18,3 5,6		4,62 0,36
Хлеб	ГОСТ 31805-2012 5-11 классы	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066		1,008					12	39	8,4			0,54
<b>Обед</b>																			
Итого:	1-4 классы 5-11 классы	17,495 27,207	16,931 29,733	16,931 29,733	86,276 105,92	546,21 774,088	0,211 0,28	0,001 0,001	0,021 0,025	1,865 2,271					42,438 65,623	160,359 264,926	24,906 38,967		1,964 3,07
	1-4 классы 5-11 классы	23,225 31,045	20,939 27,819	100,363 122,423	773,756 995,27	0,617 0,814	214,38 280,97	0,7 0,98	6,128 7,716						477,923 636,47	441,7 590,045	206,072 271,896		97,142 116,713

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд, проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПИН 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>1-я неделя</b>																
Сыр плавленый	1-4 классы	1шт	3,58	3,5		47,4	0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136			
	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016															
Запеканка из творога с молоком	5-11 классы	1шт	3,58	3,5		47,4	0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136			
	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016															
Сливочный чай с лимоном	1-4 классы	1шт	3,58	3,5		47,4	0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136			
	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016															
Хлеб	1-4 классы	1шт	3,58	3,5		47,4	0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136			
	ГОСТ 31805-2012															
<b>2-я неделя</b>																
Сельдь с гарниром	1-4 классы	0,60	4,24	8,098	4,468	86,115	0,026	4,29	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381		
	83 С6 1996г															
Шти из свежей капусты с картофелем со сметаной	1-4 классы	1,00	5,17	14,603	8,659	164,247	0,05	8,317	0,022	5,601	35,305	91,592	30,098	408,738		
	120 С6 1996г															
Жаркое (по-домашнему)(говядина)	1-4 классы	2,50/1,0	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	1,774	37,54	43,204	18,24	19,102		
	320 С6 1996г															
Комлот из аляскингов с яблоками**	1-4 классы	1,80	11,701	6,702	25,369	248,634	0,178	26,996	2,814	20,562	78,612	31,715	68,648	88,105		
	394 С6 1996г															
Хлеб	1-4 классы	1,80	0,378	27,468	106,74	0,017	22,086	0,079	0,079	12,6	9,9	7,38	0,108	0,36		
	ГОСТ 31805-2012															
<b>3-я неделя</b>																
Сельдь с гарниром	1-4 классы	0,60	4,24	8,098	4,468	86,115	0,026	4,29	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381		
	83 С6 1996г															
Шти из свежей капусты с картофелем со сметаной	1-4 классы	1,00	5,17	14,603	8,659	164,247	0,05	8,317	0,022	5,601	35,305	91,592	30,098	408,738		
	120 С6 1996г															
Жаркое (по-домашнему)(говядина)	1-4 классы	2,50/1,0	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	1,774	37,54	43,204	18,24	19,102		
	320 С6 1996г															
Комлот из аляскингов с яблоками**	1-4 классы	1,80	0,378	27,468	106,74	0,017	22,086	0,079	0,079	12,6	9,9	7,38	0,108	0,36		
	ГОСТ 31805-2012															
<b>4-я неделя</b>																
Сельдь с гарниром	1-4 классы	0,60	4,24	8,098	4,468	86,115	0,026	4,29	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381		
	83 С6 1996г															
Шти из свежей капусты с картофелем со сметаной	1-4 классы	1,00	5,17	14,603	8,659	164,247	0,05	8,317	0,022	5,601	35,305	91,592	30,098	408,738		
	120 С6 1996г															
Жаркое (по-домашнему)(говядина)	1-4 классы	2,50/1,0	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	1,774	37,54	43,204	18,24	19,102		
	320 С6 1996г															
Комлот из аляскингов с яблоками**	1-4 классы	1,80	0,378	27,468	106,74	0,017	22,086	0,079	0,079	12,6	9,9	7,38	0,108	0,36		
	ГОСТ 31805-2012															
<b>Итого:</b>																
Завтрак	1-4 классы	30,008	21,418	69,228	561,038	0,129	4,165	0,105	2,988	416,625	459,799	53,992	137,328			
	5-11 классы	39,294	27,668	82,077	697,101	0,167	4,407	0,134	4,031	498,482	576,453	68,288	137,747			
Обед	1-4 классы	21,163	20,57	87,025	620,489	0,331	79,382	0,018	8,241	103,489	227,178	81,78	496,599			
	5-11 классы	30,521	30,277	108,923	859,073	0,442	95,424	0,028	12,598	131,29	287,478	107,063	621,366			

\* - действует с 01 марта  
 \*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПин 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
<b>Среда</b>															<b>Завтрак</b>				
Орuchy порционно	1-4 классы	522 С6 1998г.	020	0,14	0,36	2	0,004	1,4	0,006	0,02	0,03	3,4	8,4		0,004				
	5-11 классы	522 С6 1998г.	030	0,21	0,54	3	0,006	2,1	0,009	0,03	5,1	12,6		0,006					
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 С6 2008г.	90	7,481	5,489	9,271	0,057	1,845	0,022	1,177	14,986	29,764		0,004					
	5-11 классы	162 С6 2008г.	100	10,384	7,516	12,206	0,078	2,295	0,03	2,39	20,153	40,117		0,004					
Картофельное пюре	1-4 классы	472 С6 1998г.	150	3,263	4,497	26,37	0,161	25,875	0,026	0,144	41,31	95,91		1,39					
	5-11 классы	472 С6 1998г.	180	3,916	5,396	31,644	0,193	31,05	0,031	0,172	49,572	115,092		1,668					
Сок фруктовый	1-4 классы	293 08	180	0,9	21,06	84,6	0,018	3,6		14,4	16,2		9	0,36					
	5-11 классы	293 08	180	0,9	21,06	84,6	0,018	3,6		14,4	16,2		9	0,36					
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	0,044			0,672	8	26		5,6	0,36				
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	0,055			0,84	10	32,5		7	0,45				
<b>Среда</b>															<b>Обед</b>				
Салат из свежих отварной	1-4 классы	23 С6 2008г.	060	0,989	2,997	6,156	0,011	5,7		1,34	21,09	24,51		0,798					
	5-11 классы	23 С6 2008г.	100	1,615	4,995	10,26	0,019	9,5		2,233	35,15	40,85		1,33					
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 С6 1998г.	200	2,272	2,138	19,156	0,084	13,2		1,074	14	50,8		0,71					
	5-11 классы	139 С6 1998г.	250	2,84	2,673	23,945	0,118	16,5		1,343	17,5	63,5		0,887					
Плов из птицы(филе куриное)	1-4 классы	893 С6 1998г.	030/120	10,315	8,435	34,129	0,077	1,494	0,019	2,91	22,412	150,786		1,556					
	5-11 классы	893 С6 1998г.	050/150	13,742	11,244	45,518	0,103	1,94	0,025	3,88	29,964	200,972		2,076					
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6 1998г.	180	0,18	0,046	13,509	0,001			0,311				0,048					
	5-11 классы	628 С6 1998г.	180	0,18	0,046	13,509	0,001			0,311				0,048					
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	0,044			0,672	8	26		5,6	0,36				
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	0,066			1,008	12	39		8,4	0,54				
<b>Итого:</b>																			
Завтрак	1-4 классы		14,834	10,236	77,981	429,702	0,284	32,72	0,054	2,553	82,096	176,274		78,866	30,309				
	5-11 классы		19,21	13,212	91,6	518,238	0,35	39,045	0,07	3,432	99,225	216,509		98,671	30,906				
Обед	1-4 классы		16,776	13,856	93,87	544,637	0,226	20,335	0,019	5,996	65,813	252,096		74,852	3,472				
	5-11 классы		22,937	19,318	124,612	734,259	0,306	27,941	0,025	8,464	94,925	344,322		107,306	4,881				

\* - действует с 01 марта  
 \*\* - витаминизация блюда, проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПиН 2.4.5.2409-08)

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>1-я неделя</b>																
<b>Четверг</b>																
Свежая вареная	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,34	2,16	9,6	0,004	2	0,028	7,4	8,6	8,6	0,28			
	5-11 классы	24 Сб.1997г.	030	0,51	3,24	14,4	0,006	3	0,042	11,1	12,9	12,9	0,42			
Соусы отварные	1-4 классы	393 Сб.1997г.	050(1шт)	5,2	0,15	85,5				14,5	80,5	10	0,85			
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	100(2 шт)	10,4	0,3	171				29	161	20	1,7			
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	0,087	203,79	0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	0,105	244,528	0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746		
Компот из свежих яблок**	1-4 классы	702 Сб.1997г.	180	0,072	30,197	114,984	0,004	0,648	0,025	0,432	2,16	3,6	0,137			
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	180	0,072	30,197	114,984	0,004	0,648	0,025	0,432	2,16	3,6	0,137			
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044	0,672	8	26	5,6	0,36			
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055	0,84	10	32,5	7	0,45			
<b>1-я неделя</b>																
<b>Обед</b>																
Салат витаминный/Винегрет	1-4 классы	2 Сб.2008г.	060	0,659	6,01	8,282	0,025	12,986	2,618	19,056	16,74	10,988	0,292			
овощной*	5-11 классы	2 Сб.2008г.	100	1,098	10,016	13,77	0,042	21,66	4,364	31,76	27,9	18,28	0,486			
Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	200/10	1,833	5,522	11,708	0,048	16,83	1,819	45,972	27,12	56,044	0,544			
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	250/10	2,217	6,528	14,562	0,06	21,025	2,27	55,915	33,65	70,053	0,7053			
Ежки в соусе	1-4 классы	0	090	8,83	13,39	253	0,08	3,39	4,76	49,15	113,25	34,55	1,26			
	5-11 классы	0	100	11,77	17,84	337	0,106	4,52	6,34	65,53	151	46,06	1,66			
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	0,265	0,021	4,16	30,966	154,621	0,189	2,985			
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,285	6,46	49,561	0,306	0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,58			
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,8	26,97	107,45	0,03	240	0,342	13,5	4	4	5,645			
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,8	26,97	107,45	0,03	240	0,342	13,5	4	4	5,645			
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044	0,672	8	26	5,6	0,36			
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066	1,008	12	39	8,4	0,54			
<b>Обед</b>																
<b>Итого:</b>																
Завтрак	1-4 классы	14,017	11,105	91,774	507,074	0,139	2,648	0,021	1,893	40,759	162,619	36,106	2,249			
	5-11 классы	21,219	18,617	105,898	661,412	0,17	3,648	0,025	2,313	63,044	262,986	63,467	3,453			
Обед	1-4 классы	22,878	30,536	122,803	870,533	0,482	273,216	4,787	9,611	168,002	360,983	82,396	66,576			
	5-11 классы	29,7	41,204	154,403	1 127,451	0,61	287,205	6,371	12,973	204,371	463,259	110,579	81,964			

\* - Действует с 01 марта  
 \*\* - витаминизация блюда проводится под контролем Медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПиН 2.4.5.2409-09)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)								
		Жиры		Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
		Белки	Жиры															
<b>Завтрак</b>																		
<b>Пятница</b>																		
	1-4 классы	24,01			38,4													
	5-11 классы	24,01			38,4													
Фрукты			3															
Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром	1-4 классы	114 С6.2008г.	3,923	5,764	30,395	0,043	0,8	0,036	0,293	103,743	96,225	16,204	1,252					
	5-11 классы	114 С6.2008г.	5,209	6,477	38,648	0,057	1,067	0,041	0,352	137,899	127,973	21,566	1,661					
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	762С6.1997г.	180	2,34	21,573	0,027	0,9	0,018	0,081	109,17	81,9	12,6	0,941					
	5-11 классы	762С6.1997г.	180	2,79	2,34	21,573	120,015	0,027	0,9	0,018	109,17	81,9	12,6	0,941				
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31752-2012	040	2,96	1,16	20,56	0,1	0,06	1	10	32,8	13,2	0,6					
	5-11 классы	ГОСТ 31752-2012	050	3,7	1,45	25,7	0,125	0,075	1,25	12,5	41	16,5	0,75					
<b>Обед</b>																		
<b>Пятница</b>																		
	1-4 классы	62 С6.1997г.	0,929	3,003	5,968	0,032	23,95		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489					
	5-11 классы	62 С6.1997г.	1,00	5,005	9,951	0,053	39,95		2,163	41,484	29,959	16,424	0,816					
Салат из белокочанной капусты/огурцы порционно*	1-4 классы	42 С6.2008г.	2,288	5,588	16,298	0,085	12,85	0,006	1,771	24,28	54	19,24	0,808					
	5-11 классы	42 С6.2008г.	2,785	6,61	20,3	142,815	0,106	0,006	2,211	28,1	65,95	23,8	1,007					
Тертель Мясные с соусом	1-4 классы	0	10,47	9,33	6,93	265	114,75	0,7		318,15	246,9	115,4	4,6					
	5-11 классы	0	100	13,06	9,7	371	160,65	0,98		445,41	345,66	161,56	6,44					
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 С6.1997г.	3,675	11,419	35,22	250,013	0,215	35,625	4,787	23,4	108,525	43,575	1,622					
	5-11 классы	251 С6.1997г.	4,41	13,703	42,264	300,015	0,258	42,75	5,745	28,08	130,23	52,29	1,946					
Компот из сухофруктов**	1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0,976	35,71	140,115	0,006	0,61		34,155	23,485	18,3	4,62					
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0,976	35,71	140,115	0,006	0,61		34,155	23,485	18,3	4,62					
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	20,92	93,2	0,044		0,672	8	26	5,6	0,36					
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	31,38	139,8	0,066		1,008	12	39	8,4	0,54					
<b>ИТОГО:</b>	1-4 классы		<b>12,673</b>	<b>9,264</b>	<b>110,928</b>	<b>0,13</b>	<b>1,7</b>	<b>0,054</b>	<b>1,374</b>	<b>222,913</b>	<b>210,925</b>	<b>42,004</b>	<b>2,793</b>					
	5-11 классы		<b>14,699</b>	<b>10,267</b>	<b>124,521</b>	<b>0,159</b>	<b>1,967</b>	<b>0,059</b>	<b>1,683</b>	<b>259,569</b>	<b>250,873</b>	<b>50,656</b>	<b>3,352</b>					
<b>Обед</b>	1-4 классы		<b>21,378</b>	<b>29,68</b>	<b>121,046</b>	<b>0,632</b>	<b>187,785</b>	<b>0,706</b>	<b>8,528</b>	<b>432,863</b>	<b>476,873</b>	<b>211,963</b>	<b>12,499</b>					
	5-11 классы		<b>14,281</b>	<b>38,738</b>	<b>149,305</b>	<b>0,839</b>	<b>260,01</b>	<b>0,986</b>	<b>11,127</b>	<b>589,239</b>	<b>634,284</b>	<b>280,774</b>	<b>15,369</b>					

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПиН 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>1-я неделя</b>															
<b>Суббота</b>															
Икра кабачковая(порционно)	31 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1,4				8,2	13,4	7	1,4
	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1				12,3	20,1	10,5	2,1
Котлеты Куриные с соусом	0	090	10,47	9,33	6,93	285	0,25	114,75	0,7			318,15	246,9	115,4	4,6
	0	100	14,66	13,06	9,7	371	0,35	160,65	0,98			448,41	345,66	161,56	6,44
Капуста тушеная	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,32		2,241		83,598	62,415	31,572	84,606
	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,28	0,133	105,985		2,689		100,33	74,925	37,886	101,068
Чай с сахаром	628 Сб.1996г.	180	0,18	0,046	13,509	51,54	0,001	0,001				0,311			0,048
	628 Сб.1996г.	180	0,18	0,046	13,509	51,54	0,044	0,001				0,311			0,048
Хлеб	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044					8	26	5,6	0,36
	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055					10	32,5	7	0,45
<b>ИТОГО:</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>17,683</b>	<b>16,683</b>	<b>59,59</b>	<b>557,601</b>	<b>0,409</b>	<b>204,471</b>	<b>0,7</b>	<b>2,913</b>	<b>418,259</b>	<b>348,715</b>	<b>159,572</b>	<b>159,572</b>	<b>91,014</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>23,556</b>	<b>22,427</b>	<b>71,777</b>	<b>723,92</b>	<b>0,544</b>	<b>288,736</b>	<b>0,98</b>	<b>3,529</b>	<b>568,351</b>	<b>473,185</b>	<b>216,946</b>	<b>216,946</b>	<b>110,106</b>
		<b>Завтрак</b>													

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПин 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>2-я неделя</b>														
<b>Понедельник</b>														
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	5	1,5	3,5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	5	1,5	3,5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
	1-4 классы	682 С6.1996г.	125/25	11,063	67,974	421,127	0,158	0,956	0,033	2,89	176,718	185,858	31,485	1,701
	5-11 классы	682 С6.1996г.	175/25	15,69	89,963	555,924	0,216	1,238	0,044	3,922	216,682	238,287	40,877	2,361
	1-4 классы	628 С6.1996г.	180	0,18	0,046	13,509	0,001	0,001			0,311			0,048
Чай с сахаром	628 С6.1996г.	180	0,18	0,046	13,509	0,001	0,001			0,311			0,048	
<b>2-я неделя</b>														
<b>Понедельник</b>														
Салат из свежих овощей	1-4 классы	23 С6.2008г.	0,60	2,987	6,156	54,33	0,011	5,7		1,34	21,09	24,51	24,51	0,798
	5-11 классы	23 С6.2008г.	100	4,995	10,26	90,55	0,019	9,5		2,233	35,15	40,85	40,85	1,33
	1-4 классы	139 С6.1996г.	200	2,272	19,156	100,42	0,094	13,2		1,074	14	50,8	19,24	0,71
	5-11 классы	139 С6.1996г.	250	2,84	23,945	125,525	0,118	16,5		1,343	17,5	63,5	24,05	0,887
	1-4 классы	0	0,90	8,63	13,38	253	0,08	3,39	4,76		49,15	113,25	34,55	1,25
	5-11 классы	0	100	11,77	17,84	337	0,106	4,52	6,34		68,53	151	46,06	1,66
	1-4 классы	270 С6.1996г.	150	16,131	4,924	260,286	0,629	0,021	0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899
	5-11 классы	270 С6.1996г.	180	19,358	5,908	48,415	0,755	0,025	0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879
	1-4 классы	288 С6.2008г.	180	0,8	26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
	5-11 классы	288 С6.2008г.	180	0,8	26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
Напиток из шиповника	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			8	26	5,6	0,36	
Хлеб	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
<b>Итого:</b>														
Завтрак			16,90	12,609	84,980	523,000	0,232	1,557	0,043	3,562	309,029	306,858	52,085	2,209
Обед			20,87	15,990	106,570	655,000	0,301	1,839	0,054	4,762	351,003	365,787	62,677	2,959
<b>Итого:</b>			<b>37,77</b>	<b>28,599</b>	<b>191,550</b>	<b>1178,000</b>	<b>0,533</b>	<b>3,396</b>	<b>0,097</b>	<b>8,324</b>	<b>660,032</b>	<b>672,645</b>	<b>114,762</b>	<b>5,168</b>

\* - действует с 01 марта  
 \*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПин 2.4.5.2405-08)



**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Углеводы				В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
			Белки	Жиры	Углеводы												
<b>2-я неделя</b>														<b>Завтрак</b>			
<b>Вторник</b>														<b>Завтрак</b>			
Горошек зеленый консервированный	31 Сб.1997г.	020	0,62	0,4	1,42	8,2	0,022	2			0,24	3,2	10,6	4,2	0,14		
Ци из свежих капуст с соусом	31 Сб.1997г.	030	0,93	0,6	2,13	12,3	0,033	3			0,36	4,8	15,9	6,3	0,21		
Котлеты Куринные с соусом	0	090	10,47	9,33	6,93	265	0,25	114,75	0,7			318,15	246,9	115,4	4,6		
Каша гречневая рассыпчатая	463 Сб.1996г.	150	7,716	13,06	9,7	371	0,35	160,65	0,98			445,41	345,66	161,56	6,44		
Компот из свежих яблок**	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,46	49,561	232,565	0,255	120,225	0,021			30,396	154,621	0,188	2,985		
	702 Сб.1997г.	180	0,072		30,197	114,984	0,004	0,648				36,456	186,444	0,189	3,58		
	702 Сб.1997г.	180	10,72		30,197	114,984	0,004	0,648				0,432	2,16	3,6	0,137		
Хлеб	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044				0,672	8	26	5,6	0,36		
	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055				0,84	10	32,5	7	0,45		
<b>2-я неделя</b>														<b>Обед</b>			
<b>Вторник</b>														<b>Обед</b>			
Салат витаминный/Винегрет овощной	2 Сб.2008г.	060	0,659	6,01	8,262	88,218	0,025	12,996			2,618	19,056	16,74	10,968	0,292		
Ци из свежих капуст с картофелем со сметаной	2 Сб.2008г.	100	1,098	10,016	13,77	147,03	0,042	21,66			4,364	31,76	27,9	18,38	0,466		
Тертели Мясные с соусом	120 Сб.1996г.	200/10	1,804	5,53	8,801	85,78	0,066	26,51	0,006		1,774	37,54	43,204	18,24	19,102		
	120 Сб.1996г.	250/10	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006		2,214	44,675	52,495	22,55	23,875		
Макаронные изделия отварные	0	090	10,47	9,33	6,93	265	0,25	114,75	0,7			318,15	246,9	115,4	4,6		
Чай с лимоном	469 Сб.1996г.	150	14,55	13,06	9,7	371	0,35	160,65	0,98			445,41	345,66	161,56	6,44		
	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	203,79	0,087	0,021	0,025		1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
Хлеб	629 Сб.1996г.	180/7	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			1,431	12,512	54,426	9,967	0,746		
	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044				0,672	8	26	5,6	0,36		
	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066				1,008	12	39	8,4	0,54		
<b>ИТОГО:</b>			<b>21,918</b>	<b>15,354</b>	<b>100,79</b>	<b>713,969</b>	<b>0,575</b>	<b>117,398</b>	<b>0,721</b>		<b>5,072</b>	<b>360,178</b>	<b>440,281</b>	<b>129,958</b>	<b>8,222</b>		
<b>Завтрак</b>			<b>28,717</b>	<b>20,42</b>	<b>117,738</b>	<b>893,765</b>	<b>0,748</b>	<b>164,298</b>	<b>1,005</b>		<b>6,189</b>	<b>497,098</b>	<b>581,664</b>	<b>178,649</b>	<b>10,817</b>		
<b>Обед</b>			<b>21,601</b>	<b>25,426</b>	<b>98,522</b>	<b>795,425</b>	<b>0,475</b>	<b>157,057</b>	<b>0,727</b>		<b>6,257</b>	<b>396,319</b>	<b>379,743</b>	<b>159,354</b>	<b>25,071</b>		
			<b>14,539</b>	<b>35,142</b>	<b>127,052</b>	<b>1,066,12</b>	<b>0,648</b>	<b>218,236</b>	<b>1,011</b>		<b>9,017</b>	<b>549,503</b>	<b>520,981</b>	<b>221,597</b>	<b>32,182</b>		

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюда проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПИН 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
														Углеводы			
<b>2-я неделя</b>														<b>Завтрак</b>			
<b>Среда</b>														<b>Обед</b>			
Колбаса п/к порционными	29 Сб.1997г.	020	2,2	8,8	88	0,038						2	45,2	5,4	0,54		
5-11 классы	29 Сб.1997г.	030	3,3	13,2	132	0,057						3	67,8	8,1	0,81		
Каша молочная жидкая -Дружба-с маслом,сахаром	150/5/5	200/5/5	3,985	5,844	26,787	0,084	0,765	0,035	0,451	0,563	131,39	98,868	100,75	21,555	1,581		
5-11 классы	102 Сб.2008г.	200/5/5	5,291	6,584	34,037	0,111	1,02	0,04	0,081	0,018	109,17	81,9	81,9	12,6	0,941		
5-11 классы	762Сб.1997г.	180	2,79	2,34	21,573	0,027	0,9	0,018	0,081	0,018	109,17	81,9	81,9	12,6	0,941		
Кофейный напиток с молоком	762Сб.1997г.	180	2,79	2,34	21,573	0,027	0,9	0,018	0,081	0,018	109,17	81,9	81,9	12,6	0,941		
5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	0,044			0,672		8	26	26	5,6	0,36		
Хлеб	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	0,055			0,84		10	32,5	7	0,45			
5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060															
<b>2-я неделя</b>														<b>Обед</b>			
<b>Среда</b>														<b>Обед</b>			
Помидоры порционные	522 Сб.1998г.	020	0,12	0,84	3,8	0,012	5		0,078		2,8	5,2	4	0,28			
5-11 классы	522 Сб.1998г.	030	0,18	1,26	5,7	0,018	7,5		0,117		4,2	7,8	6	0,42			
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	110 Сб.1998г.	200/10	1,833	5,522	11,708	0,048	16,83	0,006	1,819	0,006	37,9	45,972	27,12	56,044			
5-11 классы	110 Сб.1998г.	250/10	2,217	6,528	14,562	0,06	21,025	0,006	2,27	0,006	45,125	55,915	33,65	70,063			
Соуски отварные	393 Сб.1997г.	050(1шт)	5,2	6,6	85,5	0,15					14,5	80,5	10	0,85			
5-11 классы	393 Сб.1997г.	100(2 шт)	10,4	13,2	171	0,3					29	161	20	1,7			
Картофельное пюре	472 Сб.1998г.	150	3,263	4,497	26,37	0,161	25,875	0,026	0,144	0,026	41,31	95,91	32,805	1,39			
5-11 классы	472 Сб.1998г.	180	3,916	5,396	31,644	0,193	31,05	0,031	0,172	0,031	49,572	115,092	39,366	1,668			
Компот из сухофруктов**	283 Сб.2008г.	180	0,976	35,71	140,115	0,006	0,61				34,155	23,485	18,3	4,62			
5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,976	35,71	140,115	0,006	0,61				34,155	23,485	18,3	4,62			
Хлеб	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	0,044			0,672		8	26	26	5,6	0,36		
5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	0,066			1,008		12	39	8,4	0,54			
ИТОГО:		1-4 классы	12,015	17,224	475,69	0,193	1,665	0,053	1,204	0,053	218,038	253,85	45,155	3,422			
		5-11 классы	15,181	22,424	683,815	0,25	1,92	0,058	1,484	0,058	253,56	316,2	56,39	4,301			
		1-4 классы	14,432	16,659	572,895	0,271	48,315	0,032	2,713	0,032	138,665	277,067	97,825	63,544			
		5-11 классы	22,249	25,484	758,555	0,343	60,185	0,037	3,567	0,037	174,052	402,292	125,716	79,001			

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПиН 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
															Завтрак
<b>2-я неделя</b>															
<b>Четверг</b>															
Кукуруза консервированная	1-4 классы 5-11 классы	020 030	2,06 3,09	0,98 1,47	13,5 20,25	67,68 101,52	0,08 0,12					9,2 13,8			0,084 0,126
Плов из Говядины	1-4 классы 5-11 классы	025/125 050/150	10,849 18,908	10,407 6,133	34,868 40,528	265,808 362,073	0,066 0,106	2,782 2,697		2,893 2,849		21,226 33,235	52,637 68,123		86,103 31,01
Чай с сахаром	1-4 классы 5-11 классы	180 180	0,18 0,18	0,046 0,046	13,509 13,509	51,54 51,54	0,001 0,001					0,311 0,311			0,048 0,048
Хлеб	1-4 классы 5-11 классы	040 050	3,04 3,8	0,24 0,3	20,92 26,15	93,2 116,5	0,044 0,055			0,672 0,84		8 10	26 32,5	5,6 7	0,36 0,45
<b>2-я неделя</b>															
<b>Четверг</b>															
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы 5-11 классы	020 030	0,4 0,6	1,8 2,7	1,72 2,58	24,4 36,6	0,004 0,006	1,4 2,1				8,2 12,3	13,4 20,1	7 10,5	1,4 2,1
Суп картофельный с горохом	1-4 классы 5-11 классы	200 250	4,746 5,933	4,302 5,378	18,572 23,215	127,58 159,475	0,202 0,253	9,3 11,625		3,215 4,019		25,62 32,275	69,5 86,875	28,2 35,25	1,566 1,945
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы 5-11 классы	90 100	7,491 10,384	5,499 7,516	9,271 12,206	95,702 129,098	0,057 0,078	1,845 2,295	0,022 0,03	1,717 2,39		14,986 20,153	29,764 40,117	31,461 43,305	28,195 28,422
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы 5-11 классы	150 180	3,675 4,41	11,419 13,703	35,22 42,264	250,013 300,015	0,215 0,258	35,625 42,75		4,787 5,745		23,4 28,08	108,525 130,23	43,575 52,29	1,622 1,946
Сок фруктовый	1-4 классы 5-11 классы	180 180	0,9 0,9		21,06 21,06	84,6 84,6	0,018 0,018	3,6 3,6				14,4 14,4	16,2 16,2	9 9	0,36 0,36
Хлеб	1-4 классы 5-11 классы	040 060	3,04 4,56	0,24 0,36	20,92 31,38	93,2 139,8	0,044 0,066			0,672 1,008		8 12	26 39	5,6 8,4	0,36 0,54
<b>Завтрак</b>															
ИТОГО:	1-4 классы 5-11 классы	15,585 20,812	9,701 13,06	82,058 105,427	467,567 596,404	0,201 0,278	1,435 1,941			3,682 4,72		39,923 54,075	176,786 233,472	31,102 41,006	2,048 2,7
<b>Обед</b>															
ИТОГО:	1-4 классы 5-11 классы	20,262 26,787	23,26 29,657	106,763 132,705	675,495 849,588	0,54 0,679	5,177 6,37			10,351 13,162		94,806 119,208	263,389 332,522	124,836 156,745	33,493 35,313

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПин 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
<b>2-я неделя</b>																	
<b>Пятница</b>																	
Свекла вареная	1-4 классы 5-11 классы	020	0,34	2,16	9,6	0,004	2			0,028	7,4	8,6	8,6	0,28			
Стейк из курицы (или шиниель из мяса птицы) с соусом	24 Сб.1996г. 24 Сб.1997г. 520 Сб.1997г. 520 Сб.1997г.	030 090	0,51 8,661	3,24 1,944	14,4 135,737	0,006 0,053	3		0,042	11,1	12,9	12,9	12,9	0,42			
Макаронные изделия отварные	1-4 классы 5-11 классы	100	11,061	13,649	174,125	0,067	0,72	0,038		9,073	19,354	24,354	28,678	28,978			
Напиток из шиповника	469 Сб.1996г. 289 Сб.2008г.	150 180	3,365 5,117	38,347 46,011	203,79 244,528	0,087 0,105	0,025	0,025	1,193	10,427	45,359	8,306	9,967	0,746			
Хлеб	1-4 классы 5-11 классы	040	3,04	0,24	93,2	0,044	240		0,342	13,5	4	4	5,645	5,645			
	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	116,5	0,055			0,672	8	26	5,6	7	0,36			
	ГОСТ 31805-2012								0,84	10	32,5	7		0,45			
<b>2-я неделя</b>																	
<b>Пятница</b>																	
Сельдь с гарниром	1-4 классы 5-11 классы	060	4,24	8,098	86,115	0,026	4,29	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381				
Суп из овощей	83 Сб.1996г. 83 Сб.1996г.	100	5,17	14,603	164,247	0,05	8,317	0,022	5,601	35,305	91,592	30,098	408,738				
Печень говяжья по-строгановски	132 Сб.1996г. 132 Сб.1996г.	200	1,514	3,525	10,49	0,073	17,8		1,55	18,88	40,38	17,18	0,638				
Рис отварной	387Сб.1996г. 387Сб.1996г.	250	1,893	4,406	13,113	0,091	22,25		1,937	23,6	50,475	21,475	0,795				
Чай с лимоном	629 Сб.1996г. 629 Сб.1996г.	90 150	8,546 3,401	3,401	129,011	0,188	20,679	2,275	2,044	15,365	213,295	13,706	60,586				
Хлеб	1-4 классы 5-11 классы	040	3,04	0,24	93,2	0,044	240		0,342	13,5	4	4	5,645				
	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	116,5	0,055			0,672	8	26	5,6	7				
	ГОСТ 31805-2012								0,84	10	32,5	7					
<b>Обед</b>																	
<b>Пятница</b>																	
Сельдь с гарниром	1-4 классы 5-11 классы	060	4,24	8,098	86,115	0,026	4,29	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381				
Суп из овощей	83 Сб.1996г. 83 Сб.1996г.	100	5,17	14,603	164,247	0,05	8,317	0,022	5,601	35,305	91,592	30,098	408,738				
Печень говяжья по-строгановски	132 Сб.1996г. 132 Сб.1996г.	200	1,514	3,525	10,49	0,073	17,8		1,55	18,88	40,38	17,18	0,638				
Рис отварной	387Сб.1996г. 387Сб.1996г.	250	1,893	4,406	13,113	0,091	22,25		1,937	23,6	50,475	21,475	0,795				
Чай с лимоном	629 Сб.1996г. 629 Сб.1996г.	90 150	8,546 3,401	3,401	129,011	0,188	20,679	2,275	2,044	15,365	213,295	13,706	60,586				
Хлеб	1-4 классы 5-11 классы	040	3,04	0,24	93,2	0,044	240		0,342	13,5	4	4	5,645				
	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	116,5	0,055			0,672	8	26	5,6	7				
	ГОСТ 31805-2012								0,84	10	32,5	7					
<b>Итого:</b>																	
Завтрак	1-4 классы 5-11 классы	18,206	14,956	90,341	549,777	0,218	242,72	0,051	2,235	48,4	234,853	45,86	35,585				
Обед	1-4 классы 5-11 классы	22,608	19,066	104,315	657,003	0,263	243,72	0,063	2,655	58,185	296,72	58,221	36,239				
	1-4 классы 5-11 классы	24,102	25,678	96,344	663,227	0,378	46,57	2,314	7,57	84,758	404,407	67,714	471,044				
	1-4 классы 5-11 классы	30,279	35,885	121,978	876,165	0,495	58,931	2,896	11,576	107,652	510,65	91,034	473,269				

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПин 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)								
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
															Завтрак			
<b>Суббота</b>																		
	1-4 классы	522 С6.1996г.	020	0,14	0,36	2	0,004	1,4	0,006	0,02	3,4	8,4						
Опурцы порционно	5-11 классы	522 С6.1996г.	030	0,21	0,54	3	0,006	2,1	0,009	0,03	5,1	12,6						
	1-4 классы	284 С6.1996г.	150	15,806	19,39	251,474	0,094	0,429	0,437	2,492	116,428	251,649	67,926					
Омлет натуральный	5-11 классы	284 С6.1996г.	200	21,076	25,654	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,57	4,705				
	1-4 классы	628 С6.1996г.	180	0,18	0,046	13,509	51,54	0,001			0,311							
Чай с сахаром	5-11 классы	628 С6.1996г.	180	0,18	0,046	13,509	51,54	0,001			0,311							
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044		0,672	8	26	5,6	0,36				
Хлеб	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055		0,84	10	32,5	7	0,45				
<b>ИТОГО:</b>	1-4 классы		19,166	19,676	37,668	398,214	0,142	1,83	0,443	3,184	128,139	286,249	73,526	3,94				
	5-11 классы		25,266	26,2	44,037	506,345	0,186	2,672	0,592	4,193	170,644	380,904	97,57	5,209				

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПИН 2.4.5.2409-08)

Для составления меню использованы:

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