Согласовано

Директор МБОУ СОШ №

МО Калининского района

Утверждено

ООО «Бриз»

Директор

Ткаченко Т.В.

Примерное цикличное меню школьного питания

(возрастная категория: с 12лет и старше)

2024-2025

День: 1-й понедельник

Сезон: осень

Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК														
291м	**Плов из птицы**			250	21,17	13,07	44,367	381,67	0,312	7,52	243,2	57,92	219,17	67,55	2,47
	куры	176	120												
	масло растительное	8,6	8,6												
	лук репчатый	13,32	11,6												
	морковь	16,6	13,3												
	томат	8,3	8,3												
	крупа рисовая	50,3	50,3												
пром	**Напиток витаминизированный**			200	0	0	23	92	0,4	2	0	0	6,4	0	0
	смесь на натур.основе	20	20												
45м	**Салат из белокачанной капусты**			100	1,3	3,25	6,47	60,4	0,02	1,7	0	24,97	28,3	1,5	0,47
	капуста белокачанная	98,5	78,3												
	сахар	5	5												
	морковь	12,5	10												
	масло растительное	5	5												
	кислота лимонная	0,3	0,3												
пром	**Хлеб ржано-пшеничный**	20	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0	0	4,6	21,2	14	0,5
пром.п	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
	Всего завтрак			605	26,35	16,89	100,62	661,88	0,787	11,22	243,2	95,54	305,52	94,6	3,83

№ рец.	Наименование блюд	Брутто,г	Нетто,г	Выход на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД														
96м	**Рассольник Ленинградский**			250	2,02	5,1	11,97	107,25	0,1	8,37	0	29,15	5,67	2,41	0,92
	крупа перловая	5	5												
	картофель	80	60												
	морковь	6	5												
	лук репчатый	6	5												
	огурцы соленые	16,7	15												
	масло растительное	5	5												

	вода питьевая	185	185												
71м	**Помидоры свежие**	100	100	**100**	1,1	0,2	3,8	22	0,06	1,25	0	14	26	2	0,8
211м	**Омлет с сыром**			**200**	17,22	30,69	3,25	358,11	0,12	0,43	429,7	339,6	305,3	2,85	0,35
	яйцо куриное 1 категории	3,3 шт	130												
	сыр Российский	27,7	26												
	молоко	70	70												
	масло сливочное	6,5	6,5												
	масло сливочное	5	5												
54-22гн	**Какао с молоком**			**200**	4,6	3,6	12,6	100,4	0,04	0,68	17,3	1,43	13	34	0,1
	какао	4	4												
	молоко	130	130												
	сахар	7	7												
338м	**Фрукты свежие :Яблоко**	168	150	**150**	0,6	0,45	15,45	70,5	0,04	7,5	0	10,98	41,52	15,75	0,427
пром.	**Хлеб пшеничный**	70	70	**70**	5,52	0,7	33,8	163,66	0,07	0	0	16,1	60,9	23,1	0,78
пром.	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40	**40**	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,2	42,4	10	1,24
	Всего в обед:			**1010**	33,3	41,18	100,63	913,88	0,47	18,23	447	420,46	494,79	90,11	4,617
	Всего за день:			**1615**	59,65	58,07	201,247	1575,76	1,257	29,45	690,2	516	800,31	184,71	8,447

№	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)			Минералы (мг)			
рец.					Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ПОЛДНИК														
54-2гн	**Чай с сахаром**	200	200	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0,073
	чай	1	1												
	сахар	7	7												
пром	**Кондит.издел. печенье**	20	20	20	1,66	0,79	15,41	55,6	0,02	0	16,1	5,79	21,5	4,4	0,36
15м	**Сыр Российский**	10	10	10	2,32	2,95	0	36	0	0,07	26	88	50	3,5	0,1
пром.п	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
338м	**Фрукты свежие: яблоко**	148	130	130	0,52	0,52	12,74	61,1	0,039	13	0	20,8	14,3	11,7	4,18
	Всего полдник			395	7,46	4,61	51,55	261,33	0,094	13,1	42,4	128,6	129	36,05	5,193

День: 2-й день вторник
Сезон: осень
Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энергетическая ценность	Витамины (мг) B1	C	A	Минералы (мг) Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК														
222м	**Пудинг из творога со сгущенным молоком**			**180/20**	**20,47**	**20,51**	**58,03**	**468,3**	**0,11**	**0,59**	**122,8**	**287,12**	**268,37**	**48,19**	**0,179**
	творог	126,9	125,4												
	крупа манная	12,2	12,2												
	сахар	12,2	12,2												
	яйца столовые	0,11	5,8												
	ванилин	0,03	0,03												
	мука пшеничная	6,6	6,6												
	изюм	20,2	20												
	сметана	6,6	6,6												
	масло сливочное	6,6	6,6												
	молоко сгущенное	20	20												
54-2гн	**Чай с сахаром**			200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0,73
	Чай	1	1												
	сахар	7	7												
пром.	**Кондит.издел.:печенье**	30	30	30	2,49	1,18	23,12	113,4	0,04	0	24,06	8,68	32,23	6,6	0,54
338м	**Фрукты свежие: яблоко**	168	150	150	0,6	0,45	15,45	70,5	0,04	7,5	0	10,98	41,52	15,75	4,27
	Всего завтрак			580	23,76	22,14	103,1	679	0,19	8,13	147,16	311,28	349,32	74,34	5,719

№ рец.	Наименование блюд	Брутто,г	Нетто,г	Выход на 1 порцию	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энергетическая ценность	Витамины (мг) B1	C	A	Минералы (мг) Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД														
101м	**Суп картофельный с крупой**			250	1,97	2,72	12,12	85,75	0,1	11,45	0	26,7	55,97	2,27	0,08
	картофель	80	60												
	морковь	7,5	5												
	лук репчатый	7	5												
	крупа рисовая	5	5												
	масло растительное	2,5	2,5												
62м	**Салат из моркови с сахаром**	100	100	100	1,22	0,08	11,47	81,7	0,05	3,35	0	25,75	52,77	3,6	0,65
	морковь	120	96												
	сахар	6,6	6,6												

227м	**Рыба припущенная с молочным соусом**			100/30	17,09	5,8	0,26	217	0,08	1,68	235,6	114,67	114,68	45,8	0,08
	минтай	148	124												
	лук репчатый	6	4												
	петрушка корень	6	4												
	масло сливочное	10	10												
312м	**Соус:** молоко	15	15		0,8	2,37	2,96	39,96	0,01	0,09	14,58	20,07	17,45	3,5	0,09
	масло сливочное	3,3	3,3												
	мука пшеничная	3,3	3,3												
312м	**Пюре картофельное**			180	3,67	5,76	24,51	164,7	0,162	21,78	0	44,37	10,4	3,33	0,12
	картофель	195	143,8												
	молоко	28,4	27												
	масло сливочное	6,3	6,3												
54-1хн	**Компот из сухофруктов**			200	0,5	0	19,8	81	0	0,02	15	50	4,3	2,1	0,09
	сухофрукты	32	30												
	сахар	7	7												
	вода 170	190	190												
пром.	**Хлеб пшеничный**	70	70	70	5,52	0,7	33,8	163,66	0,07	0	0	16,1	60,9	23,1	0,78
пром.	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,2	42,4	10	1,24
	Всего в обед:			970	33,01	17,87	124,68	925,73	0,512	38,37	265,18	306,86	358,87	93,7	3,13
	Всего за день:			1550	56,77	40,01	227,78	1604,73	0,702	46,5	412,34	618,14	708,19	168,04	8,849

№	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход (г) н	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)			Минералы (мг)			
рец.					Б	Ж	У		В1	С		Са	Р	Mg	Fe
	ПОЛДНИК														
294м	**Котлеты рубленные из птицы**	100/5	100/5	100/5	17,44	16,76	16,28	286	0,2	0,9	53,8	59,78	80	22,2	1,74
321м	**Капуста тушенная**	100	100	100	2,07	3,23	9,43	75,1	0,03	1,71	0	55,45	40,14	20,65	0,81
	капуста белокачанная	142	114												
	масло сливочное	3,5	3,5												
	морковь	2,5	2												
	лук репчатый	4,8	4												
	томат	6	6												
	мука пшеничная	1,2	1,2												
пром.	**Напиток витаминизированный**	200	200	200	0	0	23	29,7	0,4	20	0	0	6,4	0	0
	смесь на татуральн. основе	20	20												
пром.	**Хлеб ржано-пшеничный**	20	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0	0	4,6	21,2	5	0,62
	Всего полдник			425	20,63	20,21	58,29	499,08	0,65	22,61	53,8	119,87	147,74	47,85	3,17

День: 3-й среда
Сезон: осень
Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК														
181м	**Каша жидкая молочная из манной крупы**			210	6,11	10,72	32,38	231	0,08	1,17	58	133,77	118,19	20,3	0,47
	крупа манная	27,9.	27,9.												
	молоко	150	150												
	вода	80	80												
	сахар	6	6												
	масло сливочное	10	10												
15м	**Сыр Российский**	10	10	10	2,32	2,95	0	36	0,003	0,07	26	88	50	3,5	0,1
54-4гн	**Чай с молоком**			200	1,6	1,1	8,7	50,9	0,01	0,3	6,9	57	46	9,9	0,77
	Чай	1	1												
	сахар	7	7												
	молоко пастеризованное	50	50												
пром	**Йогурт-комплиа**	180	180	180	4,5	2,16	28,8	153	0	0	0	0	0	0	0
пром.	**Хлеб пшеничный**	70	70	70	5,52	0,7	33,8	163,66	0,07	0	0	16,1	60,9	23,1	0,78
пром.	**Хлеб ржано-пшеничный**	20	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0	0	4,6	21,2	5	0,62
	Всего завтрак			690	21,17	17,85	113,56	680,54	0,183	1,54	90,9	298,65	292,71	55,75	2,79

№ рец.	Наименование блюд	Брутто,г	Нетто,г	Выход на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД														
4-23с	**Свекольник**			250	5,75	3,3	13,5	107,22	0,05	0,67	123,2	31,5	56,7	26	1,3
	картофель	66,2	43,1												
	свекла	45	30												
	томатное пюре	1,1	1,1												
	морковь	10	8												
	лук репчатый	11,1	8,9												
	масло сливочное	2,5	2,5												
	соль пищевая йодированная	0,75	0,75												
3	**Салат из отварной свеклы**	100	100	100	3	4,5	7,67	76	0,02	0,37	1,13	31,67	36,67	18,3	0,12
	свекла	106	85												

	масло растительное	5	5												
256м	**Мясо тушенное**			110	16,2	18,38	2,76	315	0,35	1,4697	135,1	146,98	147,37	28	0,88
	мясо говядины	140	121												
	масло растительное	5	5												
	томатное пюре	7	7												
	мука пшеничная	2	2												
	лук репчатый	5	4												
	соль пищевая йодированная	0,5	0,5												
	морковь	5	4												
204м	**Макароны отварные**			160/5	11,28	12,07	31,97	282,06	0,07	0	86,4	223,63	158,89	16,96	1,1
	Макароны	61,2	61,2												
	масло сливочное	5	5												
389 м	**Сок**	200	200	200	1	0	14,6	62,4	0,02	17,1	0	80	40	7	0,8
пром	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,2	42,4	10	1,24
пром	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
	Всего в обед:			930	42,23	39,04	107,16	1016,47	0,585	19,61	345,83	531,03	512,48	117,81	5,83
	Всего за день:			1620	63,4	56,89	220,72	1697,01	0,768	21,15	436,73	829,68	805,19	173,56	8,62

№	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход (г) на	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)			Минералы (мг)			
рец.					Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ПОЛДНИК														
181м	**Каша жидкая молочная из манной крупы**	150	150	150	4,58	8,03	24,28	188,24	0,06	8,8	143,5	100,3	10,36	15,23	0,34
	крупа манная	23,2	23,2												
	молоко	75	75												
	сахар	4,5	4,5												
386м	**Ряженка**	180	180	180	5,22	4,5	7,56	91,8	0,03	0,54	36	123,2	165,6	25,2	0,18
пром	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
	Всего полдник			365	12,56	12,88	48,74	361,87	0,125	9,34	179,5	231,55	206,4	51,98	0,91

День: 4-й четверг
Сезон: осень
Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК														
59м	**Салат из моркови с яблоками**	100	100	100	1,25	0,17	8,51	39,9	0,05	4,38	0	238,98	44,55	3,03	1,06
	морковь	93	75												
	яблоки	35	25												
	сахар песок	1	1												
259м	**Жаркое по-домашнему**			200	18,52	20,68	18,94	337,14	0,14	7,72	102	34,86	135,14	18,54	0,44
	говядина	122,2.	90,2												
	картофель	152	114,2												
	томат	6,8	6,8												
	лук репчатый	13,7	11,4												
	масло растительное	6,9	6,9												
	соль йодированная	0,78	0,78												
338м	**Фрукты свежие: яблоко**	148	130	130	0,52	0,52	12,74	61,1	0,039	13	0	20,8	14,3	11,7	0,418
54-2хн	**Компот из кураги**	200	200	200	1	0,1	15,7	66,9	0,01	0,32	70	28	25	18	0,58
	курага	21,4	20												
	сахар песок	7	7												
пром	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
пром	**Хлеб ржано-пшеничный**	20	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0	0	4,6	21,2	5	0,62
	Всего завтрак			685	25,17	22,04	82,67	632,85	0,294	25,42	172	335,29	270,64	67,82	3,508

№ рец.	Наименование блюд	Брутто,г	Нетто,г	Выход на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД														
103м	**Суп картофельный с макаронными изделиями**			250	2,7	2,85	17,45	118,25	0,125	8,25	0	29,2	27,57	27,2	1,12
	Картофель	80	60												
	лук репчатый	9,6	8												
	морковь	10	8												

	макароны	12	10												
	масло растительное	2,5	2,5												
294м	**Котлеты рубленные из птицы с молочным соусом**			95/30	10,53	12,66	15,38	242	0,19	8,5	33,11	155,71	174,65	21	3,44
	курица	146,3	70												
	Хлеб пшеничный	30	30												
	молоко паст.2,5%	24,7	24,7												
	мука пшеничная	12,4	12,4												
	масло растительное	5,7	5,7												
	масло сливочное	7,3	7,3												
	внутренний жир	3,8	3,8												
328м	**Соус: молоко**	15	15		0,8	2,76	2,96	39,96	0,01	0,09	145,8	20,07	17,45	3	0,09
	масло сливочное	3,3	3,3												
	мука пшеничная	3,3	3,3												
174м	**Каша пшеничная вязкая**			180	9,95	10,74	44,83	265,5	0,018	0	45	29,69	16,64	16,4	0,52
	крупа пшеничная	40,5	40,5												
	масло сливочное	11,1	11,1												
71м	**Огурцы свежие**	100	100	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0,12	17	30	14	0,58
379м	**Кофейный напиток**			200	3,16	2,67	15,94	100,6	0,04	3	20	125,78	9	14	0,13
	Кофейный напиток	5	5												
	молоко паст.2,5%	150	150												
	сахар песок	20	20												
пром.	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
пром.	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,2	42,4	10	1,24
	Всего в обед:			930	32,84	32,57	135,12	952,1	0,498	24,74	244,03	394,7	348,16	117,15	7,51
	Всего за день:			1615	58,01	54,61	217,79	1584,95	0,792	50,16	416,03	729,99	618,8	184,97	11,018

№	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход	Пищев				Витами			Минер			
рец.					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ПОЛДНИК														
174м	**Каша пшеничная вязкая**	95	95	95	5,25	5,67	23,66	141,71	0,009	0	232,8	15,66	61,56	0,87	0,27
	крупа пшеничная	23,75	23,75												
	масло сливочное	5,8	5,8												
пром	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
пром.	**Хлеб ржано-пшеничный**	20	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0	0	4,6	21,2	5	0,62
338м	**Фрукты свежие: яблоко**	112	100	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0	16	11	9	0,22
54-22гн	**Какао с молоком**	200	200	200	4,6	3,6	12,6	100,4	0,04	0,68	17,3	143	130	34	0,1
	какао	4	4												
	молоко	130	130												
	сахар	7	7												
	Всего полдник			450	14,13	10,2	72,84	416,92	0,124	10,68	250	187	254,2	60,42	1,6

5-й день Первая неделя

сезон :осень

Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец	Наименование блюд	Брутто,г	Нетто,г	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
235м	**Шницель рыбный натуральный с молоч.соусом**			100/30	1,36	8,1	8,86	163,63	0,06	4,1	16,11	68,97	27,8	3,87	0,306
	минтай	103,2	88												
	лук репчатый	20	18												
	масло растительное	7,1	7,1												
	молоко	29	29												
	яйца столовые	1шт	2,8												
	мука пшеничная	12	12												
	зелень	3,8	2												
328м	Соус: молоко	15	15		0,8	2,76	2,86	39,96	0,01	0,09	14,58	20,07	17,45	3,5	0,09
	мука пшеничная	3,3	3,3												
	масло сливочное	3,3	3,3												
54-8г	**Капуста тушенная**			150	4,44	5,27	17,51	136,2	0,03	32,28	150	98,4	75,6	38,39	1,47
	капуста белокочанная свежая	213	189												
	масло сливочное	8,1	8,1												
	морковь	9	7,2												
	лук репчатый	12,2	10,8												
	томат	14,4	14,4												
	соль пищевая йодированная	0,5	0,5												
	мука пшеничная	2,1	2,1												
	сахар	5,34	5,4												
	петрушка	4	3,6												
15м	**Сыр Российский**	10	10	10	2,32	2,95	0	36	0,003	0,07	26	88	50	3,5	0,1
54-2гн	**Чай с сахаром**			200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	4,5	7,2	3,8	0,73
	Чай	1	1												
	сахар	7	7												
14м	**Масло сливочное**	10	10	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	2,4	3	0	0,02
пром	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
ром	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,2	42,4	10	1,24

	Всего завтрак			575	14,2	27,12	72,52	642,38	0,178	36,58	246,99	299,59	253,9	74,61	4,346

№ рец	Наименование блюд	Брутто,г	Нетто,г	Выход на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
							Обед								
82м	**Борщ с капустой и картофелем**			250	1,8	4,92	10,92	103,75	0,05	1,02	0	49,72	5,46	2,61	1,22
	свекла	30	22												
	капуста белокочанная свежая	20	16												
	картофель	24	20												
	морковь	7	5												
	лук репчатый	7	5												
	масло сливочное	5	5												
	томатное пюре	5	5												
	сахар	2,5	2,5												
	зелень	2,6	2												
	лавровый лист	0,008	0,008												
	соль пищевая йодированная	0,6	0,6												
71м	**Помидоры свежие**	100	100	100	1,1	0,2	3,8	22	0,06	7,05	0	14	26	2	0,9
265	**Плов**			200	12,58	20,26	43,21	378	0,07	2,02	199	117,08	2,41	4,7	3,06
	морковь	10	8												
	говядина мякоть замороженная	127	94,5												
	крупа рисовая	40,7	40,7												
	лук репчатый	6	5												
	масло растительное	6	6												
	соль пищевая йодированная	0,7	0,7												
	томат	3	3												
389м	**Сок фруктовый (яблочный)**	200	200	200	1	0	20,2	84,8	0,020	4,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80
пром	**Молоко**	200	200	200	5,8	5	9,6	108	0,08	2,6	44	240	180	28	0,2
пром.	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,2	42,4	10	1,24
пром	**Хлеб пшеничный**	70	70	70	5,52	0,7	33,8	163,66	0,07	0	0	16,1	60,9	23,1	0,78
	Всего в обед :			1060	30,04	31,52	141,29	952,17	0,39	16,69	243	460,1	331,17	78,41	10,2
	Всего за день:			1635	44,24	58,64	213,81	1594,55	0,568	53,27	489,99	759,69	585,07	153,02	14,546

День: 6-й понедельник. Вторая неделя.

Сезон: осень

Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК														
266м	**Бифштекс рубленый**			70	13,59	16,7	0,31	206,03	0,04	0,09	1,32	15,92	124,6	1,47	1,96
	говядина заморожен. б/к	120	91												
	молоко	6,6	6,6												
	соль йодиров.	1,1	1,1												
	масло растительное	5	5												
310м	**Картофель отварной**			150	0,28	4,32	23,01	128,35	0,15	2,1	0	14,64	79,72	2,932	0,15
	картофель	199	150												
	масло сливочное	5,22	5,22												
389м	**Сок фруктовый**	200	200	200	0,6	0,4	32,6	136,4	0,04	4	0	40	0	18	0,8
54-27з	**Морковь отварная дольками**			100	1,33	3,33	6,83	62,67	0,05	2,18	13,22	26,67	53,33	3,66	0,68
	морковь	136,3	109												
	масло сливочное	5	5												
пром.	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
пром	**Хлеб ржано- пшеничный**	20	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0	0	4,6	21,2	5	0,62
	Всего завтрак			575	19,68	25,32	89,53	661,26	0,335	8,37	14,54	109,88	309,3	42,612	4,6

№ рец.	Наименование блюд	Брутто,г	Нетто,г	Выход на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД														
108м	**Суп с клецками**			250	3,55	4	18,8	144,25	0,1	0,57	21,05	33,4	72,22	25,35	0,12
	Картофель:	66,7	50												
	морковь	10	8												
	лук репчатый	9,6	8												
	масло растительное	2,5	2,5												
	клецки готовые		50												
	вода питьевая	200	200												
	соль пищевая йодированная	0,4	0,4												
	лавровый лист	0,008	0,008												

109м	**Клёцки**				2,05	1,87	9,01	67,6	0,04	0	18	9,28	27,02	7,4	0,45
	молоко пастеризованное 2,5%	24,2	24,2												
	масло сливочное	1,75	1,75												
	яйца столовые куриные II категории	0,11шт	4,4												
	мука пшеничная	15,4	15,4												
	соль пищевая йодированная	0,45	0,45												
54-13з	**Салат из свеклы отварной**	100	100	100	1,33	4,5	7,67	76	0,02	0,38	1,13	31,67	36,67	18,33	0,11
	свекла	106,1	85												
	масло растительное	5	5												
171м	**Каша ячневая**			170/10	5,63	7,97	36,45	239,4	0,034	0	40	58,95	93,48	29,46	0,1
	крупа ячневая	38,2	38,2												
	масло сливочное	10	10												
229м	**Рыба тушен. с томатом и овощами**			120/20	10,48	4,8	7,32	134,6	0,09	0,11	354	61,2	22,6	5,28	0,12
	минтай обезглавленный потрошенный	133	111,6												
	морковь	7	5												
	лук репчатый	7	5												
	хлеб пшеничный	9,6	9,6												
	масло сливочное	3,6	3,6												
	соль пищевая йодированная	0,4	0,4												
338м	**Фрукты свежие: яблоко**	148	130	130	0,52	0,52	12,74	61,1	0,039	13	0	20,8	14,3	11,7	0,41
пром	**Кисель плодово-ягодный витам.**			200	0	0	23	92	0,4	20	0	0	6,4	0	0
	Кисель вишневый витаминизир.	20	20												
	сахар	7	7												
пром.	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
пром	**Хлеб ржано- пшеничный**	20	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0	0	4,6	21,2	5	0,62
	Всего в обед:			1055	27,44	24,23	141,77	942,76	0,778	34,06	434,18	227,95	324,34	114,07	2,32
	Всего за день:			1630	47,12	49,55	231,3	1604,02	1,113	42,43	448,72	337,83	633,64	156,68	6,92

День: 7-й вторник
Сезон: осень
Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК														
210м	**Омлет натуральный**			155	10,63	17,48	2,79	231,04	0,12	0,29	366,93	113,04	120,92	18,24	2,96
	яйцо куриное 1 сорт -50гр	2,27	116												
	молоко пастер.	43,4	43,4												
	масло сливочное	5,7	5,7												
320м	**Морковь тушенная с яблоками**	100	100	100	1,18	3,63	10,06	78,1	0,03	3,75	0	26,86	49,43	33,75	1,01
	морковь	106	85												
	масло сливочное	2,5	2,5												
	сахар	2,5	2,5												
	яблоки свежие	28,6	20												
14м	**Масло сливочное**	10	10	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	2,4	3	0	0,02
54-23гн	**Кофейный напиток**	200	200	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,52	13,3	111	31	10,7	1,07
	молоко	100	100												
	сахар	7	7												
	кофейный напиток	5	5												
338м	**Фрукты свежие: яблоко**	148	130	130	0,52	0,52	12,74	61,1	0,039	13	0	20,8	14,3	11,7	4,18
пром	**Хлеб ржано-пшеничный**	20	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0	0	4,6	21,2	5	0,62
пром.	**хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
	Всего завтрак:			650	20,09	32,35	63,8	650,05	0,274	17,56	420,23	286,75	270,3	90,94	10,25

№ рец.	Наименование блюд	Брутто,г	Нетто,г	Выход на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД														
54-1с	**Щи из свежей капусты со сметаной**			250	2,02	6,15	6,6	100,9	0,02	0,134	131,25	46,75	38,75	16,5	0,06
	сметана	12,5	10												
	лук репчатый	7	5												
	морковь	7	5												

	капуста	32	26												
	масло сливочноеное	5	5												
	томат	1,5	1,5												
	мука пшеничная	2,5	2,5												
71м	**Огурцы свежие**	100	100	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	0,49	0,12	17	30	14	0,05
289м	**Рагу из птицы**			230	16,51	15,41	19,98	285,2	0,09	0,14	19,18	48,36	142,2	20,85	0,02
	курица	139	94,6												
	масло растительное	2,6	2,6												
	картофель	100	75												
	морковь	10	8												
	томат	6	6												
	лук репчатый	10	8												
	масло растительное	5,2	5,2												
	мука пшеничная	1,3	1,3												
338м	**Фрукты свежие: яблоко**	120	100	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0	16	11	9	0,22
пром	**Хлеб пшеничный**	70	70	70	5,52	0,7	33,8	163,66	0,07	0	0	16,1	60,9	23,1	0,78
389м	**Сок фруктовый яблочный**	200	200	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	14	14	8,9	0,28
пром	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,2	42,4	10	1,24
пром	**Кондитер.изделие:печенье**	25	25	25	2,07	0,98	19,26	94,5	0,025	0	2	7,23	26,86	5,5	0,45
	Всего обед			1015	30,46	24,18	131,3	880,02	0,335	14,764	152,55	174,64	366,11	107,85	3,1
	Всего за день:			1665	50,55	56,53	195,1	1530,07	0,609	32,324	572,78	461,39	636,41	198,79	13,35

№	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)			Минералы (мг)			
рец.					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ПОЛДНИК														
309м	**Макаронные изделия отварные**	80	80	80	0,28	2,4	14,1	89,84	0,02	0	0	2,59	19,82	1,12	0,05
	макароны	28	28												
	масло сливочное	2,8	2,8												
59м	**Салат из моркови с яблоками**	100	100	100	1,07	0,17	8,52	39,9	0,05	4,37	0	23,98	44,52	30,38	1,07
	морковь	93,8	75												
	сахар	1	1												
	яблоки свежие	28,3	25												
54-23гн	**Кофейный напиток**	200	200	200	3,8	2,9	11,3	86	0,03	0,52	13,3	111	31	10,7	1,07
	кофейный напиток	5	5												
	молоко	100	100												
	сахар	7	7												
пром.	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,2	42,4	10	1,24
	Всего полдник:			420	7,39	5,91	53,68	307,7	0,14	4,89	13,3	146,79	137,74	52,2	3,43

День: 8-й среда
Сезон осень
Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюд	брутто,г	нетто,г	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК														
182м	**Каша жидкая молочная(рисовая)**			200/10	5,1	10,72	33,42	251	0,06	1,17	58	130,09	138,14	30,12	0,47
	крупа рисовая	27,9	27,9												
	молоко паст.2,5%	150	150												
	сахар	6	6												
	масло сливочное	10	10												
54-21гн	**Какао с молоком**	200	200	200	4,6	3,6	12,6	100,4	0,04	0,68	17,3	143	130	34	1,09
	какао	4	4												
	молоко пастеризованное (2,5-3,5%)	130	130												
	сахар	7	7												
пром.	**Йогурт**	180	180	180	4,5	2,16	28,8	153	0	0	0	0	0	0	0
15м	**Сыр Российский**	10,2	10	10	2,32	2,95	0	35,83	0,005	0,1	26	88	50	3,5	0,1
пром.	**Хлеб ржано-пшеничный**	20	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0	0	4,6	21,2	5	0,62
пром.	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
	Всего завтрак			655	20,4	20	101,6	668,04	0,16	1,95	101,3	373,74	369,79	84,17	2,67

№ рец.	Наименование блюд	Брутто,г	Нетто,г	Выход на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД														
102м	**Суп картофельный с бобовыми**			250	5,5	5,27	16,52	148,25	0,22	0,58	45,6	42,67	88,1	3,557	2,05
	горох	20	20												
	картофель	53	40												
	морковь	5	3												
	петрушка корень	2,6	2												
	лук репчатый	9,6	8												
	зелень	1,24	1,24												
	масло сливочное	5	5												
	соль пищеваяя йодированная	0,75	0,75												
	вода питьевая	175	175												
	лавровый лист	0,008	0,008												
м	**Салат из белокач.капусты**	100	100	100	1,3	3,25	6,47	60,4	0,02	0,17	0	24,97	28,3	15,08	0,47
	капуста белокачанная	98,5	78,3												

	сахар	5	5												
	морковь	12,5	10												
	масло растительное	5	5												
	кислота лимонная	0,18	0,18												
259м	**Жаркое по-домашнему**			200	17,13	19,12	17,5	311,85	0,12	0,71	99,5	32,24	21,7	4,489	0,4
	говядина	113	83,5												
	картофель:	133	100												
	томат	6	6												
	лук репчатый	7	5												
	масло сливочное	6,3	6,3												
	соль пищевая йодированная	0,68	0,68												
54-1хн	**Компот из сухофруктов**			200	0,5	0	19,8	81	0	15	0,02	50	4,3	2,1	0,09
	сухофрукты	32	30												
	вода питьевая	190	190												
	сахар	7	7												
338м	**Фрукты:**	168	150	150	0,6	0,45	15,45	70,5	0,04	7,5	0	10,98	41,52	15,75	0,427
пром.	**Хлеб пшеничный**	70	70	70	5,52	0,7	33,8	163,66	0,07	0	0	16,1	60,9	23,1	0,78
пром.	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,2	42,4	10	1,24
	Всего в обед:			1010	32,79	29,23	129,3	927,62	0,51	23,96	145,12	186,16	287,22	74,076	5,457
	Всего за день:			1665	53,19	49,23	230,9	1595,66	0,67	25,91	246,42	559,9	657,01	158,246	8,127

День: 9-й четверг
Сезон: осень
Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюд	брутто,г	нетто,г	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК														
71м	**Помидоры свежие**			100	1,1	0,2	3,8	22	0,06	17,5	0	14	26	20	0,8
	помидоры свежие	100	100												
269м	**Котлета**			130	13,8	11,7	8,76	226	0,22	10,63	664,7	129,1	106,6	17,44	0,56
	говядина	84	65												
	мука пшеничная	3,75	3,75												
	хлеб пшеничный	12,38	12,38												
	сухари	8	8												
	сметана	6,25	6,25												
309м	**Макаронные изделия отварные**			140	5,13	4,21	24,68	157,22	0,04	0	0	4,53	34,7	19,71	1,02
	макароны	49	49												
	масло сливочное	4,9	4,9												
пром	**Хлеб пшеничный**	70	70	70	5,52	0,7	33,8	163,66	0,07	0	0	16,1	60,9	23,1	0,78
пром	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,2	42,4	10	1,24
54-4гн	**Чай с лимоном**	200	200	200	0,3	0	6,7	27,9	0	1,16	0	6,9	8,5	4,6	0,77
	чай	1	1												
	сахар песок	7	7												
	лимон	7	7												
	Всего завтрак			660	28,09	17,25	97,5	688,74	0,43	29,29	664,7	179,83	279,1	94,85	5,17

№ рец.	Наименование блюд	Брутто,г	Нетто,г	Выход на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая (ккал)	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД														
54-23м	**Свекольник**			250	0,57	3,3	13,57	107,22	0,05	6,75	123,00	31,5	56,75	26	1,3
	картофель	66,2	43,1												
	свекла	52,5	40												
	лук репчатый	11,1	8,9												
	масло сливочное	2,5	2,5												
	томат	1,1	1,1												
	морковь	12,5	10												

53м	**Салат из свеклы с зел.горошком**	100	100	100	0,15	4,1	7,27	72,9	0,05	6,85	0	28,32	41,6	18,37	0,12
	свекла	64,1	50												
	зеленый горошек	25	15												
	лук репчатый	6	5,25												
	масло растительное	4	4												
	яблоки	30	25												
223м	**Запеканка из творога со сгущенным молоком**			200/20	26,66	27,96	45,28	539,48	0,16	8,57	167	357,44	265,04	53,69	1,8
	творог	188	184												
	мука пшеничная	16	16												
	сахар песок	16	16												
	яйца столовые куриные II категории	1/20шт	7,2												
	масло сливочное	8	8												
	мука пшеничная	8	8												
	сметана	8	8												
	молоко сгущенное	20	20												
54-32хн	**Компот из свежих яблок**	200	200	200	0,15	0,14	9,93	41,5	0,01	1,6	1,2	58	3,8	3,1	0,79
	яблоки	45,2	40												
	сахар песок	7	7												
пром	**Хлеб ржано-пшеничный**	40	40	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,02	42,4	10	1,24
пром.	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
	Всего в обед:			845	32,53	36,29	112,71	934,89	0,345	23,77	291,2	492,33	440,04	122,71	5,64
	Всего за день:			1505	60,62	53,54	210,21	1623,63	0,775	53,06	955,9	672,16	719,14	217,56	10,81

№	Наименование блюд	брутто,г	нетто,г	Выход (г	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)			Минералы (мг)			
рец.					Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ПОЛДНИК														
260м	**Гуляш**	100	100	100	14,55	16,79	2,89	221	0,12	0,67	40	30,5	20,75	12,48	3,86
	говядина	107	79												
	масло растительное	5	5												
	лук репчатый	12	10												
	томат	8	8												
	мука пшеничная	2	2												
174м	Каша пшеничкая вязкая	100	100	100	5,53	5,97	24,91	149,17	0,13	0	25	16,4	14,8	11,6	0,29
	крупа пшеничная	25	25												
	масло сливочное	6,2	6,2												
пром	**Хлеб ржано-пшеничный**	20	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0	0	4,6	21,2	5	0,62
пром	**Кисель плодово-ягод.витаминизиров.**	200	200	200	0	0	23	92	0	20	0	0	6,4	0	0
	Итого полдник:			420	21,2	22,98	60,68	508,15	0,27	20,67	65	51,5	63,15	29,08	4,77

День: 10-й пятница
Сезон: осень
Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюд	брутто	нетто	Выход (г) на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК														
239м	**Тефтели рыбные со сметанным соусом**			100/40	12,18	9,88	14,62	195,94	0,102	1,5	93,2	84,56	38,18	26,7	0,76
	минтай обезглавл. потр.	142	66												
	хлеб пшеничный	15	15												
	лук репчатый	18	14												
	мука пшеничная	8	8												
	молоко	20	20												
	масло растительное	5	5												
330м	**Соус сметанный**														
	сметана	10	10		0,56	1,99	2,34	29,64	0,008	0,01	135,2	10,92	9,08	2,1	0,08
	мука пшеничная	3	3												
312м	**Пюре картофельное**			150	0,21	3,04	20,43	137,25	0,013	1,8	0	36,97	46,58	2,77	0,1
	картофель :	171	128,2												
	молоко	23,6	22,4												
	масло сливочное	5,2	5,2												
пром	**Кисель витаминизированный**	200	200	200	0	0	23	92	0,4	0	0	0	64	0	0
пром	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
пром	**Хлеб ржано–пшеничный**	40	40	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0	0	9,2	42,4	10	1,24
	Всего завтрак			565	17,95	15,7	97,05	628,62	0,598	3,31	228,4	149,7	230,69	53,12	2,18

№ рец.	Наименование блюд	Брутто, г	Нетто, г	Выход на 1 порцию	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минералы (мг)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
	ОБЕД														
82м	**Борщ с капустой и картофелем**			250	1,8	4,92	10,92	103,75	0,05	10,67	0	49,72	54,6	26,12	1,22
	Картофель:	24	20												
	свекла	32	22												
	капуста	20	16												
	лук репчатый	9,6	8												
	морковь	10	8												
	масло сливочное	5	5												
	петрушка	2,6	2												

	томат	3	3												
	сахар	2,5	2,5												
71м	**Огурцы свежие**	100	100	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0,12	17	30	14	0,58
265м	**Плов**			200	12,58	20,26	31,23	386,4	0,07	1,53	0	17,08	24,17	4,69	3,06
	говядина	127	94,5												
	крупа рисовая	40,7	40,7												
	масло растительное	6	6												
	лук репчатый	6	5												
	морковь	5	3												
	томат	2	2												
379м	**Кофейный напиток**	200	200	200	3,16	2,67	15,94	100,6	0,04	1,3	20	125,78	90	14	0,13
	Кофейный напиток	5	5												
	сахар	20	20												
	молоко	150	150												
пром	**Молоко**	200	200	200	5,8	5	9,6	108	0,08	2,6	44	240	180	28	0,2
пром	**Хлеб ржано–пшеничный**	20	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0	0	4,6	21,2	5	0,62
пром	**Хлеб пшеничный**	70	70	70	5,52	0,7	33,8	163,66	0,07	0	0	16,1	60,9	23,1	0,78
338м	**Кондитер.изделие: печенье**	20	20	20	1,66	0,78	15,41	75,6	0,02	0	1,6	5,78	21,49	4,4	0,36
	Всего в обед:			1060	32,34	34,65	128,68	995,99	0,39	21	65,72	476,06	482,36	119,31	6,95
	Всего за день:			1625	50,29	50,35	225,73	1624,61	0,988	24,31	294,12	625,76	713,05	172,43	9,13

№	Наименование блюд	брутто,г	нетто,г	Выход (г) на	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)			Минералы (мг)			
рец.					Б	Ж	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	ПОЛДНИК														
261м	**Печень, тушенная в сметан. соусе**			40/30	4,56	5	0,7	97,56	0,14	13,06	44,3	9,57	16,54	0,97	0,36
330м	**Соус:** сметана	7,5	7,5		0,42	1,49	1,76	22,23	0,006	0,01	10,14	8,19	6,81	1,58	0,06
	мука пшеничная	2,25	2,25												
312м	**Пюре картофельное**			100	0,14	2,03	13,62	91,5	0,09	1,2	0	24,65	27,72	1,85	0,07
	картофель :	114	85,4												
	молоко	15,7	15												
	масло сливочное	3,5	3,5												
пром	**Хлеб пшеничный**	35	35	35	2,76	0,35	16,9	81,83	0,035	0	0	8,05	30,45	11,55	0,39
389м	**Сок фруктовый**	150	150	150	4,35	3,75	6	75	0,06	1,05	30	180	135	21	0,15
	Всего полдник			355	12,23	12,62	38,96	368,12	0,185	15,32	84,44	230,51	216,52	36,95	1,03

В пояснении к меню отмечено,что при его разработке использовались:

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях,

под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна,М: ДеЛи принт,2007г.

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся

1-4 классов в общеобразовательных организациях:

Пособие-М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиол