Согласовано
Директор МБОУ
Великих С.Н.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО"Союз Восток"
И.В. Яшков

Примерное двадцатидневное меню (обеды), с возможностью совмещения рационов питания на выбор, для организации питания детей в возрасте с 12 лет и старше в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях г. Владивостока

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ (ИЗ СВЕЖИХ)	100	0,8	5	2,3	56,6	70
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	8,3	6,1	18,8	163,5	99
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,1	6,6	36,4	145,8	323
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,6	0,7	3,8	24,7	348
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	100	6,2	10,1	9,9	220,5	ТТК№268
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,3	0,1	24,2	99	348
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**950**	**31**	**29,8**	**126,9**	**864,4**	
Суточный рацион, %					**36,8**	

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ)	100	1,4	5	8,5	84,5	47
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	4,5	8,5	12,4	145,9	82
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	100	16,1	13,1	16,9	241,3	233
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,5	4,7	28,4	170,7	333
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	402
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**30,2**	**32,5**	**112,3**	**854,8**	
Суточный рацион, %					**36,4**	

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,2	3,6	11,3	60	41
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (РИС)	250	4,7	5,5	18,3	140,7	98
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	4,8	43,1	215,3	202
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	8,9	12,4	14,1	331,5	260
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	16,9	71,9	388
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**26,4**	**27,6**	**135,2**	**973,7**	
Суточный рацион, %					**41,4**	

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	100	2,8	5,1	6	80,6	10
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	4,3	6,2	8,6	107,7	84
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	180	3,8	8,5	29,3	209,7	126
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12,9	14,2	21,5	223,1	229
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	22,2	91,1	342
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**28,6**	**35,3**	**119,1**	**866,5**	
Суточный рацион, %					**36,9**	

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ)	100	0,9	5	2,8	61,3	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	3,7	6,7	22	134,1	108
ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	180	7,2	6,5	42	215,6	423
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	10,9	8,1	5,7	201,7	255
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,3	0,1	24,2	99	348
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**27,7**	**27,6**	**128,2**	**866**	
Суточный рацион, %					**36,9**	

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	2	7,6	8,1	125,8	57
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,5	7	11,1	128,3	95
ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ С СОУСОМ	130	11,4	10	14	236,4	ТТК№15
РИС ОТВАРНОЙ	180	5,2	4,6	46,2	180,1	304
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	402
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**930**	**27,8**	**30,4**	**125,5**	**883**	
Суточный рацион, %					**37,6**	

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,4	5,9	8,2	92,7	67
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,4	9,1	16,6	171,7	96
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	100	15,4	10,3	11,1	215,7	268
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,5	4,7	28,4	170,7	333
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83,4	389
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**31,4**	**31,4**	**115,4**	**888,5**	
Суточный рацион, %					**37,8**	

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ)	100	1,4	5	8,5	84,5	47
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	4,6	8,5	12,6	146,9	82
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	4,8	43,1	215,3	202
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	100	6,2	10,1	9,9	220,5	ТТК№268
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,3	0,1	24,2	99	348
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**23,9**	**29,7**	**129,8**	**920,5**	
Суточный рацион, %					**39,2**	

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	2,7	7,1	9,7	113,5	40
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	5	6,3	15,6	139,5	111
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	280	17,5	18,4	46,2	486,5	259
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	402
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**29,9**	**33**	**117,6**	**951,9**	
Суточный рацион, %					**40,5**	

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,4	5,9	8,1	91	52
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,2	2,3	28,3	123	87
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	280	16,1	19	46,6	451,3	311
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	22,2	91,1	342
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**31,5**	**28,5**	**136,7**	**910,7**	
Суточный рацион, %					**38,8**	

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ (ИЗ СВЕЖИХ)	100	0,8	5	2,3	56,6	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	8,3	6,1	18,8	163,5	99
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	17,1	18,5	39	421,9	298
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,3	0,1	24,2	99	348
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**31,2**	**30,9**	**115,8**	**895,3**	
Суточный рацион, %					**38,1**	

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ)	100	1,4	5	8,5	84,5	47
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	4,6	8,5	12,6	146,9	82
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180	5,3	10,2	34,9	231,6	ТТК№332
ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ С СОУСОМ	130	11,4	10	14	236,4	ТТК№15
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	402
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**930**	**27,4**	**34,9**	**116,1**	**911,8**	
Суточный рацион, %					**38,8**	

13 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,2	3,6	11,3	60	41
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (РИС)	250	4,7	5,5	18,3	140,7	98
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	5,3	25,6	165,6	335
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	14,3	12,8	15,1	213,7	290
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	16,9	71,9	388
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**28,9**	**28,5**	**118,7**	**806,2**	
Суточный рацион, %					**34,3**	

14 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	100	2,8	5,1	6	80,6	10
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	4,3	6,2	8,6	107,7	84
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	280	16,1	19	46,6	451,3	311
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	22,2	91,1	342
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**28**	**31,6**	**114,9**	**885**	
Суточный рацион, %					**37,7**	

15 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (ИЗ СВЕЖИХ)	100	0,9	5	2,8	61,3	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	3,7	6,7	22	134,1	108
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,5	4,7	28,4	170,7	333
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	100	16,1	13,1	16,9	241,3	233
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,3	0,1	24,2	99	348
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**29,2**	**30,8**	**125,8**	**860,7**	
Суточный рацион, %					**36,6**	

16 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	2	7,6	8,1	125,8	57
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,5	6,9	11,1	127	95
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,1	6,6	36,4	145,8	323
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	8,9	12,4	14,1	331,5	260
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	402
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**30,2**	**34,7**	**115,8**	**942,5**	
Суточный рацион, %					**40,1**	

17 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,4	5,9	8,2	92,7	67
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5	8,8	16,6	167	96
ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	180	7,2	6,5	42	215,6	423
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	10,9	8,1	5,7	190,3	255
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83,4	389
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**30,2**	**30,7**	**123,6**	**903,3**	
Суточный рацион, %					**38,4**	

18 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ)	100	1,4	5	8,5	84,5	47
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	4,6	8,5	12,6	146,9	82
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	280	17,6	15,4	39,8	402,6	309
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,3	0,1	24,2	99	348
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**28,6**	**30,2**	**116,6**	**887,3**	
Суточный рацион, %					**37,8**	

19 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	2,7	7,1	9,7	113,5	40
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	5	6,3	15,6	139,5	111
РИС ОТВАРНОЙ	180	5,2	4,6	46,2	180,1	304
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	100	12,7	9,8	3,3	175,3	249
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	14,6	58,1	402
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**30,3**	**29**	**120,9**	**820,8**	
Суточный рацион, %					**34,9**	

20 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,4	5,9	8,1	91	52
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9,2	2,3	28,3	123	87
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	280	20,1	32,3	23,8	465,2	ТТК№308
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	22,2	91,1	342
БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	1,8	0,6	12	61,1	ТТК№1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,9	0,6	19,5	93,2	ПП
Итого за прием пищи:	**900**	**35,5**	**41,8**	**113,9**	**924,6**	
Суточный рацион, %					**39,3**	

Цикличное двадцатидневное меню с возможностью совмещения рационов питания на выбор: 1 день - 11 - день; 2 день - 12 день; 3 день - 13 день; 4 день - 14 день; 5 день - 15 день; 6 день - 16 день; 7 день - 17 день; 8 день - 18 день; 9 день - 19 день; 10 день - 20 день (первые 10 дней) и соответственно: 11 день - 1 день; 12 день - 2 день; 13 день - 3 день; 14 день - 4 день; 15 день - 5 день; 16 день - 6 день; 17 день - 7 день; 18 день - 8 день; 19 день - 9 день; 20 день - 10 день (вторые 10 дней)

Учебные заведения, которые не могут соблюдать меню на выбор, по причине отсутствия технологического оборудования и помещений, используют цикличное 20-дневное меню без вариативности

1.Сборник технических нормативов- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях.
Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2015.-544 с.

2.Сборник технических нормативов- Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.
Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс, 2015.-544 с.

3. Сборник технологических нормативов,цептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Под общей ред.профессора А.Я. Перевалова.-Издание 7е с дополнениями, 2013 г. Уральский региональный центр питания.

4. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20