

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор Киселев Д.Г.



СОГЛАСОВАНО:

Директор



*МКОУ Купцовской СШ*  
*И.А. Свешников*  
*28.01.2026*

**Примерное 10-ти дневное меню  
для обеспечения бесплатным  
двухразовым питанием  
обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья, детей-инвалидов  
возрастной группы 12-18 лет**

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ**

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



Согласовано

Директор

*И.А. Свешникова*  
12.01.2026 г.

**1 день**

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                               |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №302 | 250          | 8,90             | 11,50   | 43,00       | 262,75                        | ТТК №302    |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                     | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6           |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3         | 35/5/10      | 5,80             | 8,00    | 11,60       | 147,00                        | 3           | 2017             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379      | 200          | 3,16             | 2,66    | 15,94       | 100,60                        | 379         |                  |
| Итого за прием пищи:                  | 550          | 21,81            | 22,66   | 91,69       | 626,68                        |             |                  |
| Полдник                               |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 72                | 150          | 14,40            | 17,40   | 17,40       | 275,40                        | 53          |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                   | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         |                  |
| Итого за прием пищи:                  | 350          | 14,60            | 17,40   | 32,40       | 333,40                        |             |                  |

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ**

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



Согласовано

Директор

*МКОУ Купцовская СШ*  
*И.А. Свешникова*  
*12.01.2026*

**2 день**

| Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                               |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2                                    | 100/2        | 1,5              | 0,1     | 8,5         | 40,7                          | 2           |                  |
| ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363 | 100/30       | 12,70            | 12,90   | 15,50       | 227,30                        | 307/363     |                  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303                   | 160          | 4,90             | 4,90    | 27,30       | 145,84                        | 303         |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                   | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         | 2011             |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                               | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                         | 7           |                  |
| Итого за прием пищи:                                  | 642          | 22,4             | 18,4    | 86,9        | 570,8                         |             |                  |
| Полдник                                               |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТИП №54-7С   | 250          | 6,40             | 3,50    | 2,30        | 149,50                        | 1К №54-7С   | 2022             |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ № 686                         | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | 686         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                     | 40           | 3,12             | 0,40    | 19,28       | 87,60                         | №6          |                  |
| Итого за прием пищи:                                  | 490          | 9,82             | 3,90    | 36,78       | 297,10                        |             |                  |



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ**

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



Согласовано

Директор

*МКОУ Купцовская СШ*  
*И.А. Свешникова*  
*12.01.2026*

**3 день**

| Прием пищи, наименование блюда                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕНый или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27 | 100          | 1,1              | 0,0     | 2,3         | 18,0                          | 27          |                  |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492                                       | 220          | 16,50            | 22,44   | 38,70       | 432,25                        | 492         |                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                                 | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                         | 53          |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                                   | 50           | 3,13             | 0,50    | 20,63       | 99,00                         | 7           |                  |
| Итого за прием пищи:                                      | 570          | 21,03            | 22,94   | 77,63       | 615,65                        |             |                  |
| Полдник                                                   |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| БЛИНЧИКИ (ОЛАДЬИ) С ПОВИДЛОМ № 13/14                      | 70/30        | 2,20             | 4,20    | 18,69       | 121,20                        | 13/14       |                  |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ) №389                             | 250          | 0,25             | 0,25    | 20,62       | 160,00                        | 389         |                  |
| Итого за прием пищи:                                      | 350          | 2,45             | 4,45    | 39,31       | 281,20                        |             |                  |

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ**

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



Согласовано

Директор

*МОУ купцовской сш*  
*И.А. Свешникова*  
*04.01.2026*

**4 день**

| Прием пищи, наименование блюда                                                                     | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                                                                            |              |                  |             |             |                               |             |                  |
| БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106 ) | 100          | 10,2/12,9        | 12,9/13,10  | 13,3/14,40  | 175,00/176,6                  | 229/106     | 2017             |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310                                                                   | 200          | 3,80             | 5,74        | 30,68       | 192,80                        | 310         | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686                                                                       | 200          | 0,30             | 0,00        | 15,20       | 60,00                         | 686         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                                                  | 50           | 3,95             | 0,50        | 21,15       | 116,33                        | 6           |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                               | 550          | 18,25/20,95      | 19,14/19,34 | 80,33/81,43 | 544,13/545,73                 |             |                  |
| Полдник                                                                                            |              |                  |             |             |                               |             |                  |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ТК №54-3С                                                                 | 250          | 5,90             | 7,20        | 17,02       | 157,00                        | ТК №54-3С   | 2022             |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                                                                | 200          | 0,20             | 0,00        | 15,00       | 58,00                         | 685         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                                                  | 40           | 3,12             | 0,40        | 19,28       | 87,60                         | ТТК №6      |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                               | 490          | 9,22             | 7,60        | 51,30       | 302,60                        |             |                  |



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ**

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



5 день

| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Завтрак                                            |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175 | 180          | 13,60            | 13,90   | 31,25       | 270,00                        | 175          |                  |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2                            | 30/20        | 5,00             | 4,40    | 25,20       | 156,00                        | 1            | 2016             |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685          | 2011             |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338                        | 120          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         | 338          | 2017             |
| Итого за прием пищи:                               | 550          | 19,40            | 18,90   | 85,75       | 552,40                        |              |                  |
| Полдник                                            |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154        | 130/20       | 8,20             | 11,50   | 29,10       | 192,70                        | 154          |                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                          | 250          | 0,50             | 0,00    | 20,00       | 98,00                         | 53           |                  |
| Итого за прием пищи:                               | 400          | 8,70             | 11,50   | 49,10       | 290,70                        |              |                  |

# 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



Согласовано

Директор

*МКОУ Купцовская СШ*  
*И. А. Свешникова*  
*01.2026г.*

6 день

| Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                            |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181 | 180          | 9,50             | 9,20    | 35,66       | 238,06                        | 181         |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3      | 35/5/10      | 5,80             | 8,00    | 11,60       | 147,00                        | 3           | 2017             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379   | 200          | 3,16             | 2,66    | 15,94       | 100,60                        | 379         |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338        | 120          | 0,60             | 0,60    | 14,30       | 68,40                         | 338         | 2017             |
| Итого за прием пищи:               | 550          | 19,06            | 20,46   | 77,50       | 554,06                        |             |                  |
| Полдник                            |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1С     | 250          | 5,80             | 7,00    | 7,15        | 115,20                        | ТК №54-1С   | 2022             |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТК №686    | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | 686         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                  | 40           | 3,12             | 0,40    | 19,28       | 87,60                         | 6           |                  |
| Итого за прием пищи:               | 490          | 9,22             | 7,40    | 41,63       | 262,80                        |             |                  |



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ**

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



Согласовано

Директор

*МКОУ Купцовской СШ*  
*И. А. Семикина*  
*01.2026г.*

7 день

| Прием пищи, наименование блюда                                                  | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                                                 |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                                                         |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ ( КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)                  | 100          | 1,80             | 8,60    | 7,50        | 115,40                        | 3/88        |                  |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 100/30       | 10,90            | 9,80    | 22,40       | 210,60                        | 455/363     |                  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303                                             | 160          | 4,90             | 4,90    | 27,30       | 145,84                        | 303         |                  |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                                                       | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,40                         | 53          |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                                               | 30           | 2,37             | 0,30    | 14,49       | 70,90                         | 6           |                  |
| Итого за прием пищи:                                                            | 620          | 20,27            | 23,60   | 87,69       | 609,14                        |             |                  |
| Полдник                                                                         |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| БЛИНЧИКИ (ОЛАДЬИ) С ПОВИДЛОМ № 13/14                                            | 70/30        | 2,20             | 4,20    | 18,60       | 121,20                        | 13/14       |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379                                                | 250          | 4,35             | 4,00    | 23,40       | 150,10                        | 379         |                  |
| Итого за прием пищи:                                                            | 350          | 6,55             | 8,20    | 42,00       | 271,30                        |             |                  |



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ**

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



Согласовано

Директор

*МКОУ Купцовская СШ*  
*г. А. Свешникова*  
*12.01.2026*

8 день

| Прием пищи, наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                                |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)№ 1 | 100          | 0,5              | 0,1     | 1,01        | 6,0                           | 1           |                  |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259                              | 250          | 14,30            | 20,50   | 53,40       | 406,00                        | 259         |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                    | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                         | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6           |                  |
| Итого за прием пищи:                                   | 600          | 18,95            | 21,06   | 90,56       | 586,33                        |             |                  |
| Полдник                                                |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ № 72                                 | 150          | 14,40            | 17,40   | 17,40       | 275,40                        | 72          |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685K                            | 200          | 0,20             | 0,00    | 9,20        | 42,00                         | 685K        | 2011             |
| Итого за прием пищи:                                   | 350          | 14,60            | 17,40   | 26,60       | 317,40                        |             |                  |

**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ**

Утверждаю

Директор Киселев Д.Г.

12.01.2026



Согласовано

Директор

*ЧКОВ Купцовской СШ*  
*И. А. Свешникова*  
*12.01.2026*

9 день

| Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                               |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363 | 100/30       | 12,20            | 14,80   | 15,40       | 220,80                        | 294/363     |                  |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203                      | 170          | 4,19             | 6,50    | 32,00       | 221,80                        | 203         | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686                          | 200          | 0,30             | 0,00    | 15,20       | 60,00                         | 686         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                     | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6           |                  |
| Итого за прием пищи:                                  | 550          | 20,64            | 21,80   | 83,75       | 618,93                        |             |                  |
| Полдник                                               |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ТК №54-1С                        | 250          | 5,80             | 7,00    | 7,15        | 115,20                        | ТК №54-1С   | 2022             |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53                             | 200          | 0,30             | 0,00    | 16,00       | 66,44                         | №53         |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                     | 40           | 3,12             | 0,40    | 19,28       | 87,60                         | 6           |                  |
| Итого за прием пищи:                                  | 490          | 9,22             | 7,40    | 42,43       | 269,24                        |             |                  |



**10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ**

Утверждаю

Директор Киселев Д.А.

12.01.2026



Согласовано

Директор

*МКОУ Купцовской СШ*  
*И.А. Чернышова*  
*01.2026г.*

**10 день**

| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|----------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                            |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С ТВОРОГОМ №653    | 250          | 9,8              | 11,3    | 37,8        | 282,3                         | 653         |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3                      | 50           | 5,80             | 8,00    | 11,60       | 147,00                        | 3           |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К                        | 200          | 0,20             | 0,00    | 9,20        | 42,00                         | 685К        | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                  | 50           | 3,95             | 0,50    | 21,15       | 116,33                        | 6           |                  |
| Итого за прием пищи:                               | 550          | 19,75            | 19,8    | 79,8        | 587,6                         |             |                  |
| Полдник                                            |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТК №54-7С | 250          | 6,40             | 3,50    | 2,30        | 149,50                        | ТК №54-7С   | 2022             |
| ЧАЙ С САХАРОМ № 685                                | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6                                  | 40           | 3,12             | 0,40    | 19,28       | 87,60                         | 6           |                  |
| Итого за прием пищи:                               | 490          | 9,72             | 3,90    | 36,58       | 295,10                        |             |                  |

# **10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 12-18 лет МОУ**

## **ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

| Итого                       | б             | ж            | уг          | ккал            |
|-----------------------------|---------------|--------------|-------------|-----------------|
| Итого за период             | 295,66/298,36 | 297,91/298,4 | 1240/1241,1 | 8786,56/8788,16 |
| Среднее значение за период  | 29,6/29,8     | 29,8/29,8    | 124/124,1   | 878,7/878,8     |
| Соотношение пищевых веществ | 1             | 1            | 4           |                 |

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2017. - 543с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГФУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи принт, 2011. - 584с.

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет)/ Новосибирск 2022. - 584с.