

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующая МДОУ «Детский сад №52 «Чебурашка»
 Устенко Е.А.
 20 18 год.



Примерное десятидневное меню
 для питания воспитанников дошкольных учреждений раннего и дошкольного возраста с 10,5 часовым пребыванием
 на зимне-весенний период 2018 г. Новоалександровского муниципального района

№№ рецептур	Наименование готовых блюд	Выход (г, мл)	Ранний (от 1 до 3 лет)					Дошкольный (от 3 до 7 лет)					
			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	Выход (г, мл)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
1 день													
Завтрак													
Табл.35 Срт.612.613	Зелёный горошек консервированный	1/30	1,5	0,06	1,95	12,0	5,0	1/40	2,0	0,08	2,60	16,0	6,7
60 сб.рец. 2011	Рис отварной с овощами	1/120	2,7	4,39	16,36	150,88	1,6	1/150	3,38	5,49	20,45	188,6	2,0
942,943стр.3 97	Чай с сахаром	150/9	0,08	0,03	9,20	35,17	0,03	200/12	0,1	0,03	12,27	46,9	0,06
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	30	2,40	0,41	12,60	70,5	0
	ИТОГО:		5,88	4,75	35,91	245,05	6,63		7,88	6,01	47,92	322	8,76
2 Завтрак													
	Фрукты свежие (яблоко, банан)	50	0,2	0,2	4,31	19,8	6,5	75	0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	ИТОГО		0,2	0,2	4,31	19,8	6,5		0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
Обед													
128стр.47 2003	Сельдь с маслом подсолнечным	25/5	6,08	4,3	8,63	129,04	30,0	30/6	8,51	6,02	12,08	181,16	42
187стр.79 2003г.	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,19	3,1	5,89	55,4	30,69	250	1,98	5,17	9,82	92,33	51,15
619 стр.282 2003г.	Тефтели мясные (говядина)	50/45	9,07	5,17	7,79	129,0	1,8	75/70	12,81	7,98	10,41	256,0	2,4
694 стр.319	Пюре картофельное	1/100	2,18	4,46	15,63	110,58	17,17	1/120	2,61	5,35	18,75	132,7	20,6

2003г.													
686 Стр.372 2003г.	Компот из смеси сухофруктов	1/150	0,35	0	13,97	86,75	0,30	1/200	0,47	0	18,6	115,7	0,40
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	0	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		22,0	17,58	67,85	597,97	79,96		31,06	25,35	93,14	905,29	116,55
	Полдник												
	Сок фруктовый	150	0,3	0	11,66	50,83	3,0	200	0,5	0	15,6	67,8	4,0
1 стр.8 2003	Хлеб пшеничный с маслом	1/20/5	1,65	3,6	8,47	81,1	0	1/30/7	2,47	5,16	12,6	118,2	0
	ИТОГО:		1,95	3,6	20,13	131,93	3		2,97	5,16	28,2	186	4
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ:		18,4	15,05	128,87	821,55	86,15		30,84	19,23	175,58	1095,12	121,68
2 день													
	Завтрак												
390 стр.179 2003	Каша жидкая молочная (манная) с маслом сливочным или сахаром	150/5	4,29	6,22	32,28	200,2	0,98	200/7	5,62	8,55	44,05	272,6	1,3
942,943стр.3 97	Чай с сахаром	150/9	0,08	0,03	9,20	35,17	0,03	200/12	0,1	0,03	12,27	46,9	0,06
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	30	2,40	0,41	12,60	70,5	0
	ИТОГО		5,97	6,52	49,88	282,37	1,01		8,12	8,99	68,92	390	1,36
	2-й завтрак												
	Сок фруктовый (рекомендуемый)	150	0,3	0	11,66	50,83	3,0	200	0,5	0	15,6	67,8	4,0
	ИТОГО		0,3	0	11,66	50,83	3,0		0,5	0	15,6	67,8	4,0
	Обед												
Табл.32	Овощи солёные	30	0,24	0	0,9	4,8	1,5	40	0,32	0	1,2	6,4	2,0

Стр.614 2003	консервированные												
204 стр.86 2003	Суп картофельный с крупой (рисовой)	1/150	1,87	1,72	14,03	78,5	6,51	1/250	3,12	2,87	23,28	130,83	10,85
608 стр.276 2003	Котлеты, биточки, шницель	1/50	8,34	9,36	8,46	162,5	1,21	1/70	11,69	12,85	11,84	227,5	1,69
688 стр.317 2003	Макаронные изделия отварные	1/80	3,0	2,39	19,19	112,9	0	1/100	3,75	2,99	23,99	171,13	0
759 стр.336 2003	Соус красный основной	1/30	0,21	1,21	2,40	21,96	1	1/50	0,36	2,02	4,0	36,6	1,6
	Напиток из груши дички (шиповника)	1/150	0,33	0	11,67	50,8	3,0	1/200	0,4	0	14,0	61,0	3,6
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	0	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		17,1	15,23	72,59	518,66	13,22		24,3	21,56	101,79	760,86	19,74
	Полдник												
965_Стр.404 2003г,	Молоко кипячёное	1/150	3,91	3,75	7,2	81,0	1,95	1/200	5,8	5,0	9,6	108,0	2,6
415 стр391 2005г.	Крендель сахарный	1/40	2,81	5,2	24,03	153,94	0	1/60	4,19	7,81	36,02	230,5	0
	ИТОГО:		6,72	8,95	31,23	234,94	1,95		9,99	12,81	45,62	338,5	2,6
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ:												
3 день													
	Завтрак												
1 стр.8 2003	Хлеб пшеничный с маслом	1/20/5	1,65	3,6	8,47	81,1	0	1/30/7	2,47	5,16	12,6	118,2	0
236 стр.100. 2003	Суп молочный с крупой (гречневой)	1/150	3,49	3,34	8,03	81,2	0,98	1/200	4,13	4,56	12,71	108,2	1,3
958	Кофейный напиток	150	1,29	1,06	13,51	67,17	0,54	200	1,72	1,42	18,02	89,56	0,72
	ИТОГО:		6,43	8	30,01	229,47	1,52		8,32	11,14	43,33	315,96	2,02
	2 Завтрак												
	Фрукты свежие (яблоко, банан)	50	0,2	0,2	4,31	19,8	6,5	75	0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	ИТОГО		0,2	0,2	4,31	19,8	6,5		0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	Обед												
126 стр.46 2003	Икра свекольная	1/30	0,5	1	3	28	3,0	1/50	0,8	1,6	1,8	46,6	5,0

206стр.87 2003	Суп картофельный с горохом	1/150	1,63	3,12	15,55	94,3	6,45	1/250	2,8	5,18	24,77	156,5	10,75
643_стр.297 2003	Птица , тушенная в соусе	1/40/40	13,9 8	12,68	6,02	195,2	2,41	1/60/60	16,78	15,22	7,22	234,2	2,89
681стр.316 2003	Каша (вязкая) гарнир (пшеничная)	1/100	2,57	3,02	16,36	103,5	0	1/120	3,7	3,62	19,63	124,2	0
878стр.376 2003	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	1/150	2,87	0	25,25	116,0	1,0	1/200	3,83	0	33,4	154,67	1,33
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	0	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		24,7	20,37	82,12	624,2	12,86		32,6	26,45	110,3	843,57	19,97
	<u>Полдник</u>												
959 стр.403 2003	Какао с молоком	1/150	2,61	2,13	14,87	87,58	1,08	1/200	3,49	2,85	19,83	116,8	1,5
1032стр.428 2003	Ватрушки	40	1,66	1,43	18,9	94,8	0,06	1/60	2,49	2,15	28,35	142,2	0,09
	ИТОГО:		4,27	3,56	33,77	182,38	1,14		5,98	5	48,18	259	1,59
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ:		35,5	32,13	150,21	1055,8	22,02		47,19	42,89	208,28	1448,2	33,33
4 день													
	<u>Завтрак</u>												
462,463стр. 197 2003	Вареники ленивые отварные	100/5	73	9,5	21,44	263,9	0,33	120/7	88	11,4	25,72	316,68	0,39
958	Кофейный напиток	150	1,29	1,06	13,51	67,17	0,54	200	1,72	1,42	18,02	89,56	0,72
			74,2	10,56	34,95	331,07	0,87		89,7	12,82	43,74	406,24	1,11
	<u>2-й завтрак</u>												
	Сок фруктовый	150	0,3	0	11,66	50,83	3,0	200	0,5	0	15,6	67,8	4,0
	(рекомендуемый)												
	ИТОГО:		0,3	0	11,66	50,83	3,0		0,5	0	15,6	67,8	4,0
	<u>Обед</u>												
Табл.35 Срт.612.613	Зелёный горошек консервированный	1/30	1,5	0,06	1,95	12,0	5,0	1/40	2,0	0,08	2,60	16,0	6,7
170стр.71 2003	Борщ с капустой и картофелем	1/150	1,26	5,97	7,06	85	6,5	1/250	2,08	4,88	11,49	141,38	10,83
511 стр.207 2003	Шницель рыбный (минтай)натуральный	1/50	7,27	5,87	7,94	111	0,83	1/70	11,18	8,05	11,12	155,4	1,16
694 стр.319	Пюре картофельное	1/100	2,18	4,46	15,63	110,58	17,17	1/120	2,61	5,35	18,75	132,7	20,6

2003г.													
686 Стр.372 2003г.	Компот из смеси сухофруктов	1/150	0,35	0	13,97	86,75	0,30	1/200	0,47	0	18,6	115,7	0,40
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	0	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		15,7	16,91	62,49	492,53	29,8		23,02	19,19	86,04	688,58	39,69
	Полдник												
966 стр.405 2003	Кефир, ряженка	1/150	3,78	4,32	5,58	76,35	0,10	1/200	5,04	5,76	7,44	101,8	0,13
	Печенье	30	2,25	3,54	22,5	125,1	0	40	3,0	4,72	29,96	166,8	0
	ИТОГО:		6,03	7,86	28,08	201,45	0,1		8,04	10,48	37,4	268,6	0,13
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ:		96,3	35,33	137,18	1075,8	33,77	40240	121,28	42,49	182,78	1431,22	44,93
5 день													
	Завтрак												
1 стр.8 2003	Хлеб пшеничный с маслом	1/20/5	1,65	3,6	8,47	81,1	0	1/30/7	2,47	5,16	12,6	118,2	0
390 стр.179 2003	Каша жидкая молочная (манная) с маслом сливочным или сахаром	150/5	4,29	6,22	32,28	200,2	0,98	200/7	5,62	8,55	44,05	272,6	1,3
958	Кофейный напиток	150	1,29	1,06	13,51	67,17	0,54	200	1,72	1,42	18,02	89,56	0,72
	ИТОГО:		7,23	10,88	54,26	348,47	1,52		9,81	15,13	74,67	480,36	2,02
	2 Завтрак												
	Фрукты свежие (яблоко, банан)	50	0,2	0,2	4,31	19,8	6,5	75	0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	ИТОГО		0,2	0,2	4,31	19,8	6,5		0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	Обед												
Табл.32 Стр.614 2003	Овощи солёные консервированные	30	0,24	0	0,9	4,8	1,5	40	0,32	0	1,2	6,4	2,0
213 стр.90 2003	Суп картофельный с клёцками	1/150	2,48	3,01	14,4	94,0	5,6	1/250	4,13	5,02	24,0	156,6	9,3
601 стр.273 2003г.	Плов из говядины	33/100	12,5 0	13,60	24,77	274,07	4,17	40/120	15,15	16,48	30,02	332,20	5,05
686 Стр.372	Компот из смеси сухофруктов	1/150	0,35	0	13,97	86,75	0,30	1/200	0,47	0	18,6	115,7	0,40

2003г.													
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	0	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		18,7	17,16	69,98	546,82	11,57		24,75	22,33	97,3	738,3	16,75
	Полдник												
959 стр.403 2003	Какао с молоком	1/150	2,61	2,13	14,87	87,58	1,08	1/200	3,49	2,85	19,83	116,8	1,5
1020 стр.421 2003	Оладьи с повидлом	1/40/7	2,54	2,24	20,91	125,7	0	1/60/10	3,81	3,36	31,37	187,9	0
	ИТОГО:		5,15	4,37	35,78	213,28	1,08		7,3	6,21	51,2	304,7	1,5
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ:		31,2	32,61	164,33	1128,3	20,67		42,16	43,97	229,64	1553,06	30,02
6 день													
	Завтрак												
424 стр.184 2005	Яйца варёные	1/40	5,08	4,6	0,3	63,0	0	1/40	5,08	4,6	0,3	63,0	0
708 стр.322 2003	Капуста тушеная	1/80	3,08	3,20	13,04	107,08	71,82	1/100	3,84	4,0	16,3	133,86	89,78
958	Кофейный напиток	150	1,29	1,06	13,51	67,17	0,54	200	1,72	1,42	18,02	89,56	0,72
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	30	2,40	0,41	12,60	70,5	0
	ИТОГО		11,0	9,13	35,25	284,25	72,36		13,04	10,43	47,22	356,92	90,5
	2-й завтрак												
	Сок фруктовый	150	0,3	0	11,66	50,83	3,0		0,5	0	15,6	67,8	4,0
	(рекомендуемый)												
	ИТОГО:		0,3	0	11,66	50,83	3,0		0,5	0	15,6	67,8	4,0
	Обед												
208 стр.88 2003	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/150	1,69	1,42	13,16	71,3	5,5	1/250	2,82	2,37	21,93	118,83	9,17
626 стр.286 2005	Запеканка картофельная или рулет картофельный с мясом или субпродуктами	1/150/30	13,37	9,88	30,64	265,5	26,78	1/200/40	17,83	13,18	40,85	354,0	35,71
759 стр. 336 2003	Соус красный основной	1/30	0,21	1,21	1,40	21,96	1	1/40	0,28	1,6	3,2	16,47	1,3
878стр.376 2003	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	1/150	2,87	0	25,25	116,0	1,0	1/200	3,83	0	33,4	154,67	1,33

	Сок фруктовый	150	0,3	0	11,66	50,83	3,0	200	0,5	0	15,6	67,8	4,0
415 стр.391 2005	Крендель сахарный	1/40	2,81	5,2	24,03	153,94	0	1/60	4,19	7,81	36,02	230,5	0
	ИТОГО:		3,11	5,2	35,69	204,77	3	200	4,69	7,81	51,62	298,3	4
	ИТОГО ЗА 7 ДЕНЬ:		25,4	33,27	173,03	1092,3	53,68		33,53	43,62	230,21	1451,44	70,23
8 день													
	Завтрак												
390 стр.179 2003	Каша жидкая молочная (манная) с маслом сливочным или сахаром	150/5	4,29	6,22	32,28	200,2	0,98	200/7	5,62	8,55	44,05	272,6	1,3
942,943стр.3 97	Чай с сахаром	150/9	0,08	0,03	9,20	35,17	0,03	200/12	0,1	0,03	12,27	46,9	0,06
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	30	2,40	0,41	12,60	70,5	0
	ИТОГО:		5,97	6,52	49,88	282,37	1,01		8,12	8,99	68,92	390	1,36
	2 Завтрак												
	Сок фруктовый	150	0,3	0	11,66	50,83	3,0	200	0,5	0	15,6	67,8	4,0
	(рекомендуемый)												
	ИТОГО:		0,3	0	11,66	50,83	3,0		0,5	0	15,6	67,8	4,0
	Обед												
Табл.32 Стр.614 2003	Овощи солёные консервированные	30	0,24	0	0,9	4,8	1,5	40	0,32	0	1,2	6,4	2,0
218 стр.92 2003	Суп –лапша домашняя	1/150	0,99	4,74	10,47	63,48	4,40	1/250	1,65	7,9	17,45	79,35	7,30
637 стр.293 2003	Птица отварная	1/50	12,9 1	9,71	0	139,0	0	1/60	15,49	11,65	0	166,8	0
684 стр.316 2003	Рис припущенный с томатом	1/100	2,68	2,53	29,36	110,85	0,43	1/120	3,22	3,04	35,23	133,02	0,52
686 Стр.372 2003г.	Компот из смеси сухофруктов	1/150	0,35	0	13,97	86,75	0,30	1/200	0,47	0	18,6	115,7	0,40
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	0	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		20,3	17,53	70,64	492,08	6,63		25,83	23,42	95,96	628,67	10,22
	Полдник												
966 стр.405 2003	Кефир, ряженка	1/150	3,78	4,32	5,58	76,35	0,10	1/200	5,04	5,76	7,44	101,8	0,13

	Печенье	30	2,25	3,54	22,5	125,1	0	40	3,0	4,72	29,96	166,8	0
	ИТОГО:		6,03	7,86	28,08	201,45	0,1		8,04	10,48	37,4	268,6	0,13
	ИТОГО ЗА 8 ДЕНЬ:		32,6	31,91	160,26	1026,7	10,74		42,49	42,89	217,88	1355,07	15,71
9 день													
	Завтрак												
423стр.2003	Лапшевник из творога с молоком сгущенным	1/150/20	9,68	10,57	41,58	919,7	0,25	1/200/30	12,91	14,09	55,44	426,27	0,33
942,943стр.3 97	Чай с сахаром	150/9	0,08	0,03	9,20	35,17	0,03	200/12	0,1	0,03	12,27	46,9	0,06
	ИТОГО:		9,76	10,6	50,78	954,87	0,28		13,01	14,12	67,71	473,17	0,39
	2 Завтрак												
	Фрукты свежие (яблоко, банан)	50	0,2	0,2	4,31	19,8	6,5	75	0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	ИТОГО		0,2	0,2	4,31	19,8	6,5		0,3	0,3	6,47	29,7	9,75
	Обед												
206стр.87 2003	Суп картофельный с горохом	1/150	1,63	3,12	15,55	94,3	6,45	1/250	2,8	5,18	24,77	156,5	10,75
590 стр.268 2003	Жаркое домашнему	30/100	10,7 5	9,35	18,75	175	16,43	40/120	13,27	11,85	22,81	209	21
878стр.376 2003	Кисель из сока плодового или ягодного с сахаром	1/150	2,87	0	25,25	116,0	1,0	1/200	3,83	0	33,4	154,67	1,33
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	0	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		18,3	13,02	75,49	472,5	23,88		24,58	17,86	104,46	647,57	33,08
	Полдник												
959 стр.403 2003	Какао с молоком	1/150	2,61	2,13	14,87	87,58	1,08	1/200	3,49	2,85	19,83	116,8	1,5
1026 стр.424 2003	Пирожок с повидлом	1/40/17	2,49	2,15	28,35	142,2	0,09	1/60/25	3,7	3,24	38,35	211,7	0,13
	ИТОГО:		5,1	4,28	43,22	229,78	1,17		7,19	6,09	58,18	328,5	1,63
	ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ:		33,4	28,1	173,8	1676,9	31,83		45,08	38,37	236,82	1478,94	44,85
10 день													
	Завтрак												
50 стр.21 2003	Икра кабачковая	1/40	0,32	1,6	1,72	22,0	2,8	1/50	0,4	2,5	2,15	27,5	3,5
438 стр.189	Омлет натуральный	60/30	5,93	9,4	0,35	115,9	0,22	80/4	7,85	13,4	0,47	154,1	0,31

2003													
942,943стр.3 97	Чай с сахаром	150/9	0,08	0,03	9,20	35,17	0,03	200/12	0,1	0,03	12,27	46,9	0,06
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	30	2,40	0,41	12,60	70,5	0
	ИТОГО:		7,93	11,3	19,67	220,07	3,05		10,75	16,34	27,49	299	3,87
	2 Завтрак												
	Сок фруктовый (рекомендуемый)	150	0,3	0	11,66	50,83	3,0	200	0,5	0	15,6	67,8	4,0
	ИТОГО:		0,3	0	11,66	50,83	3		0,5	0	15,6	67,8	4
	Обед												
202 стр.87 2003	Суп из овощей	1/150	1,21	3,80	6,34	62,0	7,97	1/250	2,08	6,3	10,57	103,3	13,28
10074 стр.415 2003	Пельмени отварные со сметаной	1/120/3/10	12,52	16,72	24,88	316	0,06	1/150/4/15	12,29	21,53	34,28	429,91	0,07
	Напиток из груши дички (шиповника)	1/150	0,33	0	11,67	50,8	3,0	1/200	0,4	0	14,0	61,0	3,6
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0	20	1,6	0,27	8,4	47,0	0
	Хлеб ржано- пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	0	40	3,08	0,56	15,08	80,4	0
	ИТОГО:		17,2	21,07	58,83	516	11,03		19,45	28,66	82,33	721,61	16,95
	Полдник												
958	Кофейный напиток	150	1,29	1,06	13,51	67,17	0,54	200	1,72	1,42	18,02	89,56	0,72
3 стр.8 2003	Бутерброд с сыром	1/20/5/10	6,6	5,4	8,5	127,7	0,07	1/30/5/15	9,9	8,01	12,7	191,6	0,11
	ИТОГО:		7,89	6,46	22,01	194,87	0,61		11,62	9,43	30,72	281,16	0,83
	ИТОГО ЗА 10 ДЕНЬ:		33,3	38,83	112,17	981,77	17,69		42,32	54,43	156,14	1369,57	25,65
	ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:		375,3	309,3	1525,3	11061,1	407,32		499,96	412,86	2093,6	14248,5	558,71
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ:		37,53	30,93	152,53	1106,12	40,732		49,996	41,286	209,37	1424,85	55,871

Составлено на основании: сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для общественного питания (авторы: А.И. Здобный, В.А. Циганенко, М.И. Пересечный 2003г.); сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей 2005г, 2011г. (авторы: М.П. Могильный, В.П. Тутельян); справочника «Химический состав пищевых продуктов» под редакцией И.М. Скурихина, М.Н. Волгарева.
 Меню составила технолог: _____ Е.А Лаврова