

« СОГЛАСОВАНО »

Директор МБОУ "СОШ № 7"


Т.А. Тюкавкина
" " 2023г.


« УТВЕРЖДАЮ »

ИП


К.С. Грачева
" 03 2023г.


**ПРИМЕРНОЕ 10-ти дневное цикличное меню
горячих школьных завтраков, обедов и полдников
для организации питания детей с 12 лет и старше при МБОУ "СОШ № 7"**

третьи блюда витаминизированы витамином С

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сборник рецептов блюд :

Москва, 2011 г. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

Москва, 2016 г. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях

День 1
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность К/калор	Витамины (г)					Минеральные вещества (г)							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F
Завтрак																			
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/100	1,43	1,35	6,18	22,93	1,51	0,028	0,02	7	0	12,7	16,25	0,23	0,036	0,71	0,0036	0,000016	0,008
№ 211*	Омлет с сыром	1/200	18,72	19,25	13,94	392,53	5,54	0,32	0,084	390	2	170,42	277,3	26,66	3,2	195,5	0,013	0,012	1,36
№ 379*	Кофейный напиток с молоком	1/180	3,15	2,67	20,91	90,6	1,3	0,043	0,015	45	0,1	65,77	40	8,2	0,13	64,33	0,007	0,00028	0,03
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,023	0	0	8,05	18,78	3,38	0,15	11,55	0,001	0,001	0,004
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Яблоко	1/160	0,64	0,64	7,62	75,2	12,23	0,047	0,032	10	0	25,6	14,77	14,4	1,02	162,4	0,0065	0	0,032
	Итого завтрак:	705	28,68	24,62	75,57	715,08	20,58	0,518	0,204	452	2,1	293,04	398,5	56,97	4,576	445	0,03639	0,013296	1,634
Обед																			
№ 133*	Кукуруза консервированная пром. производства	1/100	2,05	2,9	14,78	40,26	1,21	0,01	0,041	14	0	9,3	49,8	0,2	0,04	1,13	0,021	0,0013	0,01
№ 99*	Суп из овощей со сметаной	1/250/10	2,28	11,22	14,56	144,8	1,62	0,082	0,061	16,9	1,18	86	49,27	20,75	1,02	96,6	0,0022	0,00041	0,018
№ 263*	Рагу из мяса	1/240	14,01	36,07	20,64	453,6	7,3	0,48	0,15	0	1,09	145,88	208,9	52,59	2,59	87,6	0,0036	0,01	1,17
№ 349*	Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,65	0,09	32,01	132,8	0,72	0,015	0,023	0	0	32,47	23,43	17,45	0,044	109,8	0,007	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,025	0	0	11,5	26,83	4,83	0,21	16,5	0,0016	0,0015	0,0083
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,77	0,5	14,02	72,78	0	0,063	0,042	0	0	14,7	43,96	5,74	0,56	14,7	0,011	0	0,28
	Итого обед:	872	25,71	51,28	120,16	961,14	10,85	0,7	0,342	30,9	2,27	299,85	402,2	101,6	4,464	326,3	0,0464	0,01321	1,5863
Полдник																			
№ 185*	Запеканка рисовая со сгущенным молоком	1/200/20	2,8	3,8	21,04	150,2	0,98	0,0053	0,0073	81,6	0,066	57,56	66,94	38,62	1,6	60	0,022	0,006	0,69
Пром. выпуск	Кисломолочный напиток (Снежок)	1/220	4,24	5,5	9,76	90,43	1,03	0,12	0,018	95,7	1,29	164,41	130	11,72	0,96	96,53	0,0047	0,00012	0,36
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,025	0	0	11,5	26,83	4,83	0,21	16,5	0,0016	0,0015	0,0083
	Итого полдник:	490	10,99	9,8	54,95	357,53	2,01	0,1753	0,0503	177,3	1,356	233,47	223,8	55,17	2,77	173	0,0283	0,00762	1,0583
	Итого за день:		65,38	85,7	250,68	2033,75	33,44	1,3933	0,5963	660,2	5,726	826,36	1025	213,7	11,81	944,4	0,11109	0,034126	4,2786

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

День 2
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность К/калор	Витамины (г)					Минеральные вещества (г)							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F
Завтрак																			
Пром. выпуск	Батон	1/35	0,8	0,035	11,55	46,83	0	0,035	0,017	0	0	6,8	18,78	3,38	0,15	11,55	0,0011	0,001	0,0058
№15*	Сыр порционно	1/25	7,1	8,86	0	64,43	0,16	0,006	0,09	52,5	0,83	133,3	66,6	13,75	0,5	25	0,0008	0,0031	0,028
	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	1/200/6	5,52	7,49	26,17	246,05	0,86	0,09	0,12	56,48	0,32	121,52	142,46	33,82	2,36	100,57	0,012	0,004	0,18
№376*	Чай с сахаром	1/180	0,063	0,018	13,5	45	0,027	0	0	0	0	0,99	2,52	1,26	0	4,09	0	0	0,055
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,77	0,5	14,02	72,78	0	0,063	0,042	0	0	14,7	43,96	5,74	0,56	14,7	0,011	0	0,28
	Апельсин	1/160	0,64	0,32	18,39	78,4	32,35	0,12	0,047	0	0	0,18	15,71	13,83	0,37	84,02	0,0047	0	0,013
	Итого завтрак:	648	16,893	17,223	83,63	553,49	33,397	0,314	0,316	108,98	1,15	277,49	290,03	71,78	3,94	239,93	0,0296	0,0081	0,5618
Обед																			
№ 71*	Овощи свежие (помидор)	1/100	0,8	0,1	3,5	20	0,5	0,02	0,02	0	0	10	35	15	0,08	0,93	0,0038	0	0,02
№ 113*	Суп-лапша домашняя	1/250	2,56	5,53	11,61	115,75	0,5	0,05	0,035	12,5	1,12	116,03	38,3	10,67	1,9	58	0,052	0,0065	0,25
№ 234*	Биточки рыбные с маслом сливочным	1/100/6	11,2	14,1	13,9	181,47	0,22	0,037	0,11	22,46	6,86	290,1	167,7	39,46	1,36	185,1	0,0012	0,0062	0,73
№ 310*	Картофель отварной с маслом сливочным	1/180/6	3,42	5,17	27,61	170,82	9,6	0,18	0,11	0	0,06	101,56	95,66	23,18	1,21	150,48	0,0096	0	0,036
№ 348*	Компот из чернослива	1/180	0,34	0,1	23,6	98,4	0,44	0,0033	0,015	0	0	20,31	12,45	17,22	0,044	70,2	0,007	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,025	0	0	11,5	26,83	4,83	0,21	16,5	0,0016	0,0015	0,0083
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого обед:	902	24,25	25,86	114,39	755,33	11,26	0,3853	0,345	34,96	7,04	560,02	407,54	114,46	4,844	491,71	0,0256	0,0142	1,3443
Полдник																			
№ 348***	Рагу из овощей	1/200	4,12	6,46	27,7	150,2	0,98	0,053	0,073	0	0,06	44,22	80,28	38,62	1,6	46,66	0,002	0	0,069
№ 389*	Сок абрикосовый	1/180	0,9	0	22,86	95,04	2,51	0,039	0,07	0	0	36	20,7	5,76	0,27	63	0,0036	0	0,027
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,023	0	0	8,05	18,78	3,38	0,15	11,55	0,001	0,001	0,004
	Итого полдник:	415	7,78	6,81	67,46	327,07	3,49	0,127	0,166	0	0,06	88,27	119,76	47,76	2,02	121,21	0,0066	0,001	0,1
	Итого за день:		48,923	49,893	265,48	1635,89	48,147	0,8263	0,827	143,94	8,25	925,78	817,33	234	10,804	852,85	0,0618	0,0233	2,0061

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

День 3
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность К/калор	Витамины (г)					Минеральные вещества (г)							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
Завтрак																			
Пром. выпуск	Батон	1/50	1,14	0,05	16,5	66,9	0	0,05	0,024	0	0	9,71	26,82	4,82	0,21	16,5	0,0015	0,0014	0,0082
№ 14*	Масло порционно	1/20	0,16	8,5	6,26	96	0,42	0	0,02	80	0,024	4,8	6	0	0,5	6	0,0016	0	0,01
№ 223*	Запеканка из творога	1/200	9,3	10,09	25,88	300	0,47	0,17	0,29	50	1,84	274,55	214,97	26,85	3,51	125,65	0,0002	0,0047	0,000058
№ 596***	Соус молочный	1/30	0,8	1,1	6,2	26,7	0,1	0,1	0,025	19,5	0,037	3,37	12,73	2,83	0,056	6,81	0,0002	0	0
№ 209*	Яйцо вареное	1/40	5,08	3	0,28	63	0	0,03	0,18	100	0,65	22	36,8	4,8	0,6	56	0,0008	0,0042	0,45
№ 382*	Какао с молоком	1/200	4,07	3,53	17,57	118,6	1,57	0,055	0,17	24,4	0,1	77,75	54,55	21,33	0,47	76,33	0,001	0,00028	0,1
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого завтрак:	570	22,53	26,63	82,71	723,19	2,56	0,45	0,739	273,9	2,651	128,13	383,27	64,73	5,386	297,79	0,0137	0,01058	0,768258
Обед																			
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/100	0,8	0,1	8,36	10	0,35	0,02	0,1	0	0	23	24	1,35	0,6	1	0,0033	0	0,015
№ 82*	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/250/10	2,12	6,12	16,35	109,62	1,92	0,06	0,061	16,9	1,05	88,37	54,6	25,01	1,22	185,3	0,0052	0,00026	0,03
№ 482***	Запеканка из печени с рисом	1/240	15,19	11,71	8,17	238,8	10,63	0,22	1,68	2364	8,61	270,74	195,94	17,76	1,92	120,36	0,012	0,019	1,41
№ 350*	Кисель из плодов или ягод свежих	1/180	0,42	0,11	38,61	157,62	2,43	0,006	0,011	0	0	20,65	18,5	3,85	0,024	32,63	0,004	0	0,005
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,025	0	0	11,5	26,83	4,83	0,21	16,5	0,0016	0,0015	0,0083
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,77	0,5	14,02	72,78	0	0,063	0,042	0	0	14,7	43,96	5,74	0,56	14,7	0,011	0	0,28
	Итого обед:	872	25,25	19,04	109,66	705,72	15,33	0,419	1,919	2380,9	9,66	428,96	363,83	58,54	4,534	370,49	0,0371	0,02076	1,7483
Полдник																			
№ 181*	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	1/200/6	4,4	8,73	39,78	246,69	1,09	0,074	0,014	61,14	0,36	59,28	111,02	19,06	2,4	69,92	0,01	0,000013	0,1
Пром. выпуск	Кисломолочный напиток (Бифидок)	1/220	6,71	5,51	9,25	115,78	1,61	0,09	0,036	94,42	1,32	162,1	169,04	12,03	0,22	82,2	0,0058	0,00012	0,44
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,023	0	0	8,05	18,78	3,38	0,15	11,55	0,001	0,001	0,004
	Итого полдник:	461	13,87	14,59	65,93	444,3	2,7	0,199	0,073	155,56	1,68	229,43	298,84	34,47	2,77	163,67	0,0168	0,001133	0,544
	Итого за день:		61,65	60,26	258,3	1873,21	20,59	1,068	2,731	2810,4	13,991	786,52	1045,9	157,74	12,69	831,95	0,0676	0,032473	3,060558

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

День 4
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность К/калор	Витамины (г)					Минеральные вещества (г)							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
	Завтрак																		
№ 71*	Овощи натуральные свежие (огурец)	1/100	0,35	0,05	0,95	6	0,78	0,025	0,01	0	0	8,5	15	3,6	0,025	6,3	0,0015	0	0,005
№ 305*	Рис припущенный	1/180	4,71	5,14	43,99	191,94	0	0,028	0,021	0	0,06	2,89	72,72	20,4	0,61	48,28	0,002	0,000012	0,006
№ 234*	Котлеты рыбные	1/100	11,2	12,84	11,4	180,08	0,2	0,035	0,12	21,22	3,25	167,87	104,36	26,96	1,35	189,26	0,0012	0,0051	0,45
№ 365**	Соус белый основной	1/40	0,24	1,4	1,46	19,48	0,11	0,004	0,004	8	0	4,69	3,76	1,13	0,063	6,75	0	0	0,004
№ 378 *	Чай с молоком, с сахаром	1/180	1,27	1,13	13,31	67,81	1,11	0,03	0,13	8,37	0,1	105,99	47,69	12,89	0,034	129,43	0,007	0,00016	0,065
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,023	0	0	8,05	18,78	3,38	0,15	11,55	0,001	0,001	0,004
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого завтрак:	665	22,51	21,27	98,03	599,13	2,2	0,202	0,338	37,59	3,41	308,49	293,71	72,46	2,272	402,07	0,0211	0,006272	0,734
	Обед																		
№ 57**	Икра кабачковая пром.производства для детского питания	1/100	1,2	4,71	12,7	60,83	0,83	0,025	0,05	0	0	40	37,5	9,03	0,07	1,33	0,004	0	0,016
№ 95**	Суп с рыбными консервами	1/250	8,58	8,4	14,32	167,25	0,36	0,1	0,14	15	2	170,3	51,52	9,85	1,88	7,5	0,003	0,0025	0,0031
№ 291*	Плов из курицы	1/240	20,32	15,21	46,87	388,6	4,56	0,12	0,15	23,35	0,9	188,94	210,39	38,17	1,41	101,68	0,0013	0,0039	0,57
№ 389*	Сок вишневый	1/180	1,26	0,36	20,52	90,36	2,52	0,019	0,039	0	0	30,6	32,4	8,1	0,027	65,7	0,0036	0	0,009
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,046	0	0	16,1	37,56	6,76	0,3	23,1	0,0021	0,0021	0,008
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,77	0,5	14,02	72,78	0	0,063	0,042	0	0	14,7	43,96	5,74	0,56	14,7	0,011	0	0,28
	Итого обед:	882	39,66	29,88	142,24	943,48	8,27	0,397	0,467	38,35	2,9	460,64	413,33	77,65	4,247	214,01	0,025	0,0085	0,8861
	Полдник																		
Пром. выпуск	Печенье овсяное	1/20	1,87	0,71	11,43	85	0,27	0,09	0,025	6	0	16,3	10	2,3	0,7	0,5	0	0	0,015
Пром. выпуск	Кисломолочный напиток (Ряженка)	1/220	6,36	5,48	9,24	112,2	0,64	0,044	0,26	97,55	1,9	199,46	191,4	15,74	0,2	88,66	0,0055	0,0001	0,44
	Яблоко	1/160	0,64	0,64	7,62	75,2	12,23	0,047	0,032	10	0	25,6	14,77	14,4	1,02	162,44	0,0065	0	0,032
	Итого полдник:	400	8,87	6,83	28,29	272,4	13,14	0,181	0,317	113,55	1,9	241,36	216,17	32,44	1,92	251,6	0,012	0,0001	0,487
	Итого за день:		71,04	57,98	268,56	1815,01	23,61	0,78	1,122	189,49	8,21	1010,5	923,21	182,55	8,439	867,68	0,0581	0,014872	2,1071

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

День 5
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность К/калор	Витамины (г)					Минеральные вещества (г)							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
Завтрак																			
№ 14*	Масло порционно	1/15	0,12	6,3	4,69	72	0,21	0	0,015	60	0,018	3,6	4,5	0	0,37	4,5	0,0012	0	0,0075
№ 15*	Сыр порционно	1/20	5,68	7,09	0	91,54	0,13	0,0053	0,072	42	0,66	160	53,33	11	0,13	20	0,0006	0,0025	0,022
№ 182*	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	1/200/6	3,98	6,16	33,96	205,63	0,91	0,046	0,12	48,73	0,31	102,06	97,02	23,57	2,11	73,27	0,0077	0,0022	0,088
№ 376*	Чай с сахаром	1/200	0,07	0,02	15	50	0,03	0	0	0	0	1,1	2,8	1,4	0	4,55	0	0	0,062
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,025	0	0	11,5	26,83	4,83	0,21	16,5	0,0016	0,0015	0,0083
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,77	0,5	14,02	72,78	0	0,063	0,042	0	0	14,7	43,96	5,74	0,56	14,7	0,011	0	0,28
Пром. выпуск	Мармелад	1/20	1,42	3,32	24,56	86,66	0,036	0,12	0,24	9,2	0	0	6,8	4,4	0,092	0,4	0,0016	0	0,0022
	Итого завтрак:	553	17,87	23,89	116,38	695,51	1,316	0,2843	0,514	159,93	0,988	292,96	235,24	50,94	3,472	133,92	0,0237	0,0062	0,47
Обед																			
№ 52*	Салат из свеклы отварной	1/100	1,4	6	8,25	92,8	3,31	0,016	0,036	0	0	35,45	40,61	20,68	1,31	13,33	0,012	0	0,031
№ 88*	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1/250/10	2,46	7,43	10,82	151,8	3,2	0,067	0,061	16,9	0,62	87,9	49	22,12	1,82	133,25	0,003	0,00066	0,045
№ 367***	Котлеты по-хлыновски	1/100	16,5	17,53	14,3	305,57	0,32	0,08	0,14	44,8	0,95	154,23	122,13	22,43	1,67	85,8	0,0032	0,0076	0,41
№ 367**	Соус томатный с овощами	1/40	0,58	2,83	5,03	47,96	0,94	0,011	0,014	16,64	0,03	9,44	14,69	2,39	0,0025	17,8	0	0	0,006
№ 309*	Макаронные изделия отварные	1/180	6,61	5,41	31,72	202,14	0	0,066	0,03	0	0	5,83	44,6	8,5	0,6	36,36	0,0096	0	0,0024
№ 388*	Напиток из плодов шиповника	1/180	0,67	0,27	20,75	88,2	50	0,011	0,055	0	0	21,33	3,43	2,43	0,063	10,33	0,008	0	0,14
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,023	0	0	8,05	18,78	3,38	0,15	11,55	0,001	0,001	0,004
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Итого обед:	925	32,96	40,18	117,79	1022,29	57,77	0,331	0,389	78,34	1,6	332,73	324,64	86,03	5,6555	318,92	0,0452	0,00926	0,8384
Полдник																			
№ 224*	Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	1/200/20	16,01	13,88	57,72	355,45	0,86	0,16	0,49	68,3	3,96	331,25	192,37	48,01	3,53	116,54	0,00053	0,038	0,13
№ 379*	Кофейный напиток с молоком	1/180	3,15	2,67	20,91	90,6	1,3	0,043	0,015	45	0,1	65,77	40	8,2	0,13	64,33	0,007	0,00028	0,03
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,023	0	0	8,05	18,78	3,38	0,15	11,55	0,001	0,001	0,004
	Итого полдник:	435	21,92	16,9	95,53	527,88	2,16	0,238	0,528	113,3	4,06	405,07	251,15	59,59	3,81	192,42	0,00853	0,03928	0,164
	Итого за день:		72,75	80,97	329,7	2245,68	61,246	0,8533	1,431	351,57	6,648	1030,8	811,03	196,56	12,938	645,26	0,07743	0,05474	1,4724

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

День 6
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность К/калор	Витамины (г)					Минеральные вещества (г)							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
Завтрак																			
№ 133*	Кукуруза консервированная пром. производства	1/100	2,05	2,9	14,78	40,26	1,21	0,01	0,041	14	0	9,3	49,8	0,2	0,04	1,13	0,021	0,0013	0,01
№ 210*	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/200/6	14,56	20,26	10,84	357,14	4,32	0,24	0,065	333,38	1,86	132,53	215,65	20,73	2,49	131,28	0,01	0,009	1,06
№ 684***	Чай без сахара	1/180	0,44	0,11	0,088	3,11	0,22	0,0022	0,022	0	0	0,68	0,53	0,88	0	0,66	0	0	0
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,023	0	0	8,05	18,78	3,38	0,15	11,55	0,001	0,001	0,004
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
	Банан	1/160	2,39	0,79	33,6	153,6	12,23	0,064	0,075	20	0	12,8	22,21	67,2	0,6	95,62	0,0056	0	0,16
	Итого завтрак:	711	24,18	24,77	86,228	687,93	17,98	0,3962	0,256	367,38	1,86	173,86	338,37	96,49	3,32	250,74	0,046	0,0113	1,434
Обед																			
№ 71*	Овощи свежие (помидор)	1/100	0,8	0,1	3,5	20	0,5	0,02	0,02	0	0	10	35	15	0,08	0,93	0,0038	0	0,02
№ 96*	Рассольник ленинградский со сметаной	1/250/10	2,37	8,82	17,4	156,8	4,62	0,1	0,071	16,9	0,81	105,3	56,72	17,92	1,67	126,5	0,0052	0,0007	0,022
№ 229*	Рыба, тушеная в томате с овощами	1/120	8,1	5,94	6,96	126	4,47	0,06	0,06	6,98	6,12	250,88	146,62	34,23	1,38	150,25	0,012	0,011	0,61
№ 128*	Картофельное пюре	1/180	3,72	10,98	21,57	207,42	11,76	0,17	0,13	60	0,12	109,98	104,42	20,88	1,22	127,88	0,0019	0,00036	0,014
№ 348*	Компот из кураги	1/180	0,77	0,045	27,62	114,8	0,6	0,015	0,03	0	0	33,11	21,9	14,55	0,047	108	0,006	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,025	0	0	11,5	26,83	4,83	0,21	16,5	0,0016	0,0015	0,0083
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,77	0,5	14,02	72,78	0	0,063	0,042	0	0	14,7	43,96	5,74	0,56	14,7	0,011	0	0,28
	Итого обед:	932	22,48	26,885	115,22	814,7	21,95	0,478	0,378	83,88	7,05	535,47	435,45	113,15	5,167	544,76	0,0415	0,01356	1,0543
Полдник																			
№ 167**	Запеканка морковная	1/200	5,69	16,69	23,84	189,33	1,05	0,093	0,12	50	1,06	74,33	113,48	22,82	0,58	108	0,0028	0	0,93
№ 596***	Соус молочный	1/20	0,53	0,73	4,13	17,8	0,06	0,06	0,016	13	0,024	2,24	8,48	1,88	0,037	4,54	0,0001	0	0
№ 389*	Сок персиковый	1/180	0,48	0,16	24,62	101,89	1,15	0,017	0,017	0	0	16,2	21,06	5,26	0,33	55,86	0,0032	0	0,11
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,023	0	0	8,05	18,78	3,38	0,15	11,55	0,001	0,001	0,004
	Итого полдник:	435	9,46	17,93	69,49	390,85	2,26	0,205	0,176	63	1,084	100,82	161,8	33,34	1,097	179,95	0,0071	0,001	1,044
	Итого за день:		56,12	69,585	270,938	1893,48	42,19	1,0792	0,81	514,26	9,994	810,15	935,62	242,98	9,584	975,45	0,0946	0,02586	3,5323

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

День 7
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность К/калор	Витамины (г)					Минеральные вещества (г)							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F
Завтрак																			
Пром. выпуск	Батон	1/50	1,14	0,05	16,5	66,9	0	0,05	0,024	0	0	9,71	26,82	4,82	0,21	16,5	0,0015	*0,0014	0,0082
№15*	Сыр порционно	1/20	5,68	7,09	0	91,54	0,13	0,0053	0,072	42	0,66	160	53,33	11	0,13	20	0,0006	0,0025	0,022
№ 182*	Каша жидкая молочная овсяная с маслом сливочным	1/200/6	4,52	9,3	28,09	214	0	0,08	0,04	50,4	0	12,4	29,46	9,49	2,26	0,53	0,0026	0,0044	0,012
№ 377*	Чай с лимоном, с сахаром	1/180	0,12	0,02	15,2	62	52,82	0	0	0	0,15	14,2	4,4	2,4	0,35	21,3	0	0	0,08
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
№ 389*	Сок яблочный	1/180	0,9	0	18,18	76,32	3,6	0,019	0,019	7,1	0	72	12,6	6,3	0,97	75,5	0,008	0	0,027
Итого завтрак:		666	14,34	16,82	87,99	562,75	56,55	0,1993	0,185	99,5	0,81	278,81	158,01	38,11	3,96	144,33	0,0211	0,0083	0,3492
Обед																			
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/100	0,8	0,1	8,36	10	0,35	0,02	0,1	0	0	23	24	1,35	0,6	1	0,0033	0	0,015
№ 102*	Суп картофельный с бобовыми (горох)	1/250	5,48	5,26	16,52	135,75	4,57	0,22	0,072	16,9	0,012	42,67	88,1	23,07	1,55	110,32	0,0033	0,0009	0,02
№ 259*	Жаркое по-домашнему	1/240	15,01	21,2	34,72	368,56	4,46	0,022	0,084	0	1,09	173,82	162,16	46,24	2,89	130,96	0,0024	0,01	1,18
№ 349*	Компот из смеси сухофруктов	1/180	0,65	0,09	32,01	132,8	0,72	0,015	0,023	0	0	32,47	23,43	17,45	0,044	109,8	0,007	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,046	0	0	16,1	37,56	6,76	0,3	23,1	0,0021	0,0021	0,008
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,77	0,5	14,02	72,78	0	0,063	0,042	0	0	14,7	43,96	5,74	0,56	14,7	0,011	0	0,28
Итого обед:		882	30,24	27,85	139,44	883,55	10,1	0,41	0,367	16,9	1,102	302,76	379,21	100,61	5,944	389,88	0,0291	0,013	1,603
Полдник																			
Пром. выпуск	Мармелад	1/10	0,71	1,66	12,28	43,33	0,018	0,06	0,12	4,6	0	0	3,4	2,2	0,046	0,2	0,0008	0	0,011
Пром. выпуск	Кисломолочный напиток (Снежок)	1/220	4,24	5,5	9,76	90,43	1,03	0,12	0,018	95,7	1,29	164,41	130,04	11,72	0,96	96,53	0,0047	0,00012	0,36
	Апельсин	1/160	0,64	0,32	18,39	78,4	32,35	0,12	0,047	0	0	0,18	15,71	13,83	0,37	84,02	0,0047	0	0,013
Итого полдник:		390	5,59	7,48	40,43	212,16	33,398	0,3	0,185	100,3	1,29	164,59	149,15	27,75	1,376	180,75	0,0102	0,00012	0,384
Итого за день:			50,17	52,15	267,86	1658,46	100,05	0,9093	0,737	216,7	3,202	746,16	686,37	166,47	11,28	714,96	0,0604	0,02142	2,3362

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

День 8
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность К/калор	Витамины (г)					Минеральные вещества (г)							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
Завтрак																			
№ 71*	Овощи натуральные свежие (огурец)	1/100	0,35	0,05	0,95	6	0,78	0,025	0,01	0	0	8,5	15	3,6	0,025	6,3	0,0015	0	0,005
№ 304*	Рис отварной	1/180	4,38	6,44	44,01	203,64	0	0,03	0,022	0	0,048	1,63	73,12	17,19	0,62	48,68	0,0018	0,000012	0,015
№ 234*	Биточки рыбные	1/100	9,94	13,5	12,64	178,7	0,2	0,035	0,086	19,96	5,62	167,87	99,66	26,96	1,33	193,43	0,0012	0,004	0,7
№ 365**	Соус белый основной	1/40	0,24	1,4	1,46	19,48	0,11	0,004	0,004	8		4,69	3,76	1,13	0,063	6,75	0	0	0,004
№ 379*	Кофейный напиток с молоком	1/180	3,15	2,67	20,91	90,6	1,3	0,043	0,015	45	0,1	65,77	40	8,2	0,13	64,33	0,007	0,00028	0,03
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,023	0	0	8,05	18,78	3,38	0,15	11,55	0,001	0,001	0,004
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
Итого завтрак:		665	22,8	24,77	106,89	632,24	2,39	0,217	0,19	72,96	5,768	267,01	281,7	64,56	2,358	341,54	0,0209	0,005292	0,958
Обед																			
№ 131*	Горошек зеленый консервированный пром. производства	1/100	1,43	1,35	6,18	22,93	1,51	0,028	0,02	7	0	12,7	16,25	0,23	0,036	0,71	0,0036	0,000016	0,008
№ 112*	Суп с макаронными изделиями, картофелем	1/250	2,56	5,27	21,93	109	4,82	0,092	0,05	0	0	29,5	57,72	11,3	1,66	98,12	0,0032	0,00036	0,025
№ 288*	Курица отварная порционно	1/100	14,5	14,56	4,37	207,5	0,84	0,05	0,11	37,62	1,06	162,9	98,74	21,12	1,31	126,44	0,0012	0,0046	0,21
№ 541***	Рагу овощное	1/180	3,7	5,82	24,93	135,18	11,68	0,048	0,066	0	0,06	99,8	108,3	34,76	1,44	126	0,002	0	0,0062
№ 388*	Напиток из плодов шиповника	1/180	0,67	0,27	20,75	88,2	50	0,011	0,055	0	0	21,33	3,43	2,43	0,063	10,33	0,008	0	0,14
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,046	0	0	16,1	37,56	6,76	0,3	23,1	0,0021	0,0021	0,008
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,77	0,5	14,02	72,78	0	0,063	0,042	0	0	14,7	43,96	5,74	0,56	14,7	0,011	0	0,28
Итого обед:		922	31,16	22,65	125,99	799,25	68,85	0,362	0,389	44,62	1,12	357,03	365,9	82,34	5,369	399,4	0,0311	0,026076	0,6772
Полдник																			
Пром. выпуск	Вафли	1/20	1,07	2,61	15,43	77	0,21	0,03	0,1	6	0	6,3	10	3,3	0,06	0,3	0,0014	0	0,027
Пром. выпуск	Кисломолочный напиток (Бифидок)	1/220	6,71	5,51	9,25	115,78	1,61	0,09	0,036	94,42	1,32	162,1	169	12,03	0,22	82,2	0,0058	0,00012	0,44
	Яблоко	1/160	0,64	0,64	7,62	75,2	12,23	0,047	0,032	10	0	25,6	14,77	14,4	1,02	162,44	0,0065	0	0,032
Итого полдник:		400	8,42	8,76	32,3	267,98	14,05	0,167	0,168	110,4	1,32	194	193,8	29,73	1,3	244,94	0,0137	0,00012	0,499
Итого за день:			62,38	56,18	265,18	1699,47	85,29	0,746	0,747	228	8,208	818,04	841,4	176,63	9,027	985,88	0,0657	0,031488	2,1342

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

День 9
Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность К/калор	Витамины (г)					Минеральные вещества (г)							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
Завтрак																			
Пром. выпуск	Батон	1/50	1,14	0,05	16,5	66,9	0	0,05	0,024	0	0	9,71	26,82	4,82	0,21	16,5	0,0015	0,0014	0,0082
№ 14*	Масло порционно	1/20	0,16	8,5	6,26	96	0,42	0	0,02	80	0,024	4,8	6	0	0,5	6	0,0016	0	0,01
№ 224*	Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	1/200/30	8,96	10	57,72	296,67	1,6	0,29	0,5	51,84	3,94	331,25	245,71	48,02	3,54	249,88	0,00058	0,01	0,000023
№ 209*	Яйцо вареное	1/40	5,08	3	0,28	63	0	0,03	0,18	100	0,65	22	36,8	4,8	0,6	56	0,0008	0,0042	0,45
№376*	Чай с сахаром	1/200	0,07	0,02	15	50	0,03	0	0	0	0	1,1	2,8	1,4	0	4,55	0	0	0,062
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
Итого завтрак:		570	17,39	21,93	105,78	624,56	2,05	0,415	0,754	231,84	4,614	379,36	349,53	63,14	4,89	343,43	0,01288	0,0156	0,730223
Обед																			
№ 52*	Салат из свеклы отварной	1/100	1,4	6	8,25	92,8	3,31	0,016	0,036	0	0	35,45	40,61	20,68	1,31	13,33	0,012	0	0,031
№ 98*	Суп крестьянский с крупой со сметаной	1/250/10	1,47	2,71	12,11	110,75	2	0,09	0,005	16,9	0	26,7	30,97	9,02	1,01	89,15	0,0031	0,00083	0,021
№ 256*	Мясо тушенное	1/120	18,24	5,72	3,07	270	0,21	0,03	0,1	0	1,09	265,78	214,9	54,99	2,59	88	0,003	0,011	0,1
№ 302*	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	5,52	7,3	46,36	292,5	0	0,24	0,13	0	0,06	41,78	244,7	90,98	3,07	131,4	0,0019	0,0084	0,76
№ 348*	Компот из изюма	1/180	0,34	0,075	29,84	122,2	0	0,075	0,021	0	0	20,31	19,35	8,11	0,044	105,1	0,006	0	0,1
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	116,9	0	0,05	0,025	0	0	11,5	26,83	4,83	0,21	16,5	0,0016	0,0015	0,0083
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,77	0,5	14,02	72,78	0	0,063	0,042	0	0	14,7	43,96	5,74	0,56	14,7	0,011	0	0,28
Итого обед:		932	33,69	22,805	137,8	1077,93	5,52	0,564	0,359	16,9	1,15	416,22	621,32	194,35	8,794	458,18	0,0386	0,02173	1,3003
Полдник																			
№ 165*	Запеканка овощная с маслом сливочным	1/200/6	5,69	16,69	25,17	174,66	1,05	0,1	0,12	50	1,06	74,33	113,48	22,82	0,58	108	0,0028	0	0,093
№ 389*	Сок виноградный	1/180	0,54	0,36	20,34	104,76	1,6	0,039	0,019	0	0	3,6	12,6	16,2	0,72	54	0,0036	0	0,018
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,023	0	0	8,05	18,78	3,38	0,15	11,55	0,001	0,001	0,004
Итого полдник:		421	8,99	17,4	62,41	361,25	2,65	0,174	0,162	50	1,06	85,98	144,86	42,4	1,45	173,55	0,0074	0,001	0,115
Итого за день:			60,07	62,135	305,99	2063,74	10,22	1,153	1,275	298,74	6,824	881,56	1115,71	299,89	15,134	975,16	0,05888	0,03833	2,145523

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004

День 10

Сезон: Весна-Лето

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность К/калор	Витамины (г)					Минеральные вещества (г)							
			Белки	Жиры	Углеводы		С	В 1	В 2	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
Завтрак																			
№ 70*	Огурец соленый пром. производства	1/100	0,8	0,1	8,36	10	0,35	0,02	0,1	0	0	23	24	1,35	0,6	1	0,0033	0	0,015
№ 294*	Котлеты рубленные из курицы	1/100	17,42	16,74	16,26	174,88	0,9	0,2	0,16	53,8	0,82	182	80	22,2	1,13	61,97	0,0014	0,0036	0,33
№ 366**	Соус томатный	1/40	0,46	1,68	3,2	29,8	0,095	0,008	0,0072	9,6	0,03	6,35	8,89	0,6	0,0019	0,16	0	0	0,004
№ 309*	Макаронные изделия отварные	1/180	6,61	5,41	31,72	202,14	0	0,066	0,03	0	0	5,83	44,6	8,5	0,6	36,36	0,0096	0	0,0024
№ 382*	Какао с молоком	1/180	3,66	3,17	15,81	106,74	1,41	0,049	0,15	21,96	0,09	69,98	49,09	19,19	0,42	68,69	0,0009	0,00025	0,09
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	1/35	2,76	0,35	16,9	81,83	0	0,035	0,023	0	0	8,05	18,78	3,38	0,15	11,55	0,001	0,001	0,004
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,36	10,02	51,99	0	0,045	0,03	0	0	10,5	31,4	4,1	0,04	10,5	0,0084	0	0,2
Итого завтрак:		665	33,69	27,81	102,27	657,38	2,755	0,423	0,5002	85,36	0,94	305,71	256,76	59,32	2,9419	190,23	0,0246	0,01585	0,6454
Обед																			
№ 57**	Икра кабачковая пром. производства для детского питания	1/100	1,2	4,71	12,7	60,83	0,83	0,025	0,05	0	0	40	37,5	9,03	0,07	1,33	0,004	0	0,016
№ 108, 109*	Суп картофельный с клецками	1/250	5,48	5,26	16,52	135,75	4,57	0,22	0,072	18,75	0,025	42,67	88,1	23,07	1,62	110,32	0,0033	0,00093	0,2
№ 268*	Шницель из говядины с маслом сливочным	1/100/6	16,5	17,53	14,3	305,57	0,32	0,08	0,14	44,8	0,95	154,23	122,13	23,22	1,67	85,8	0,0032	0,0076	0,96
№ 321*	Капуста тушеная	1/180	3,7	5,82	12,93	135,18	11,68	0,048	0,066	0	0,06	99,8	72,25	37,16	1,45	127,68	0,0019	0	0,06
№ 350*	Кисель из плодов или ягод свежих	1/180	0,42	0,11	38,61	157,62	2,43	0,006	0,011	0	0	20,65	18,5	3,85	0,024	32,63	0,004	0	0,005
Пром. выпуск	Хлеб пшеничный	2/35	5,53	0,7	33,81	163,66	0	0,07	0,046	0	0	16,1	37,56	6,76	0,3	23,1	0,0021	0,0021	0,008
Пром. выпуск	Хлеб ржаной	1/42	2,77	0,5	14,02	72,78	0	0,063	0,042	0	0	14,7	43,96	5,74	0,56	14,7	0,011	0	0,28
Итого обед:		928	35,6	34,63	142,89	1031,39	19,83	0,512	0,427	63,55	1,035	388,15	420	108,83	5,694	395,56	0,0295	0,01063	1,529
Полдник																			
Пром. выпуск	Зефир	1/20	1,97	4,5	18,43	95	0,27	0,09	0,19	7	0	6,3	11	3,3	0,07	0,3	0,0012	0	0,017
№ 684***	Чай без сахара	1/180	0,39	0,099	0,079	2,79	0,19	0,0019	0,019	0	0	0,61	0,47	0,79	0	0,59	0	0	0
	Банан	1/160	2,39	0,79	33,6	153,6	12,23	0,064	0,075	20	0	12,8	22,21	67,2	0,6	95,62	0,0056	0	0,16
Итого полдник:		360	4,75	5,389	52,109	251,39	12,69	0,1559	0,284	27	0	19,71	33,68	71,29	0,67	96,51	0,0068	0	0,177
Итого за день:			74,04	67,829	297,269	1940,16	35,275	1,0909	1,2112	175,91	1,975	713,57	710,44	239,44	9,3059	682,3	0,0609	0,02648	2,3514

* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели плюс 2017

** - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях Москва Дели плюс 2016

*** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2004