

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 7 "

А. В. Булыгина

02 сентября 2024 год

Утверждаю:
ИП Грачева Т.С.
Т.С. Грачева
02 сентября 2024 год



**Примерное 10-ти дневное меню питания детей с диагнозом сахарный диабет 1 и 2 типа
для образовательной школы МБОУ "СОШ № 7" на 2024/2025 учебный год**

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

1 день

№ реп	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества (г)				Энерг. Ценность, ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	К/кал		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																		
71	Овощи свежие(огурец)	60	0,21	0,03	0,57	3,6	0,47	0,015	0,01	0	0	5,1	9	2,2	0,015	3,8	0,0009	0	0,003
99	Суп из овощей со сметаной	200/10	1,83	8,98	11,65	115,84	1,3	0,066	0,05	17,8	0,95	68,8	39,42	16,6	0,82	77,28	0,0018	0,00033	0,015
423	Бефстроганов из говядины	100	11,68	30,06	17,2	378	6,12	0,4	0,23	292,1	0,91	121,49	174,1	43,83	2,16	73	0,003	0,0091	0,98
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,6	6,09	30,64	243,75	0	0,2	0,11	0	0,09	34,82	203,9	75,82	2,56	109,5	0,0016	0,0007	0,64
ПР	Хлеб ржаной	85	6,17	1,7	61,85	216,97	0,1	0,107	0	29,75	0,65	17	53,21	38,25	0,22	17	0,022	0	0
631	Компот из св. яблок б/с	200	0,2	0	24,7	112	0,07	0,08	12	22	0,1	0	0	0	0,8	0	0	0	0
	Итого:	805	24,69	46,86	146,61	1070,2	8,06	0,868	12,4	361,7	2,7	247,21	479,7	176,7	6,575	280,58	0,0293	0,01013	1,638

*** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной
Москва.2004 г. Издательство "Хлебпродинформ"

*** Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011 год.

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 7 "

А. В. Булыгина

02 сентября 2024 год

Утверждаю
ИП Грачева Т.С.
Т.С. Грачева
02 сентября 2024 год



**Примерное 10-ти дневное меню питания детей с диагнозом сахарный диабет 1 и 2 типа
для образовательной школы МБОУ "СОШ № 7" на 2024/2025 учебный год**

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

2 день

№ рец	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																		
131	Горошек зеленый консервир. пром. произ-ва	60	0,96	0,91	4,71	44,76	0,91	0,017	0,02	4,2	0	7,62	9,75	0,14	0,022	0,53	0,0042	0,00001	0,005
88	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	200\10	1,97	5,95	8,66	121,44	2,91	0,054	0,09	23,52	0,5	70,32	39,2	17,7	1,46	106,6	0,0025	0,00053	0,036
309	Макаронные изд. отварные	150	5,51	4,51	26,44	168,45	0	0,055	0,1	0	0,125	4,86	37,17	7,12	0,5	30,3	0,008	0	0,002
469	Фрикадельки с м/сливочным	90\10	17,8	24,4	13,1	257	0,15	0,15	1,2	121	1,2	172	83	12	1,2	172	0,01	0,02	0
638	Компот из изюма б/с	200	0,4	0	18,4	102	0,03	0,03	10	24	0,03	0	0	8	1,5	0	0	0	0
ПР	Хлеб ржаной	85	6,17	1,7	61,85	216,97	0,1	0,107	0	29,75	0,65	17	53,21	38,25	0,22	17	0,022	0	0
	Итого:	805	32,81	37,47	133,16	910,62	4,1	0,413	11,4	202,5	2,505	271,8	222,3	83,21	4,902	326,43	0,0467	0,02054	0,043

*** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной Москва.2004 г. Издательство "Хлебпродинформ"

*** Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011 год.

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 7 "

А. В. Булыгина

02 сентября 2024 год



**Примерное 10-ти дневное меню питания детей с диагнозом сахарный диабет 1 и 2 типа
для образовательной школы МБОУ "СОШ № 7" на 2024/2025 учебный год**

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

3 день

№ рец	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества (г)				Энерг. Ценность, ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У	К/кал		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
	Обед																			
71	Овощи свежие (помидор)	60	0,48	0,06	2,1	12	0,3	0,012	0,01	0	0	6	21	9	0,048	0,56	0,0023	0	0,012	
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	1,9	7,06	13,92	125,44	4,5	0,08	0,1	15,62	0,65	84,24	45,38	14,34	1,34	101,2	0,0042	0,00058	0,018	
234	Биточки рыбные с маслом сливочным	90/5	10,08	12,69	12,51	163,33	0,2	0,034	0,18	45,22	6,98	261,09	150,9	35,52	1,23	166,59	0,0011	0,0056	0,66	
305	Рис припущенный	150	3,93	4,29	26,66	159,95	0	0,024	0,02	0	0,05	2,41	60,6	17	0,51	40,24	0,0017	0,00001	0,005	
685	Чай без сахара	200	0,04	0	0,01	0	0	0	0	0,1	0	0	0	5	0	0	0	0	0	
627	Яблоко зеленое	150	0,3	0	12,5	65	0,1	0,2	12	23	0,1	18	0	1,2	2	18	0	0	0	
	Итого:	865	16,73	24,1	67,7	525,72	5,1	0,35	12,3	83,94	7,78	371,74	277,9	82,06	5,128	326,59	0,0093	0,00619	0,695	

*** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной
Москва.2004 г. Издательство "Хлебпродинформ"

*** Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011 год.

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 7 "

А. В. Булыгина

02 сентября 2024 год

Утверждаю:
ИП Грачева Т.С.

Т.С. Грачева

02 сентября 2024 год



**Примерное 10-ти дневное меню питания детей с диагнозом сахарный диабет 1 и 2 типа
для образовательной школы МБОУ "СОШ № 7" на 2024/2025 учебный год**

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

4 день

№ рец	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества (г)				Энерг. Ценность ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У	К/кал		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
	Обед																			
133	Кукуруза консервированная пром. произ-ва	60	1,23	1,74	8,87	24,16	0,73	0,006	0,03	8,4	0	5,62	29,88	0,12	0,024	0,68	0,013	0,008	0,006	
102	Суп картофельный гороховый	200	4,39	4,21	13,22	108,6	3,66	0,18	0,2	13,52	0,01	34,14	70,48	18,46	1,24	88,26	0,0037	0,00075	0,016	
288	Курица отварная порционно с маслом сливочным	90/5	18,71	18,11	6,94	216,75	0,76	0,045	0,1	33,86	3,95	146,61	88,87	19,01	1,18	113,8	0,0011	0,0042	0,19	
309	Макаронные изд. отварные	150	5,51	4,51	26,44	168,45	0	0,055	0,1	0	0,125	4,86	37,17	7,12	0,5	30,3	0,008	0	0,002	
639	Компот из с/ф б/с	200	0,6	0	31,4	119	0,02	0,05	0,9	6	0,3	0	0	2	0,3	0	0	0	0	
ПР	Хлеб ржаной	85	6,17	1,7	61,85	216,97	0,1	0,107	0	29,75	0,65	17	53,21	38,25	0,22	17	0,022	0	0	
	Итого:	790	37,48	33,55	139,46	944,73	0,37	0,403	34,3	334,4	3,72	352,8	471,4	68,8	6	352,8	0,04	0	1,5	

*** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной Москва. 2004 г. Издательство "Хлебпродинформ"

*** Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011 год.

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 7 "

А. В. Булыгина

02 сентября 2024 год

Утверждаю
ИП Грачева Т.С.

Т.С. Грачева

02 сентября 2024 год



**Примерное 10-ти дневное меню питания детей с диагнозом сахарный диабет 1 и 2 типа
для образовательной школы МБОУ "СОШ № 7" на 2024/2025 учебный год**

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

5 день

№ рец	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества (г)				Энерг. Ценность, ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У	К/кал		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
	Обед																			
131	Горошек зеленый консервир. пром. произ-ва	60	0,96	0,91	4,71	44,76	0,91	0,017	0,02	4,2	0	7,62	9,75	0,14	0,022	0,53	0,0042	0,00001	0,005	
111	Борщ Сибирский со сметаной	200/10	4,39	4,21	13,22	108,6	4,06	0,18	0,1	15	0,02	34,14	70,48	18,46	1,3	88,26	0,0047	0,00075	0,16	
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,6	6,09	30,64	243,75	0	0,2	0,11	0	0,09	34,82	203,9	75,82	2,56	109,5	0,0016	0,0007	0,64	
62.2	Тефтели с соусом	90/50	4,21	11,64	17,13	211,82	0,21	0	0,01	125,3	0,012	2,4	3	0	0,25	3	0,0028	0	0,005	
ПВ	Мандарин	80	0,64	0,64	7,78	65,2	19,9	0,047	0,03	10	0	25,6	14,77	14,4	1,02	162,4	0,0065	0	0,032	
638	Компот из изюма б/с	200	0,4	0	18,4	102	0,03	0,03	10	24	0,03	0	0	8	1,5	0	0	0	0	
ПР	Хлеб ржаной	85	6,17	1,7	61,85	216,97	0,1	0,107	0	29,75	0,65	17	53,21	38,25	0,22	17	0,022	0	0	
	Итого:	925	21,37	25,19	153,73	993,1	25,2	0,581	10,3	208,3	0,802	121,58	355,1	155,07	6,872	380,69	0,0418	0,00146	0,842	

*** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной
Москва. 2004 г. Издательство "Хлебпродинформ"

*** Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011 год.

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 7 "

А. В. Булыгина

02 сентября 2024 год

Утверждаю:
ИП Грачева Т.С.
Т.С. Грачева
02 сентября 2024 год



**Примерное 10-ти дневное меню питания детей с диагнозом сахарный диабет 1 и 2 типа
для образовательной школы МБОУ "СОШ № 7" на 2024/2025 учебный год**

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

6 день

№ рец	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность, ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																		
71	Овощи свежие(огурец)	60	0,21	0,03	0,57	3,6	0,47	0,015	0,01	0	0	5,1	9	2,2	0,015	3,8	0,0009	0	0,003
95	Суп с рыбными консервами	200	6,87	6,72	11,46	133,8	0,29	0,08	0,19	12	1,6	136,24	41,22	7,88	1,51	6	0,0026	0,002	0,025
294	Шницель рубл из курицы с соусом	90/50	17,42	16,74	16,26	174,88	0,9	0,2	0,16	53,8	0,82	182,00	80	22,2	1,13	61,97	0,0014	0,0036	0,33
309	Макаронные изд. отварные	150	5,51	4,51	26,44	168,45	0	0,055	0,1	0	0,125	4,86	37,17	7,12	0,5	30,3	0,008	0	0,002
631	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	35,8	142	1,8	0,009	0,02	0,01	0,2	5,4	3,4	2,9	0,8	109,8	0,007	0	0,1
ПР	Хлеб ржаной	85	6,17	1,7	61,85	216,97	0,1	0,107	0	29,75	0,65	17	53,21	38,25	0,22	17	0,022	0	0
	Итого:	835	36,38	29,7	152,38	839,7	3,56	0,466	0,47	95,56	3,395	350,6	224	80,55	4,175	228,87	0,0419	0,0056	0,46

*** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной
Москва.2004 г. Издательство "Хлебпродинформ"

*** Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011 год.

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 7 "

А. В. Булыгина

02 сентября 2024 год

Утверждаю:
ИП Грачева Т.С.
Т.С. Грачева
02 сентября 2024 год



**Примерное 10-ти дневное меню питания детей с диагнозом сахарный диабет 1 и 2 типа
для образовательной школы МБОУ "СОШ № 7" на 2024/2025 учебный год**

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

7 день

№ рец	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества (г)				Энерг. Ценность, ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У	К/кал		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
	Обед																			
71	Овощи свежие(огурец)	60	0,21	0,03	0,57	3,6	0,47	0,015	0,01	0	0	5,1	9	2,2	0,015	3,8	0,0009	0	0,003	
112	Суп с макар. изделиями, картофелем	200	2,05	4,22	17,55	87,2	3,86	0,074	0,12	0	0	23,6	46,18	9,04	1,33	78,5	0,0026	0,00029	0,02	
371	Рыба припущенная	100	18,4	12,6	0,2	212	0,15	0,2	0,2	124	2,5	158	379	13	3	158	0,01	0	1	
310	Картофель отварной	150	4,6	6,09	38,64	243,75	0	0,2	0,11	0	1,25	34,82	203,9	75,82	2,56	109,5	0,0016	0,0007	0,64	
639	Компот из с/ф б/с	200	0,6	0	31,4	119	0,02	0,05	0,9	6	0,3	0	0	2	0,3	0	0	0	0	
ПР	Хлеб ржаной	85	6,17	1,7	61,85	216,97	0,1	0,107	0	29,75	0,65	17	53,21	38,25	0,22	17	0,022	0	0	
	Итого:	795	32,03	24,64	150,21	882,52	4,6	0,646	1,34	159,8	4,7	238,52	691,3	140,31	7,425	366,8	0,0371	0,00099	1,663	

*** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной
Москва.2004 г. Издательство "Хлебпродинформ"

*** Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011 год.

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 7 "

А. В. Булыгина

02 сентября 2024 год

Утверждаю:
ИП Грачева Т.С.
Т.С. Грачева
02 сентября 2024 год



**Примерное 10-ти дневное меню питания детей с диагнозом сахарный диабет 1 и 2 типа
для образовательной школы МБОУ "СОШ № 7" на 2024/2025 учебный год**

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

8 день

№ рец	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																		
131	Горошек зеленый консервир. пром. произ-ва	60	0,96	0,91	4,71	44,76	0,91	0,017	0,02	4,2	0	7,62	9,75	0,14	0,022	0,53	0,0042	0,00001	0,005
98	Суп крестьянский с крупой	200	1,18	2,17	9,69	88,6	1,92	0,072	0,09	13,52	0	21,36	24,78	7,22	0,81	71,32	0,0035	0,00067	0,017
288	Курица отварная порционно с маслом сливочным	90,5	18,71	18,11	6,94	216,75	0,76	0,045	0,1	33,86	3,95	146,61	88,87	19,01	1,18	113,8	0,0011	0,0042	0,19
309	Макаронные изд. отварные	150	5,51	4,51	26,44	168,45	0	0,055	0,1	0	0,125	4,86	37,17	7,12	0,5	30,3	0,008	0	0,002
ПР	Хлеб ржаной	85	6,17	1,7	61,85	216,97	0,1	0,107	0	29,75	0,65	17	53,21	38,25	0,22	17	0,022	0	0
705	Напиток из шиповника б/с	200	0,4	0	15,6	88,03	0,07	0,07	0,8	27	0,1	0	0	0,5	0,1	0	0	0	0
	Итого:	790	32,93	27,4	125,23	823,56	3,76	0,366	1,11	108,3	4,825	197,45	213,8	72,24	2,832	232,95	0,0388	0,00488	0,214

*** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной
Москва. 2004 г. Издательство "Хлебпродинформ"

*** Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011 год.

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 7 "

А. В. Булыгина

02 сентября 2024 год

Утверждаю:
ИП Грачева Т.С.

02 сентября 2024 год



**Примерное 10-ти дневное меню питания детей с диагнозом сахарный диабет 1 и 2 типа
для образовательной школы МБОУ "СОШ № 7" на 2024/2025 учебный год**

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

9 день

№ рец	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценност ь, ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																		
71	Овощи свежие (помидор)	60	0,48	0,06	2,1	12	0,3	0,012	0,01	0	0	6	21	9	0,048	0,56	0,0023	0	0,012
82	Борщ со св. капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,7	4,9	13,08	87,7	3,45	0,048	0,05	13,52	0,84	70,7	43,68	20,01	0,98	148,24	0,0042	0,00021	0,024
259	Жаркое по-домашнему	200	12,51	17,67	28,94	307,14	3,72	0,019	0,07	385,6	0,91	144,85	135,1	38,54	2,41	109,14	0,002	0,009	0,99
ПР	Хлеб ржаной	85	6,17	1,7	61,85	216,97	0,1	0,107	0	29,75	0,65	17	53,21	38,25	0,22	17	0,022	0	0
631	Компот из св. яблок б/с	200	0,2	0	24,7	112	0,07	0,08	12	22	0,1	0	0	0	0,8	0	0	0	0
	Итого:	755	21,06	24,33	130,67	735,81	7,64	0,266	12,1	450,9	2,5	238,55	253	105,8	4,458	274,94	0,0305	0,00921	1,026

*** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной
Москва.2004 г. Издательство "Хлебпродинформ"

*** Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011 год.

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 7 "

А. В. Булыгина

02 сентября 2024 год

Утверждаю
ИП Грачева Т.С.

Т.С. Грачева
02 сентября 2024 год



**Примерное 10-ти дневное меню питания детей с диагнозом сахарный диабет 1 и 2 типа
для образовательной школы МБОУ "СОШ № 7" на 2024/2025 учебный год**

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

10 день

№ реп	Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность, ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Обед																		
71	Овощи свежие (помидор)	60	0,48	0,06	2,1	12	0,3	0,012	0,01	0	0	6	21	9	0,048	0,56	0,0023	0	0,012
88	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	200/10	2,46	0,74	10,83	151,8	3,63	0,068	0,11	16,9	0,625	87,9	49	22,13	1,83	133,13	0,003	0,007	0,045
268	Гуляш из говядины	50/50	14,85	15,78	12,87	275,02	0,29	0,072	0,84	70,32	0,86	138,81	109,92	20,19	1,51	77,22	0,0029	0,0069	0,87
305	Рис припущенный	150	3,93	4,29	36,66	159,95	0	0,024	0,02	0	0,05	2,41	60,6	17	0,51	40,24	0,0017	0,00001	0,005
631	Компот из св. яблок б/с	200	0,2	0	24,7	112	0,07	0,08	12	22	0,1	0	0	0	0,8	0	0	0	0
ПР	Хлеб ржаной	85	6,17	1,7	61,85	216,97	0,1	0,107	0	29,75	0,65	17	53,21	38,25	0,22	17	0,022	0	0
	Итого:	805	21,92	20,87	87,16	710,77	4,29	0,256	13	109,2	1,635	235,12	240,5	68,32	4,698	251,15	0,0099	0,01391	0,932

*** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной
Москва.2004 г. Издательство "Хлебпродинформ"

*** Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях. Москва 2011 год.