

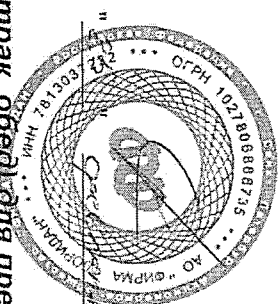
"СОГЛАСОВАНО"

" УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 45 Угледобрынского района с/п/пением французского языка имени Жака-Ива Кусто Василеоскоровского района Санкт-Петербурга

Т.Р. Берлина

Т.А. Таврова  
2021 г.



**Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (для сырьевых столовых)**

Сборник рецептов	№ техноло.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	12,3	14,8	24,5	265,0
2011	71/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,8	0,1	9,0	17
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	10,0	40,2
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,8	0,4	29,8	97
Итого за прием пищи:			500	15,5	15,9	83,6	471,6
<b>Обед</b>							
к/к	к/к	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ*	60	0,5	5,4	10,6	80
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,1	4,3	5,1	66
2008	314	БИТОЧКИ РУБЕЖНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	13,0	6,7	12,1	181
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,0	4,0	11,4	78
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,6	0,2	28,6	67
к/к	к/к	ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ В ИНД УПАК	20	6,2	3,7	25,9	123,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:			785	26,9	25,2	116,7	709,4
Всего за день:				42,4	41,1	200,3	1 181,0
<b>2 День</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,8	8,6	16,5	137
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20/20	2,8	1,5	19,2	122
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,0	14,8	102
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД УПАК ЖИРН 2,5%	100	2,0	2,5	23,0	127

		Итого за прием пищи:		Обед					
		510	15,9	16,2	83,8			541,1	
2008/2011	417/1/1	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОГО ДО 28.02/ ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03	60	1,4	3,3	5,7	44		
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ И КУРОЙ	200/10	5,9	7,8	19,1	124,8		
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	9,7	6,4	10,1	164,0		
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	5,4	20,3	141,0		
2008	402	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	180	0,5	0,1	28,5	118,0		
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за прием пищи:			740	24,1	23,9	106,7	705,4		
Всего за день:				40,0	40,1	190,5	1 246,5		

		Итого за прием пищи:		Обед					
		500 <th>15,5 <th>15,8 <th>81,2 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">482,2</td> </th></th></th>	15,5 <th>15,8 <th>81,2 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">482,2</td> </th></th>	15,8 <th>81,2 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">482,2</td> </th>	81,2 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">482,2</td>			482,2	
<b>3 день</b>									
<b>Завтрак</b>									
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,9	8,8	18,9	173		
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,6	5,2	12,9	116		
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,2	22,4	85		
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	85	0,2	0,0	16,7	56		
Итого за прием пищи:			500	15,5	15,8	81,2	482,2		

		Итого за прием пищи:		Обед					
		60 <th>1,0 <th>7,6 <th>7,8 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">73,0</td> </th></th></th>	1,0 <th>7,6 <th>7,8 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">73,0</td> </th></th>	7,6 <th>7,8 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">73,0</td> </th>	7,8 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">73,0</td>			73,0	
<b>Обед</b>									
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОГО *	60	1,0	7,6	7,8	73,0		
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,8	6,2	8,9	97		
2008	280	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	90	13,4	7,6	8,7	175		
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191		
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	22,0	92,7		
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2		
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за прием пищи:			735	26,8	27,4	101,7	742,3		
Всего за день:				42,3	43,2	182,9	1 224,5		

		Итого за прием пищи:		Обед					
		505 <th>19,0 <th>15,9 <th>72,7 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">526,5</td> </th></th></th>	19,0 <th>15,9 <th>72,7 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">526,5</td> </th></th>	15,9 <th>72,7 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">526,5</td> </th>	72,7 <td colspan="2"></td> <td colspan="2">526,5</td>			526,5	
<b>4 день</b>									
<b>Завтрак</b>									
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	14,3	11,8	21,7	183		
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/20/	1,1	0,7	7,5	122		
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0,0	10,2	41,8		
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
к/к	к/к	МОГУРТ В ИНДУПАК. ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,8	23,0	127		
Итого за прием пищи:			505	19,0	15,9	72,7	526,5		
<b>Обед</b>									
2011	52/к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОГО, ФИЛЕ СЕЛЬДИ	60/20	3,3	6,1	5,0	59,1		
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ	200	3,0	4,2	10,2	103		
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,2	15,8	36,7	364		
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ,ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,6	0,2	28,6	67		

к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
		Итого за прием пищи:	710	26,6	27,2	103,5	706,5
		Итого за день:		45,6	43,1	176,2	1 233,0

### 5 день

<b>Завтрак</b>							
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,4	4,9	24,8	174
к/к	к/к	ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ	50	8,3	8,8	1,1	121
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,0	14,8	102
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,9	0,2	18,1	63
		Итого за прием пищи:	520	17,9	17,5	69,1	512,8

### Обед

2008/2011	40/712	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ ДО 28.02/ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03	60	1,0	3,1	8,4	49
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	200/10	5,1	1,4	22,7	148,4
1996	394	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИННОЙ	200	16,7	19,6	23,4	344,0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С	180	0,1	0,1	25,1	51,2
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
		Итого за прием пищи:	700	26,4	25,1	102,6	706
		Итого за день:		44,3	42,6	171,7	1 219,0

### 6 день

<b>Завтрак</b>							
2011	183	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,6	8,5	8,4	157,0
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,6	5,2	12,9	116
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,2	22,4	84,8
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,8	0,4	29,8	97
		Итого за прием пищи:	510	16,8	15,9	83,8	507,3

### Обед

2008/к/к	51/к/к	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ ДО 28.02 /САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ С 01.03	60	0,5	6,0	2,6	61
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,2	4,1	6,2	67,0
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	90/20	9,8	8,1	3,9	97,0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191,0
2008	439	НАПИТОК ИЗ ДЖЕМА ЧЕРНОСМОРОДИНОВОГО	180	0,1	0,0	24,1	67
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ В ИНДУТАК	20	6,2	3,7	25,9	123,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
		Итого за прием пищи:	805	26,8	27,6	117,0	720,4
		Итого за день:		43,6	43,5	200,8	1 227,7

## 7 день

		Завтрак										
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,0	13,3	13,9	166,0					
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕННЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,2	0,1	10,8	85,0					
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	10,0	40,2					
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4					
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНДУПАК ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,5	23,0	127					
			510	15,8	16,5	68,0	470,6					
			Итого за прием пищи:									
			Обед									
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧУДАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ ДО 28.02 ЛИКРА	60	4,0	3,5	5,3	45					
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБЕЙ	200/10	3,1	3,9	11,9	78,0					
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЦОВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	11,8	11,5	16,6	191					
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,7	4,6	38,5	209,0					
2008	402	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	180	0,0	0,0	8,7	118,0					
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2					
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4					
			740	26,1	24,4	104,0	754,6					
			Итого за прием пищи:									
			Всего за день:									
			41,9									
			40,9									
			172,0									
			1 225,2									

## 8 день

		Завтрак										
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	12,3	14,8	24,5	252,0					
2011	71/2	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,4	0,0	9,0	17					
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4					
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,0	14,8	102,4					
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,9	0,2	18,1	63					
			500	18,9	18,6	76,7	486,8					
			Итого за прием пищи:									
			Обед									
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ *	60	1,0	7,6	8,1	73,0					
2008	91	РАССОЛЫНИК ДЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,0	5,1	14,6	110,5					
2008	284/364	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС ТОМАТНЫЙ	90/20	14,3	8,9	17,6	251,8					
к/к	к/к	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,8	5,0	15,2	89,6					
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЮЛКОВ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,1	23,5	67					
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2					
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4					
			755	23,7	27,6	102,0	705,5					
			Итого за прием пищи:									
			42,6									
			46,2									
			178,7									
			1 192,3									

		Завтрак									
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,4	4,9	24,8	174				
2010	240	ПТИЦА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	50	12,3	10,5	20,6	176				
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0,0	10,2	42				
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4				
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	85	0,2	0,0	16,7	76				

## 9 день

		Завтрак									
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,4	4,9	24,8	174				
2010	240	ПТИЦА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	50	12,3	10,5	20,6	176				
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0,0	10,2	42				
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4				
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	85	0,2	0,0	16,7	76				

		Итого за прием пищи:									
		Обед									
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ*	60	2,0	4,3	4,1	56				
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,2	4,8	21,3	155,2				
2008	243	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	90	10,3	9,9	24,1	189				
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	5,4	20,3	141,0				
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С	180	0,1	0,1	12,1	51,2				
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2				
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4				
			Итого за прием пищи:		23,2	25,4	104,9	706,0			
			Итого за прием пищи:		40,7	41,4	187,5	1 226,2			
<b>10 день</b>											
<b>Завтрак</b>											
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,2	7,1	12,6	113				
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,6	5,2	12,9	116				
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,2	22,4	85				
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4				
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНДУПАК. ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,8	23,0	127				
			Итого за прием пищи:		15,6	16,9	81,2	493,2			
<b>Обед</b>											
2011	52/29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60/20	3,1	6,7	5,8	84,0				
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,2	3,2	11,3	87				
к/к	к/к	ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	90	9,3	8,1	16,0	185				
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191,0				
2008	439	НАПИТОК ИЗ ВРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,6	0,2	28,6	67				
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2				
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4				
			Итого за прием пищи:		26,2	23,9	116	727,6			
			Итого за 10 дней завтраков:		41,8	40,8	197,2	1 220,8			
			Итого за 10 дней обедов:		168,4	165,2	806,4	5 012,3			
			Итого за 10 дней:		256,8	257,7	1 075,1	7 183,9			
			Среднее значение за период:		425,2	422,9	1 857,8	12 196,2			
			Содержание белков,жиров,углеводов за 10 дней в % от калорийности:		43	42	186	1220			
					14	31	61				

- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб, 2008. Под редакцией Куткиной М.Н.
  - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Делти принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тугельяна В.А.
  - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей. Сборник технических нормативов. Москва, Делти принт, 2010. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П.,
  - Сборник технических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Москва, Хлебпродинформ, 1996 г
  - \* - с 01.03 - лук репчатый в блюдах заменяется на лук зеленый
- Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.