



Утверждаю
Генеральный директор ООО "БАЗА"МАРИЯ"
/ Е.К.Россошанский /



Согласовано
Директор ГБОУ № 460

А.А.А. / *Лигурица И.И.*

ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД) ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВОЗРАСТЕ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
*САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	1,8	5,1	2,6	67,0	20	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	250/20	5,2	3,9	30,0	170,0	81	2012
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	120	16,0	11,1	18,1	224,0	ТТК№ 239	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	3,9	6,2	26,0	175,0	335	2008
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	1,0	0,3	20,0	86,5	442	2008
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,0	4,0	34,6	178,4	ТК№-018	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	2,7	1,5	17,3	78,0	ТТК№-7	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	10,0	47,0	368	2012
Итого за прием пищи:	1320	44,3	40,3	206,4	1 338,7		
Всего за день:		44,3	40,3	206,4	1 338,7		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
*САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100	0,9	5,3	10,4	95,2	60	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	250/15/5	5,9	6,9	11,8	162,9	67	2012
СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ	120	8,6	9,7	6,5	114,7	ТТК№-261	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	230	10,2	6,4	42,2	241,5	ТТК№-330	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	1,0	1,2	22,0	81,0	ТТК№-131	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	2,7	1,5	17,3	78,0	ТТК№-7	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141,0	464	2008
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	1,0	0,2	8,0	43,0	ТТК№-19	
Итого за прием пищи:	1385	44,2	41,1	192,6	1 270,1		
Всего за день:		44,2	41,1	192,6	1 270,1		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,4	5,2	8,1	84,9	33	2012
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, МЯСОМ И ЗЕЛЕНЬЮ	250/15	7,1	7,6	12,2	135,6	ТТК№-90	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	120	10,0	13,0	15,9	205,0	ТТК№-312	
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	200	2,3	3,7	44,4	155,7	ТТК№-348	
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,3	20,0	86,5	442	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	3,6	2,0	23,0	103,7	ТТК№-8	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
ЗЕФИР	35	0,3	0,1	42,1	107,4	ТТК№-34	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША СВЕЖАЯ)	100	0,4	0,4	9,5	45,0	ТТК№-003	
Итого за прием пищи:	1355	36,4	40,1	223,0	1 236,6		
Всего за день:		36,4	40,1	223,0	1 236,6		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
*САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,6	5,0	8,0	83,0	40	2008
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ	250/15/5	7,1	7,1	18,8	200,7	ТТК№-91	
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	120	12,2	11,8	21,5	195,2	272	2008
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	200	3,7	3,3	27,3	115,6	125	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,8	0,3	20,0	101,0	441	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	2,7	1,5	17,3	78,0	ТТК№-7	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,0	4,0	34,6	178,4	ТК№-018	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	10,0	47,0	368	2012
Итого за прием пищи:	1320	41,8	41,2	205,3	1 311,7		
Всего за день:		41,8	41,2	205,3	1 311,7		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
*ВИНЕГРЕТ МОРСКОЙ	100	1,2	8,8	9,1	121,7	ТТК 53	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	250/10/5	3,9	4,8	9,6	91,6	95	2008
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	120	10,8	8,4	20,4	246,0	ТТК№-280	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	6,7	5,6	17,8	109,0	ТТК№-346	
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	1,0	0,3	20,0	86,5	442	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	2,7	1,5	17,3	78,0	ТТК№-7	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141,0	464	2008
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	1,0	0,2	8,0	43,0	ТТК№-19	
Итого за прием пищи:	1350	41,2	39,5	176,6	1 229,6		
Всего за день:		41,2	39,5	176,6	1 229,6		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
*САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЬЮ	100	1,7	3,0	9,5	72,0	35	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ, КРУПОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	250/15	6,4	9,2	21,8	173,3	ТТК№-90	
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	120	11,0	12,2	15,0	154,0	306	2012
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	200	2,6	7,8	17,8	185,0	ТТК№-350	
НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	7,8	30,9	ТТК№-440	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	3,6	2,0	23,0	103,7	ТТК№-8	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
ЗЕФИР	35	0,3	0,1	42,1	107,4	ТТК№-34	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН)	100	1,6	0,6	20,0	96,0	ТТК№-20	
Итого за прием пищи:	1350	37,5	42,7	204,8	1 235,1		
Всего за день:		37,5	42,7	204,8	1 235,1		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,4	5,2	8,1	84,9	33	2012
БУЛЬОН С ЛАПШОЙ,ЗЕЛЕНЬЮ И ПТИЦЕЙ	250/10	4,5	2,0	16,3	132,5	110	2012
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	120	14,0	13,6	22,8	143,8	ТТК№-255	
РИС ОТВАРНОЙ	250	5,1	8,8	36,4	326,4	325	2008
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,3	20,0	86,5	442	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	2,7	1,5	17,3	78,0	ТТК№-7	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,0	4,0	34,6	178,4	ТК№-018	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	10,0	47,0	368	2012
Итого за прием пищи:	1360	42,4	43,6	213,3	1 390,3		
Всего за день:		42,4	43,6	213,3	1 390,3		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	0,8	0,0	1,8	13,0	ТТК№-017	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ	250/10	6,7	6,7	24,0	117,5	ТТК№-91	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	320	13,7	18,1	26,1	631,1	258	2008
НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	7,8	30,9	ТТК№-440	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	2,7	1,5	17,3	78,0	ТТК№-7	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
ЗЕФИР	35	0,3	0,1	42,1	107,4	ТТК№-34	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	1,0	0,2	8,0	43,0	ТТК№-19	
Итого за прием пищи:	1330	35,5	34,4	174,9	1 333,7		
Всего за день:		35,5	34,4	174,9	1 333,7		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
* САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	1,0	3,8	6,2	90,0	41	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	250/15/5	5,6	5,6	17,3	156,9	76	2008
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	120	9,6	6,4	22,0	160,0	231	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	3,9	6,2	26,0	175,0	335	2008
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	1,0	0,3	20,0	86,5	442	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	3,6	2,0	23,0	103,7	ТТК№-8	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141,0	464	2008
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША СВЕЖАЯ)	100	0,4	0,4	9,5	45,0	ТТК№-003	
Итого за прием пищи:	1375	39,0	34,6	198,4	1 270,9		
Всего за день:		39,0	34,6	198,4	1 270,9		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
*САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	1,4	5,1	7,9	85,0	ТТК№-30	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И РЫБОЙ	250/20	6,1	3,0	21,0	135,0	ТТК№- 92	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	120	10,0	13,0	15,9	205,0	ТТК№-312	
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	200	3,3	5,6	24,4	217,3	ТТК№-140	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	11,5	47,3	ТТК№-44	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	2,7	1,5	17,3	78,0	ТТК№-7	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,0	4,0	34,6	178,4	ТК№-018	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	10,0	47,0	368	2012
Итого за прием пищи:	1345	37,3	40,5	190,4	1 305,8		
Всего за день:		37,3	40,5	190,4	1 305,8		

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,4	5,2	8,1	84,9	33	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	250/15/5	5,9	6,9	11,8	162,9	67	2012
БИТОЧКИ ОСОБЫЕ	120	13,2	13,2	24,0	258,0	ТТК№-271	
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	200	4,4	5,9	25,4	172,6	124	2008
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,3	20,0	86,5	442	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	2,7	1,5	17,3	78,0	ТТК№-7	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141,0	464	2008
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	1,0	0,2	8,0	43,0	ТТК№-19	
Итого за прием пищи:	1355	43,5	43,1	189,0	1 339,7		
Всего за день:		43,5	43,1	189,0	1 339,7		

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	0,8	0,0	1,8	13,0	ТТК№-017	
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/15/5	5,4	7,9	17,2	174,7	65	2014
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	120	10,0	9,2	8,0	177,5	256	2008
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	200	3,9	7,8	17,8	170,0	ТТК№-350	
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА	200	0,2	0,1	25,7	102,8	ТТК№-48	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	3,6	2,0	23,0	103,7	ТТК№-8	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	80	6,5	4,0	41,0	228,0	ТТК№-11	
ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 %	150	3,8	3,8	6,8	84,8	ТТК№-435	
ЗЕФИР	35	0,3	0,1	42,1	107,4	ТТК№-34	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН)	100	1,6	0,6	20,0	96,0	ТТК№-20	
Итого за прием пищи:	1360	36,1	35,5	203,4	1 257,9		
Всего за день:		36,1	35,5	203,4	1 257,9		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	479,1	476,4	2 362,3	15 520,1
Среднее значение за период	39,9	39,7	196,9	1 293,3

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Обед
12-18 лет	1352,5

*Допускаются сезонная замена в поставке фруктов, овощей и напитков. В салат овощи урожая прошлого года (капусту, корнеплоды и др.) в период с 1 марта будут использоваться только после термической обработке, лук репчатый будет заменен на лук зеленый и будут произведены замены на свежие помидоры и огурцы.

При составлении меню использована следующая литература:

1. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб. Речь, 2008.-800 страниц.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания в дошкольных организациях /под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. М. ДеЛи принт, 2012.-584 с.
3. Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, Уфа 2014 год.
4. В исключительных случаях допускается замена одних продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности, и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.
4. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна .- М.: ДеЛи плюс , 2017.-544с.