

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 2A9E23794A8C7CBB6937EF9DD49D2032
Владелец: Генрих Марина Николаевна
Действителен: с 30.03.2024 до 23.06.2025

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ «Детский сад №242»
от «02» декабря 2024 № 200 - осн
М.Н. Генрих



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
МАДОУ «Детский сад №242»
для категории: детский сад

Утверждаю:
Заведующая _____ Генрих М.Н.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Д/с МАДОУ "Детский сад №242"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК							
	Суп молочный с макаронными изделиям	150	4,00	6,10	28,69	185,72	171п/1
	Хлеб с маслом	26	1,63	4,41	9,68	84,93	100п/1
	Кофейный напиток на сух молоке	180	4,81	4,53	15,64	122,59	514п/1
	Фрукты свежие	100	0,40		9,80	40,80	118п/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	456	11	15	64	434	
ОБЕД							
	Горошек зеленый консервированный от	50	1,55		3,25	19,20	331п/6
	Солянка домашняя с говядиной со смет:	180	3,05	7,02	12,38	124,90	140п/1
	Плов из отварной говядины	200	14,82	18,32	37,91	375,70	375п/5
	Кисель из кураги	180	0,01		14,68	58,75	521п/1
	Хлеб пшеничный обед	30	2,40	0,30	14,40	69,90	114/1
	Хлеб ржаной обед	30	2,40	0,30	13,50	66,30	115/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	24	26	96	715	
ПОЛДНИК							
	Гребешок из дрожжевого теста	50	4,65	5,77	28,33	183,76	592п/1
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	12,12	54,28	537п/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	6	6	40	238	
УЖИН							
	Рулет картофельный с яйцом	220	4,14	8,95	28,05	209,27	210п/1
	Кефир	180	5,22	4,50	7,20	90,18	535п/1
	Хлеб пшеничный ужин	30	2,40	0,30	14,40	69,90	114/1
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,00	44,20	115/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	13	14	59	414	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1826	54	61	259	1800	

Утверждаю:
Заведующая _____ Генрих М.Н.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Д/с МАДОУ "Детский сад №242"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК							
	Запеканка из творога	110	11,91	9,56	18,03	205,73	319п/1
	Соус молочный сладкий	40	1,88	1,87	7,66	55,06	224/1
	Бутерброды с сыром и маслом сливочное	41	2,14	7,16	8,70	107,75	97п/1
	Какао с молоком	180	2,18	3,94	15,85	107,57	508п/1
	Фрукты свежие	100	0,40		9,80	40,80	118п/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	471	19	23	60	517	
ОБЕД							
	Икра кабачковая	50	0,95		3,85	19,20	120п/1
	Суп "Московский" со сметаной и говядиной	180	5,48	6,38	10,95	123,08	160п/1
	Тефтели из говядины	70	6,13	12,66	9,69	177,25	394п/1
	Свекла, тушеная со сливочным маслом	130	1,92	2,69	10,85	75,27	196/1
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,27		15,50	63,08	644/1
	Хлеб пшеничный обед	30	2,40	0,30	14,40	69,90	114/1
	Хлеб ржаной обед	30	2,40	0,30	13,50	66,30	115/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	20	22	79	594	
ПОЛДНИК							
	Печенье	50	0,38	0,59	44,94	186,57	609п/5
	Молоко кипяченое	200	2,16	4,40	8,80	83,44	534п/5
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	3	5	54	270	
УЖИН							
	Котлеты рыбные	70	6,96	5,48	8,50	111,11	351п/1
	Картофельное пюре	150	3,18	3,39	22,35	132,58	434п/1
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,20	0,04	7,19	29,85	505п/1
	Хлеб пшеничный ужин	30	2,40	0,30	21,60	98,70	114/1
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,90	47,80	115/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	14	9	70	420	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1841	55	59	262	1801	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3							
ЗАВТРАК							
	Каша пшеничная молочная вязкая	150	4,92	5,88	28,25	185,66	264/1
	Бутерброды с маслом	26	1,63	2,88	11,59	78,78	100п/1
	Чай с молоком	180	1,79	1,36	14,01	75,41	507п/5
	Фрукты свежие	100	0,40		9,80	40,80	118п/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	456	9	10	64	381	
ОБЕД							
	кукуруза консервированная отварная	50	1,10	0,20	6,16	30,84	331п/6
	Борщ с капустой и картофелем с говяди	180	6,53	6,30	11,24	127,84	133п/1
	Рулет из курицы с яйцом (паровой)	80	9,07	21,13	6,50	252,38	391п/1
	Пюре из гороха	130	3,87	2,43	27,05	145,58	422п/1
	Кисель плодово-ягодный	180	0,05	0,03	9,81	39,65	516п/1
	Хлеб пшеничный обед	30	2,40	0,30	14,40	69,90	114/1
	Хлеб ржаной обед	30	2,40	0,30	13,50	66,30	115/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	25	31	89	732	
ПОЛДНИК							
	Булочка "Веснушка"	50	5,24	6,00	35,02	214,93	578п/1
	Сок яблочный	200	1,00	0,20	20,20	86,60	537п/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	6	6	55	302	
УЖИН							
	Запеканка морковная	150	2,86	5,55	16,00	125,28	217/1
	Соус молочный сладкий	60	1,13	2,26	11,05	69,02	224/1
	варенец	200	5,80	5,00	8,20	101,00	535п/1
	Хлеб пшеничный ужин	20	1,60	0,20	9,60	46,60	114/1
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,00	44,20	115/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	13	13	54	386	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1836	53	60	261	1801	

Утверждаю:
Заведующая _____

Генрих М.Н.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Д/с МАДОУ "Детский сад №242"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4							
ЗАВТРАК							
	Пудинг из творога с рисом	110	15,45	13,23	21,71	267,67	324п/5
	Соус молочный сладкий	40	1,14	2,31	8,13	57,91	224/1
	Бутерброды с сыром и маслом сливочным	41	2,83	7,54	10,65	121,77	97п/1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,31	2,71	13,65	88,26	514п/1
	Фрукты свежие	100	0,40		14,70	60,40	118п/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	471	22	26	69	596	
ОБЕД							
	Горошек зеленый консервированный от	50	0,31		3,25	14,24	331п/6
	Щи из свежей капусты с картофелем гов	180	4,26	4,10	10,39	95,61	147п/1
	Гуляш из говядины	70	5,61	9,55	5,38	129,87	373п/1
	Картофельное пюре	130	2,84	2,46	25,07	133,78	434п/1
	Компот из плодов и ягод сушеных	180	0,27		15,50	63,08	531п/5
	Хлеб пшеничный обед	30	2,40	0,30	17,28	81,42	114/1
	Хлеб ржаной обед	30	2,40	0,30	16,20	77,10	115/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	18	17	93	595	
ПОЛДНИК							
	Булочка "Домашняя"	50	3,71	4,30	31,18	178,25	583п/1
	Молоко кипяченое	200	2,84	3,70	11,09	88,96	534п/5
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	7	8	42	267	
УЖИН							
	Рагу из овощей	180	2,57	5,81	18,16	135,31	202/1
	Чай с сахаром,	180	0,15	0,04	8,43	34,66	503п/1
	Яйцо вареное	40	0,48	4,04	0,29	39,42	306/1
	Хлеб пшеничный ужин	30	2,40	0,30	17,28	81,42	114/1
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	10,80	51,40	115/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	7	10	55	342	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1841	54	61	259	1801	

Утверждаю:
Заведующая _____ Генрих М.Н.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Д/с МАДОУ "Детский сад №242"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная жидкая	150	5,48	7,25	21,60	173,66	268п/1
	Бутерброды с маслом	26	0,67	5,60	9,67	91,76	100п/1
	Какао с молоком	180	3,18	4,16	13,93	105,83	508п/1
	Фрукты свежие	100	0,40		9,80	40,80	118п/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	456	10	17	55	412	
ОБЕД							
	Икра кабачковая	50	0,86		3,08	15,74	120п/1
	Суп картофельный с клецками	180	4,02	10,95	10,65	157,21	151п/5
	Печень говяжья по-строгановски	70	11,26	9,30	6,61	155,28	403п/5
	Каша перловая рассыпчатая	130	4,37	3,66	30,50	172,43	258п/1
	Компот из кураги и чернослива	180	0,18	0,56	12,58	56,12	531п/1
	Хлеб пшеничный обед	30	2,40	0,36	14,40	70,44	114/1
	Хлеб ржаной обед	30	2,40	0,36	16,20	77,64	115/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	25	25	94	705	
ПОЛДНИК							
	Вафли	50	0,64	1,96	44,61	198,62	607п/1
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60	537п/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	2	2	65	285	
УЖИН							
	Фрикадельки рыбные	80	12,22	7,85	9,27	156,67	353п/1
	Маринад овощной с томатом	150	1,92	6,54	9,91	106,13	601/1
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,22	0,04	9,19	37,98	505п/1
	Хлеб пшеничный ужин	20	1,28	0,22	10,56	49,34	114/1
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,90	47,80	115/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	17	15	49	398	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1826	54	59	263	1800	

Утверждаю:
Заведующая _____ Генрих М.Н.

Менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: Д/с МАДОУ "Детский сад №242"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК							
	Каша Геркулесовая молочная жидкая	150	6,36	6,84	21,56	173,30	272п/1
	Хлеб с маслом	26	1,65	4,03	9,67	81,53	100п/1
	Чай с молоком	180	1,77	1,36	11,67	65,98	507п/5
	Фрукты свежие	100	0,40		9,80	40,80	118п/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	456	10	12	53	362	
ОБЕД							
	Горошек зеленый консервированный от	50	1,55		3,25	19,20	331п/6
	Суп с рыбными консервами	180	6,59	8,36	9,06	137,82	159п/1
	Бифштекс рубленый паровой	70	7,50	13,56	9,56	190,22	376п/1
	Макаронные изделия отварные	130	5,17	3,10	25,72	151,48	297п/1
	Кисель из кураги	180	0,01		14,68	58,75	521п/1
	Хлеб пшеничный обед	30	2,40	0,30	20,16	92,94	114/1
	Хлеб ржаной обед	30	2,40	0,30	18,90	87,90	115/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	26	26	101	738	
ПОЛДНИК							
	Булочка "Дорожная"	50	4,56	5,43	34,18	203,86	584п/1
	Молоко кипяченое	200	3,48	4,73	9,46	94,34	534п/5
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	8	10	44	298	
УЖИН							
	Сложный гарнир (картофель отварной с	170	3,54	7,18	19,21	155,56	439п/5
	Яйцо вареное	40	2,38	4,04	0,24	46,84	306/1
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60	537п/1
	Хлеб пшеничный ужин	30	2,40	0,30	14,40	69,90	114/1
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,00	44,20	115/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	460	11	12	63	403	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1836	55	60	261	1801	

Утверждаю:
Заведующая _____ Генрих М.Н.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Д/с МАДОУ "Детский сад №242"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК							
	Каша ячневая молочная вязкая	150	2,22	6,00	22,60	153,29	261п/1
	Бутерброды с сыром и маслом сливочным	41	1,60	8,27	9,67	119,56	97п/1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,21	3,43	14,63	98,26	514п/1
	Фрукты свежие	100	0,40		9,80	40,80	118п/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	471	6	18	57	412	
ОБЕД							
	Икра кабачковая	50	0,95		3,85	19,20	120п/1
	Рассольник "Ленинградский" с мясом и	180	4,16	8,00	17,01	156,59	139п/1
	Жаркое по-домашнему с суб. прод	200	7,23	7,27	16,88	161,84	374п/1
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,27		14,71	59,88	644/1
	Хлеб пшеничный обед	30	0,96	0,30	14,40	64,14	114/1
	Хлеб ржаной обед	30	2,40	0,30	13,50	66,30	115/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	16	16	80	528	
ПОЛДНИК							
	Пряники	50	0,96	1,40	58,28	249,54	308п/1
	варенец	200	5,80	5,50	8,20	105,50	535п/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	7	7	66	355	
УЖИН							
	Сырники из творога запеченные*	150	19,28	16,62	22,57	316,97	327п/1
	Соус молочный сладкий	60	1,41	2,31	6,68	53,20	224/1
	Напиток из шиповника	200	0,20		10,88	44,35	538п/1
	Хлеб пшеничный ужин	20	1,60	0,20	9,60	46,60	114/1
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,00	44,20	115/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	24	19	59	505	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1841	53	60	262	1800	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3							
ЗАВТРАК							
	макаронные изделия в молоке	150	5,64	5,44	29,73	190,51	171п/1
	Бутерброды с маслом	26	0,66	1,61	11,61	63,58	100п/1
	Какао с молоком	180	1,53	1,17	13,96	72,46	508п/1
	Фрукты свежие	100	0,40		9,80	40,80	118п/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	456	8	8	65	367	
ОБЕД							
	кукуруза консервированная отварная	50	0,55	0,20	5,60	26,40	331п/6
	Свекольник на бульоне со сметаной	180	2,78	5,12	8,83	92,47	136п/1
	Котлеты, куриные припущенные	70	10,34	17,33	10,80	240,48	417п/5
	Капуста тушеная	130	2,39	5,35	8,67	92,50	428п/1
	Кисель плодово-ягодный	180	0,05	0,03	11,14	45,04	516п/1
	Хлеб пшеничный обед	30	2,40	0,30	20,16	92,94	114/1
	Хлеб ржаной обед	30	2,40	0,30	16,20	77,10	115/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	21	29	81	667	
ПОЛДНИК							
	Ватрушка с творогом	50	6,46	5,56	36,85	223,10	560п/1
	снежок	200	2,16	4,00	17,28	113,76	535п/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	9	10	54	337	
УЖИН							
	Тефтели рыбные	70	7,90	2,27	8,09	84,42	366/1
	Овощи тушеные с томатом	130	1,40	1,94	7,16	51,68	601/1
	Яйцо вареное	40	2,86	8,08	0,48	86,06	306/1
	Сок яблочный	200	1,00	0,20	20,20	86,60	537п/1
	Хлеб пшеничный ужин	20	1,60	0,20	13,44	61,96	114/1
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	12,60	58,60	115/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	480	16	13	62	429	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1856	54	59	263	1800	

Утверждаю:
Заведующая _____ Генрих М.Н.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Д/с МАДОУ "Детский сад №242"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4							
ЗАВТРАК							
	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,51	5,41	20,25	147,74	274п/1
	Бутерброды с сыром и маслом сливочнѳ	41	3,85	9,00	9,67	135,15	97п/1
	Напиток из шиповника	180	0,17		10,80	43,87	538п/1
	Фрукты свежие	100	0,40		9,80	40,80	118п/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	471	9	14	51	368	
ОБЕД							
	Горошек зеленый консервированный от	50	1,55		3,25	19,20	331п/6
	Суп с лапшой с говядиной	180	6,12	6,09	26,08	183,52	163п/5
	Азу из говядины	70	8,08	12,59	5,13	166,03	370п/1
	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,75	4,00	20,85	138,39	243п/1
	Компот из кураги и чернослива	180	0,16	0,49	14,01	61,07	531п/1
	Хлеб пшеничный обед	30	2,40	0,30	17,28	81,42	114/1
	Хлеб ржаной обед	30	2,40	0,30	16,20	77,10	115/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	25	24	103	727	
ПОЛДНИК							
	Калач на сметане	50	4,19	7,05	29,27	197,17	569п/1
	Молоко кипяченое	200	5,67	5,54	12,01	120,62	534п/5
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	10	13	41	318	
УЖИН							
	Запеканка картофельная с овощами	180	4,92	6,56	34,20	215,40	240п/1
	Соус сметанный	50	0,57	2,74	2,78	38,17	451п/2
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,22	0,04	10,69	43,97	505п/1
	Хлеб пшеничный ужин	20	1,60	0,20	9,60	46,60	114/1
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	9,00	44,20	115/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	9	10	66	388	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1841	53	61	261	1800	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК							
	Каша "Дружба"	150	5,45	5,76	22,81	164,91	266п/1
	Бутерброды с маслом	26	1,65	4,79	9,67	88,42	100п/1
	Какао с молоком	180	4,12	3,28	15,28	107,12	508п/1
	Фрукты свежие	100	0,40		9,80	40,80	118п/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	456	12	14	58	401	
ОБЕД							
	Икра кабачковая	50	0,95		3,85	19,20	120п/1
	Суп гороховый с говядиной и сметаной	180	5,55	8,14	17,32	164,66	149п/1
	Картофельная запеканка с печенью	180	12,04	9,77	30,50	258,08	382п/1
	Компот из плодов и ягод сушеных	180	0,27		16,50	67,07	531п/5
	Хлеб пшеничный обед	30	2,40	0,30	14,40	69,90	114/1
	Хлеб ржаной обед	30	2,40	0,30	13,50	66,30	115/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	650	24	19	96	645	
ПОЛДНИК							
	Печенье	50	1,50	5,90	44,94	238,86	609п/5
	Йогурт	200	3,40	5,00	11,00	102,60	536п/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	5	11	56	341	
УЖИН							
	Пудинг овощной	170	6,03	10,42	16,29	183,01	242п/5
	Соус томатный	40	0,63	1,95	3,22	33,05	462п/1
	Чай с сахаром,	180	0,17	0,04	9,04	37,20	503п/1
	Хлеб пшеничный	20	0,80	0,20	11,52	51,08	114/1
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,20	10,80	51,40	115/1
	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,36	306/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	14	17	51	412	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1826	54	60	261	1800	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	18370	540	600	2611	18005	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1837	54	60	261	1801	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		12	30	58		

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 1 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений (г.Пермь) Уральский региональный центр питания, 2013 год. Под редакцией А.Я.Первалова.