



Директор МБОУ «Новожи́зненская СШ»  
*Светлана С.Н. Метеркина*

01.09.2025



Утверждаю  
Директор ООО «Славия»  
Озрокова Ю.М.

01.09.2025

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием (завтрак + полдник) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей - инвалидов возрастной группы 7-11 лет МОУ

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

**1 день**

| Прием пищи, наименование блюда    | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                    |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Каша вязкая молочная рисовая №174 | 200          | 5.6              | 10.6        | 40.7         | 275.0                         | 174         | 2011             |
| Фрукты свежие (яблоко) №338       | 100          | 0.4              | 0.4         | 9.5          | 45.6                          | 338         | 2011             |
| Хлеб пшеничный                    | 40           | 3.0              | 0.2         | 19.5         | 91.9                          | ТТК № 6     |                  |
| Чай с сахаром каркаде № 685       | 200/15       | 0.2              | 0.0         | 15.0         | 60.5                          | 685         | 2004             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>       | <b>555</b>   | <b>9.2</b>       | <b>11.2</b> | <b>84.7</b>  | <b>473.0</b>                  |             |                  |
| <b>Полдник</b>                    |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Сок фруктовый №707                | 200          | 1.1              | 0.2         | 19.5         | 83.4                          | 707         | 2004             |
| Яблоки печеные №372               | 100          | 0.4              | 0.4         | 24.9         | 107.6                         | 372         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>       | <b>300</b>   | <b>1.5</b>       | <b>0.6</b>  | <b>44.4</b>  | <b>191.0</b>                  |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>             |              | <b>10.7</b>      | <b>11.8</b> | <b>129.1</b> | <b>664.0</b>                  |             |                  |

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

**2 день**

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                        |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Котлета рубленая из птицы № 294       | 90           | 14.6             | 18.7        | 13.6         | 223.0                         | 294         | 2011             |
| Макаронные изделия отварные №203      | 150          | 5.5              | 5.7         | 33.2         | 206.4                         | 203         | 2011             |
| Чай с сахаром и лимоном № 377         | 200/15/5     | 0.3              | 0.0         | 15.2         | 60.0                          | 377         | 2011             |
| Хлеб пшеничный                        | 40           | 3.0              | 0.2         | 19.5         | 91.9                          | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>           | <b>500</b>   | <b>23.4</b>      | <b>24.6</b> | <b>81.9</b>  | <b>581.3</b>                  |             |                  |
| <b>Полдник</b>                        |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Кондитерские изделия (печенье, вафли) | 20           | 1.6              | 2.0         | 14.4         | 80.8                          |             |                  |
| Фрукты свежие (яблоко) №338           | 100          | 0.4              | 0.4         | 9.5          | 45.6                          | 338         | 2011             |
| Чай с сахаром каркаде №685            | 180          | 0.2              | 0.0         | 13.5         | 54.4                          | 685         | 2004             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>           | <b>300</b>   | <b>2.2</b>       | <b>2.4</b>  | <b>37.4</b>  | <b>180.8</b>                  |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>                 |              | <b>25.6</b>      | <b>27.0</b> | <b>119.3</b> | <b>762.1</b>                  |             |                  |

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

**3 день**

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры         | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|---------------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |                     |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |             |             |                               |                     |                  |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная) | 60           | 0.5              | 0.1         | 0.1         | 7.6                           | ТТК №<br>1,2,3,4,5, |                  |
| Гречка по-купечески № 468  | 200          | 21.9             | 25.3        | 40.1        | 425.0                         | ТТК №468            | 2024             |
| Чай черный с яблоком № 547   | 200          | 0.3              | 0.1         | 10.2        | 43.0                          | ТТК № 547           | 2025             |
| Хлеб пшеничный   | 40           | 3.0              | 0.2         | 19.5        | 91.9                          | ТТК №6              |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>500</b>   | <b>25.7</b>      | <b>25.7</b> | <b>69.9</b> | <b>567.5</b>                  |                     |                  |
| <b>Полдник</b>   |              |                  |             |             |                               |                     |                  |
| Фрукты свежие (яблоко) №338  | 120          | 0.5              | 0.5         | 11.4        | 54.7                          | 338                 | 2011             |
| Сок фруктовый №707   | 180          | 0.9              | 0.2         | 17.7        | 80.3                          | 707                 | 2004             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>300</b>   | <b>1.4</b>       | <b>0.7</b>  | <b>29.1</b> | <b>135.0</b>                  |                     |                  |
| <b>Всего за день:</b>  |              | <b>27.1</b>      | <b>26.4</b> | <b>99.0</b> | <b>702.5</b>                  |                     |                  |

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

**4 день**

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры      | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|------------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |                  |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |             |              |                               |                  |                  |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная) | 60           | 0.5              | 0.1         | 0.1          | 7.6                           | ТТК № 1,2,3,4,5, |                  |
| Плов из птицы № 291  | 200          | 15.3             | 20.8        | 39.2         | 410.6                         | 291              | 2011             |
| Чай с сахаром № 376  | 200/15       | 0.1              | 0.0         | 17.3         | 59.3                          | 376              | 2011             |
| Хлеб пшеничный   | 40           | 3.0              | 0.2         | 19.5         | 91.9                          | ТТК №6           |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>515</b>   | <b>18.9</b>      | <b>21.1</b> | <b>76.1</b>  | <b>569.4</b>                  |                  |                  |
| <b>Полдник</b>   |              |                  |             |              |                               |                  |                  |
| Бутерброд с маслом №1  | 20/5         | 1.4              | 4.7         | 9.2          | 84.4                          | 1                | 2011             |
| Фрукты свежие (яблоко) №338  | 100          | 0.4              | 0.4         | 9.5          | 45.6                          | 338              | 2011             |
| Чай с сахаром и лимоном №377   | 180          | 0.2              | 0.0         | 13.5         | 55.4                          | 377              | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>305</b>   | <b>2.0</b>       | <b>5.1</b>  | <b>32.2</b>  | <b>185.4</b>                  |                  |                  |
| <b>Всего за день:</b>  |              | <b>20.9</b>      | <b>26.2</b> | <b>108.3</b> | <b>754.8</b>                  |                  |                  |

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

**5 день**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                 |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Лапшевник с творогом №208      | 200          | 10.9             | 10.6        | 39.0         | 320.5                         | 208         | 2011             |
| Соус молочный (сладкий) №596   | 60           | 1.0              | 3.6         | 6.8          | 53.9                          | 596         | 2011             |
| Чай с сахаром каркаде № 685    | 200/15       | 0.2              | 0.0         | 15.0         | 60.5                          | 685         | 2004             |
| Хлеб пшеничный                 | 40           | 3.0              | 0.2         | 19.5         | 91.9                          | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>515</b>   | <b>15.1</b>      | <b>14.4</b> | <b>80.3</b>  | <b>526.8</b>                  |             |                  |
| <b>Полдник</b>                 |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Бутерброд с маслом №1          | 20/5         | 1.4              | 4.7         | 9.2          | 84.4                          | 1           |                  |
| Фрукты свежие (яблоко) №338    | 100          | 0.4              | 0.4         | 9.5          | 45.6                          | 338         | 2011             |
| Сок фруктовый №707             | 180          | 0.9              | 0.2         | 17.7         | 80.3                          | 707         | 2004             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>305</b>   | <b>2.7</b>       | <b>5.3</b>  | <b>36.4</b>  | <b>210.3</b>                  |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>          |              | <b>17.8</b>      | <b>19.7</b> | <b>116.7</b> | <b>737.1</b>                  |             |                  |

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

**6 день**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                 |              |                  |             |             |                               |             |                  |
| Гуляш из мяса птицы №337       | 90           | 11.1             | 10.4        | 3.2         | 150.3                         | 337         | 2011             |
| Каша вязкая гречневая №302     | 150          | 6.1              | 4.8         | 37.8        | 178.2                         | 302         | 2004             |
| Хлеб пшеничный                 | 45           | 3.8              | 0.2         | 21.9        | 103.4                         | ТТК№6       |                  |
| Чай с сахаром № 376            | 200/15       | 0.1              | 0.0         | 17.3        | 59.3                          | 376         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>500</b>   | <b>21.1</b>      | <b>15.4</b> | <b>80.2</b> | <b>491.2</b>                  |             |                  |

**Полдник**

|                                       |            |             |             |              |              |     |      |
|---------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----|------|
| Кондитерские изделия (печенье, вафли) | 20         | 1.6         | 2.0         | 14.4         | 80.8         |     |      |
| Фрукты свежие (яблоко) №338           | 100        | 0.4         | 0.4         | 9.5          | 45.6         | 338 | 2011 |
| Чай с сахаром №376                    | 180        | 0.1         | 0.0         | 14.8         | 59.3         | 376 | 2011 |
| <b>Итого за прием пищи:</b>           | <b>300</b> | <b>2.1</b>  | <b>2.4</b>  | <b>38.7</b>  | <b>185.7</b> |     |      |
| <b>Всего за день:</b>                 |            | <b>23.6</b> | <b>17.8</b> | <b>118.9</b> | <b>676.9</b> |     |      |

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

7 день

| Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                                   |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба №175 | 200          | 5.0              | 10.1        | 30.5         | 260.8                         | 175         | 2011             |
| Бутерброд с маслом и сыром №3                    | 60/10/10     | 8.3              | 12.4        | 34.3         | 255.0                         | 3           | 2004             |
| Чай с сахаром и лимоном № 377                    | 200/15/5     | 0.2              | 0.0         | 15.0         | 61.6                          | 377         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>500</b>   | <b>13.5</b>      | <b>22.5</b> | <b>79.8</b>  | <b>577.4</b>                  |             |                  |
| <b>Полдник</b>                                   |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Кондитерские изделия (печенье, вафли)            | 20           | 1.6              | 2.0         | 14.4         | 80.8                          |             |                  |
| Чай с молоком №378                               | 180          | 1.5              | 1.1         | 15.6         | 78.0                          | 378         | 2011             |
| Фрукты свежие (яблоко) №338                      | 100          | 0.4              | 0.4         | 9.5          | 45.6                          | 338         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>300</b>   | <b>3.5</b>       | <b>3.5</b>  | <b>39.5</b>  | <b>204.4</b>                  |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>                            |              | <b>17.0</b>      | <b>26.0</b> | <b>119.3</b> | <b>781.8</b>                  |             |                  |

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

**8 день**

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                        |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Фрикадельки из птицы с соусом 297/593 | 90/30        | 16.0             | 12.8        | 8.0          | 191.4                         | 297/593     | 2011/2004        |
| Рис отварной с овощами № 180          | 150          | 6.5              | 6.8         | 40.2         | 217.2                         | 180         | 2016             |
| Чай с сахаром каркаде № 685           | 200/15       | 0.2              | 0.0         | 15.0         | 60.5                          | 685         | 2004             |
| Хлеб пшеничный                        | 40           | 3.0              | 0.2         | 19.5         | 91.9                          | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>           | <b>525</b>   | <b>25.7</b>      | <b>19.8</b> | <b>82.7</b>  | <b>561.0</b>                  |             |                  |
| <b>Полдник</b>                        |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Кондитерские изделия (печенье, вафли) | 20           | 1.6              | 2.0         | 14.4         | 80.8                          |             |                  |
| Сок фруктовый №707                    | 180          | 0.9              | 0.2         | 17.7         | 80.3                          | 707         | 2004             |
| Фрукты свежие (яблоко) №338           | 100          | 0.4              | 0.4         | 9.5          | 45.6                          | 338         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>           | <b>300</b>   | <b>2.9</b>       | <b>2.6</b>  | <b>41.6</b>  | <b>206.7</b>                  |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>                 |              | <b>28.6</b>      | <b>22.4</b> | <b>124.3</b> | <b>767.7</b>                  |             |                  |

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

**9 день**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                 |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Котлета рубленая из птицы №294 | 90           | 14.6             | 18.7        | 13.6         | 223                           | 294         | 2011             |
| Каша вязкая гречневая №302     | 150          | 6.1              | 4.8         | 27.8         | 178.2                         | 302         | 2004             |
| Соус томатный №593             | 30           | 1.1              | 2.5         | 2.5          | 32.0                          | 593         | 2004             |
| Чай черный с яблоком № 547     | 200          | 0.3              | 0.1         | 10.2         | 43.0                          | ТТК№ 547    | 2024             |
| Хлеб пшеничный                 | 40           | 3.0              | 0.2         | 19.5         | 91.9                          | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>510</b>   | <b>25.1</b>      | <b>26.3</b> | <b>73.6</b>  | <b>568.1</b>                  |             |                  |
| <b>Полдник</b>                 |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Бутерброд с маслом №1          | 20/5         | 1.4              | 4.7         | 9.2          | 84.8                          | 1           | 2011             |
| Чай с сахаром №376             | 180          | 0.1              | 0.0         | 14.8         | 49.6                          | 376         | 2004             |
| Фрукты свежие (яблоко) №338    | 100          | 0.4              | 0.4         | 9.5          | 45.6                          | 338         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>305</b>   | <b>1.9</b>       | <b>5.1</b>  | <b>33.5</b>  | <b>180.0</b>                  |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>          |              | <b>27.0</b>      | <b>31.4</b> | <b>107.1</b> | <b>748.1</b>                  |             |                  |

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

**10 день**

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|----------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                   |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Каша молочная манная жидкая №311 | 200          | 5.5              | 7.2         | 33.6         | 243.0                         | 311         | 2004             |
| Яйцо вареное вкрутую № 337       | 45           | 5.1              | 4.6         | 0.3          | 63.0                          | 337         | 2004             |
| Чай с сахаром № 376              | 200/15       | 0.1              | 0.0         | 17.3         | 59.3                          | 376         | 2011             |
| Хлеб пшеничный                   | 55           | 4.1              | 0.3         | 26.8         | 126.4                         |             |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>515</b>   | <b>14.8</b>      | <b>12.1</b> | <b>78.0</b>  | <b>491.7</b>                  |             |                  |
| <b>Полдник</b>                   |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Яблоки печеные №372              | 100          | 0.4              | 0.4         | 24.9         | 107.6                         | 372         | 2011             |
| Чай с сахаром и лимоном №377     | 200/15/7     | 0.3              | 0.0         | 15.2         | 60.0                          | 377         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>      | <b>322</b>   | <b>0.7</b>       | <b>0.4</b>  | <b>40.1</b>  | <b>167.6</b>                  |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>            |              | <b>15.5</b>      | <b>12.5</b> | <b>118.1</b> | <b>659.3</b>                  |             |                  |

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

**11 день**

| Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                                |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Фрикадельки рыбные с соусом томатным №240/593 | 90/30        | 13.4             | 12.9        | 12.3         | 158.0                         | 240/593     | 2011/2004        |
| Макаронные изделия отварные №203              | 150          | 5.4              | 5.7         | 33.2         | 206.4                         | 203         | 2011             |
| Чай с сахаром и лимоном № 377                 | 200/15/5     | 0.3              | 0.0         | 14.8         | 60.0                          | 377         | 2011             |
| Хлеб пшеничный                                | 40           | 3.0              | 0.2         | 19.5         | 91.9                          | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                   | <b>530</b>   | <b>22.1</b>      | <b>18.8</b> | <b>79.8</b>  | <b>516.3</b>                  |             |                  |
| <b>Полдник</b>                                |              |                  |             |              |                               |             |                  |
| Кондитерские изделия (печенье, вафли)         | 20           | 1.6              | 2.0         | 14.4         | 80.8                          |             |                  |
| Чай с молоком №378                            | 180          | 1.5              | 1.1         | 15.6         | 78.0                          | 378         | 2011             |
| Фрукты свежие (яблоко) №338                   | 100          | 0.4              | 0.4         | 9.5          | 45.6                          | 338         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                   | <b>300</b>   | <b>3.5</b>       | <b>3.5</b>  | <b>39.5</b>  | <b>204.4</b>                  |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>                         |              | <b>25.6</b>      | <b>22.3</b> | <b>119.3</b> | <b>720.7</b>                  |             |                  |



**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием ОБЗ (завтраки) обучающихся возрастной группы  
7-11 лет МОУ**

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

| <b>Итого</b>               | <b>Пищевые вещества</b> |                |                    | <b>Энергетическая<br/>ценность,<br/>ккал</b> |
|----------------------------|-------------------------|----------------|--------------------|--|
|                            | <b>Белки, г</b>         | <b>Жиры, г</b> | <b>Углеводы, г</b> |  |
| Итого за весь период       | 257.2                   | 269.4          | 1,389.3            | 8,690.6                                      |
| Среднее значение за период | 21.4                    | 22.5           | 115.8              | 724.2  |

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептур олюд и кулинарных изделия для обучающихся образовательных организации. Сборник технических нормативов.

ФГФУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.