

Власенко Наталья Владимировна



для детей участников специальной военной операции, обучающихся в образовательных организациях Георгиевского муниципального округа Ставропольского края в возрасте от 12 до 18 лет

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**  
**на зимне-весенний период 2024/2025 учебного года**



Прием пищи	Выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз, мг						Минералы, мг						№ рецептуры
						В1	В2	PP	С	Ca	Mg	P	Fe					
<b>1 ДЕНЬ</b>																		
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой рисовой	200/5	3,60	3,95	15,71	112,60	0,07	0,20	0,31	0,91	158,83	23,07	137,47	0,25	Мозлиный М.П.2005-№121			
		25	4,64	5,90	0,00	72,00	0,01	0,05	0,03	0,11	132,00	5,30	75,00	0,15	Мозлиный М.П.2005-№15			
	Хлеб пшеничный	30	3,75	6,60	30,45	196,00	0,06	0,03	0,78	0,00	9,90	13,70	35,00	0,65	Переватов А.Я. 2012-122			
		200/15/7	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Дети приют 2005-377			
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124			
		1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,08	0,06	0,40	0,40	120,00	16,00	46,00	2,20	Мозлиный М.П.2005-№338			
	Итого	602	14,39	16,85	71,96	489,60	0,22	0,34	1,55	123,85	330,95	53,51	297,91	3,61				
		Суп картофельный с бобовыми (горохом)	230	5,18	5,35	23,60	163,25	0,16	0,07	1,09	5,81	50,28	38,30	137,98	1,81	Мозлиный М.П.2005-№102		
	Колеты рыбные лоблительские	100/5	13,32	16,92	10,44	24,66	0,07	0,06	1,63	0,27	22,95	24,30	146,70	0,66	Переватов А.Я. 2021-308			
		Каша рассыпчатая гречневая	180/5	9,02	7,54	48,87	299,52	0,25	0,14	2,97	0,00	17,78	162,99	244,71	5,47	Мозлиный М.П.2005-№302		
Каша из свежих яблок	200	0,16	0,00	29,00	138,60	0,01	0,01	0,09	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Мозлиный М.П.2005-№342				
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122			
Итого	790	31,37	30,35	135,01	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124				
	1392	45,76	47,20	206,97	1227,03	0,79	0,66	7,95	131,65	454,14	302,00	889,40	13,75					
Присыпши	Наименование блюд	Выход	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	В1	В2	PP	С	Ca	Mg	P	Fe	№ рецептуры			
		12-18 дни	<b>2 ДЕНЬ</b>															
ЗАВТРАК	Каша из круп, бройлер-цыплят с рисом	100/5	16,00	24,24	8,24	315,00	0,07	0,11	4,91	0,60	18,17	18,88	126,33	1,06	Мозлиный М.П.2005-№301			
		Макронитие изделия оладушки с мясом	180/5	6,48	7,56	43,92	270,00	0,07	0,03	0,93	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33	Мозлиный М.П.2005-№203		
	Хлеб пшеничный	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,13	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Мозлиный М.П.2005-№349			
		30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122			
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124			
		1/200	1,00	0,00	24,40	101,60	0,03	0,03	0,20	4,00	14,00	8,00	14,00	2,80	прим.			
	Итого	740	27,25	32,34	121,48	885,60	0,25	0,22	6,79	5,00	87,52	77,52	258,03	7,70				
		Суп картофельный с крупой пшеничной	250	2,00	2,73	20,93	116,25	0,10	0,06	1,06	8,25	23,05	25,00	62,55	0,88	Мозлиный М.П.2005-№101		
	Термеги 2-ой вариант	100	11,88	17,26	17,68	272,92	0,11	0,16	3,55	1,10	57,66	26,64	157,70	2,08	Мозлиный М.П.2005-№279			
		Суп сметанный с мясом	50	0,90	2,61	3,83	42,50	0,01	0,02	0,11	0,67	14,62	7,90	14,69	0,20	Мозлиный М.П.2005-№331		
Картофель отварной	180	3,90	5,60	24,30	251,00	0,17	0,02	0,80	0,00	16,63	47,34	13,43	1,55	Мозлиный М.П.2005-№310				
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Мозлиный М.П.2005-№376			
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122				
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124			
Итого	845	22,47	28,74	104,84	854,07	0,47	0,30	6,16	10,05	130,77	127,62	429,85	6,28					
	1585	49,72	61,08	226,32	1739,67	0,72	0,52	12,95	15,05	218,29	205,14	687,88	13,98					



Присм пищи	Наименование блюд	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамин, мг						Минерал, мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe			
ЗАВТРАК	Каши жидкая молочная из гречневой крупы	200/5	5,40	11,20	35,30	278,00	0,03	0,01	0,48	0,00	4,93	15,33	47,87	0,32	Мозилыный М.П.2005-№183		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-122		
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Мозилыный М.П.2005-№376		
	Йогурт 2,5% жирности	1/125	4,90	6,20	21,20	240,00	2,05	0,03	0,56	0,00	3,40	7,30	24,00	0,50	проект.		
	Итого	575	12,77	17,70	86,00	649,00	2,13	0,06	1,54	0,03	16,34	33,97	100,75	1,73			
ОБЕД	Суп картофельный с водовыми (фасола)	250	5,18	5,35	23,60	163,25	0,16	0,07	1,09	5,81	50,28	38,30	137,98	1,81	Дети припн 2005-102		
	Каша из кул, фройлер-чизбург с рисом	100/5	16,00	24,24	8,24	315,00	0,07	0,11	4,91	0,60	18,17	18,88	126,33	1,06	Дети припн 2005-301		
	Макаронные изделия овсяные с маслом	180/5	6,48	7,56	43,92	270,00	0,07	0,03	0,93	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33	Дети припн 2005-203		
	Кашель из яблок	200	0,12	0,00	30,12	121	0,01	0,01	0,1	1,72	14,47	3,6	4,4	0,94	Дети припн 2005-352		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-122		
ОБЕД	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.Я. 2012-124		
	Итого	790	34,12	40,47	153,21	1113,15	0,50	0,32	8,83	16,38	131,05	132,42	437,66	7,48			
	Итого день	1365	46,89	58,17	239,21	1762,15	2,63	0,38	10,37	16,41	147,39	166,39	538,41	9,21			

Присм пищи	Наименование блюд	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамин, мг						Минерал, мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe			
ЗАВТРАК	Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,08	0,06	0,40	120,00	16,00	9,00	46,00	2,20	Мозилыный М.П.2005-№338		
	Пиво из пшеницы	100/180	27,25	31,55	44,61	571,20	0,08	0,16	5,41	1,34	60,13	63,34	265,73	2,92	Мозилыный М.П.2005-№291		
	Чай с лимоном	200/15/7	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Мозилыный М.П.2005-№377		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124		
ОБЕД	Итого	652	33,34	32,49	93,51	791,60	0,24	0,26	6,46	124,17	108,05	94,08	373,87	6,74			
	Расольник Ленинградский (крупя нероловая)	250/5	2,10	5,10	20,50	136,25	0,10	0,06	1,08	7,54	26,45	25,90	71,95	0,97	Мозилыный М.П.2005-№96		
	Вымочка рубленые из птицы	100/5	17,85	3,67	8,83	140,00	0,07	0,04	6,88	0,00	11,83	24,50	129,83	1,38	Мозилыный М.П.2012-№306		
	Кашель мясная	180	3,73	4,81	24,12	154,62	0,05	0,07	1,22	29,47	100,44	35,46	72,72	1,35	Мозилыный М.П.2005-№321		
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Мозилыный М.П.2005-№376		
ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-№122		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.Я. 2012-№124		
	Итого	805	27,57	14,12	106,55	662,27	0,30	0,21	9,84	37,07	158,64	108,04	337,76	5,58			
	Итого день	1457	60,91	46,61	200,06	1453,87	0,54	0,47	16,30	161,24	266,69	202,12	711,63	12,32			

Присм пищи	Наименование блюд	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамин, мг						Минерал, мг				№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мг	Р	Fe			
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/5	6,00	3,00	43,40	225,00	0,04	0,02	0,36	0,00	8,00	5,50	27,60	0,32	Мозилыный М.П.2005-№181		
	Сыр «Российский» 50% жирности	15	3,48	4,43	0,00	54,00	0,01	0,05	0,03	0,11	132,00	5,30	75,00	0,15	Мозилыный М.П.2005-№15		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.Я. 2012-122		
	Корфейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,8	0,04	0,15	0,11	1,31	125,73	14	90	0,13	Мозилыный М.П.2005-№379		
	Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,08	0,06	0,40	120,00	16,00	9,00	46,00	2,20	Мозилыный М.П.2005-№338		
ЗАВТРАК	Итого	550	15,83	10,81	96,04	545,80	0,22	0,30	1,38	121,42	288,63	43,70	264,70	3,40			
	7 ДЕНЬ																

Присев пищи	Наименование блюда	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз. мг						Минеральн. мг						№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мg	Р	Fe					
ОБЕД	Горькие листья	100	4,00	5,67	22,59	157,22	0,10	0,07	0,78	6,99	23,05	25,00	63,55	0,88	Мозилыный М.П. 2005-№101				
	Сухие сметанный с томатым	50	0,90	2,61	3,83	42,50	0,01	0,02	0,11	0,67	14,62	7,90	14,69	0,20	Мозилыный М.П. 2012-№298				
	Каша рассычатая зречесви	180	9,02	7,54	48,87	299,52	0,25	0,14	2,97	0,00	17,78	162,99	244,71	5,47	Мозилыный М.П. 2005-№331				
	Компон из смеси сухофруктовых	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,13	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Мозилыный М.П. 2005-№349				
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевазов А.Я. 2012-№122				
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевазов А.Я. 2012-№124					
Итого	830	21,29	24,02	152,64	911,24	0,60	0,39	6,48	34,78	204,13	281,77	551,49	11,76						
Итого день	1380	37,12	34,83	248,68	1457,04	0,82	0,69	7,86	156,20	492,76	325,47	816,19	15,16						

Присев пищи	Наименование блюда	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз. мг						Минеральн. мг						№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мg	Р	Fe					
ЗАВТРАК	Терфиги 2-ой вариант	100	11,88	17,26	17,68	272,92	0,11	0,16	3,55	1,10	57,66	26,64	157,70	2,08	Мозилыный М.П. 2005-№279				
	Соее сметанный 15% жирности	30	1,32	1,50	1,76	22,23	0,01	0,01	0,07	0,01	8,19	1,58	8,81	0,06	Мозилыный М.П. 2012-№330				
	Макаронные изделия овсяные с маслом	180/5	6,48	7,56	43,92	270,00	0,07	0,03	0,93	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33	Мозилыный М.П. 2005-№203				
	Компон из лимона	200	0,08	0,09	27,08	108,6	0,02	0,01	0,08	12,9	23,52	6,5	11,5	0,24	Зобиное А.И. — 864				
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевазов А.Я. 2012-122				
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевазов А.Я. 2012-124					
Итого	585	23,45	26,95	113,54	785,15	0,29	0,25	5,25	14,01	112,90	79,36	280,31	4,97						
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250/5	1,60	4,93	11,50	96,75	0,06	0,05	0,81	18,47	43,33	22,25	47,63	0,80	Мозилыный М.П. 2005-№88				
	Комплеты рыбные любительские	100/5	13,32	16,92	10,44	24,66	0,07	0,06	1,63	0,27	22,95	24,30	146,70	0,66	Перевазов А.Я. 2021-308				
	Каша рассычатая пшеничная	180	7,90	6,07	49,55	284,40	0,15	0,06	0,84	0,00	28,85	41,06	190,76	3,33	Мозилыный М.П. 2005-№302				
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Мозилыный М.П. 2005-№376				
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевазов А.Я. 2012-№122				
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Перевазов А.Я. 2012-№124					
Итого	805	32,34	36,00	154,64	848,08	0,51	0,34	6,20	56,49	237,43	168,81	580,84	8,49						
Итого день	1390	55,79	62,95	268,18	1633,23	0,80	0,59	11,45	70,50	350,33	248,17	861,15	13,46						

Присев пищи	Наименование блюда	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витаминиз. мг						Минеральн. мг						№ рецептуры
							В1	В2	РР	С	Са	Мg	Р	Fe					
ЗАВТРАК	Яично варёное	1/40	5,1	4,6	0,3	63	0,19	0,18	0,61	1,45	22	32,93	94,4	1	Мозилыный М.П. 2005-209				
	Чай с лимоном	200/15/7	2,00	0,00	16,00	65,00	0,00	0,00	0,03	2,83	14,22	2,44	4,44	0,36	Дели принцип 2005-377				
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Перевазов А.Я. 2012-122				
	Икра свекольная	180	4,90	6,20	21,20	240,00	2,05	0,03	0,56	0,00	3,40	7,30	24,00	0,50	Мозилыный М.П. 2005-75				
	Фрукты (яблоко, апельсин или банан)	1/150	0,80	0,00	25,20	104,00	0,08	0,06	0,40	120,00	68,00	26,00	46,00	0,60	Мозилыный М.П. 2005-№338				
Итого	787	15,17	11,10	77,20	543,00	2,37	0,29	2,08	124,28	114,52	78,57	194,94	3,06						
Суп-лапша домашняя	250	2,21	5,06	11,93	102,30	0,05	0,02	0,42	0,50	19,70	10,45	29,30	0,59	Зобиное А.И.-218 №1066					

ОБЕД	Наименование блюда	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг							Минералы, мг					№ рецептуры
							В1	В2	PP	С	Ca	Mg	P	Fe					
	Птица отварная	100/5	21,40	19,00	1,40	262,00	0,03	0,13	4,80	0,00	39,00	20,00	143,00	1,80	Мозильный М.П.2005-№288				
	Пюре из бобовых с маслом	180/5	15,84	9,00	51,66	156,00	0,61	0,13	1,63	21,79	9,54	33,30	103,91	5,95	Мозильный М.П.2005-№199				
	Компот из свежих яблов	200	0,16	0,00	29,00	133,60	0,01	0,01	0,09	1,72	14,48	3,60	4,40	0,94	Мозильный М.П.2005-№342				
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.В. 2012-№122				
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.В. 2012-№124				
	Нитрозо	790	43,30	33,60	117,09	765,30	0,78	0,33	7,56	24,01	100,42	86,65	338,31	10,54					
	Нитрозо день	1577	58,47	44,70	194,29	1308,30	3,15	0,62	9,64	148,29	214,94	165,22	533,25	13,60					

Прием пищи	Наименование блюда	Выход 12-18 лет	Б.	Ж.	У.	к-во Ккал	Витамины, мг							Минералы, мг					№ рецептуры
							В1	В2	PP	С	Ca	Mg	P	Fe					
	Капустя мученая	180	3,73	4,81	24,12	154,62	0,05	0,07	1,22	29,47	100,44	35,46	72,72	1,35	Мозильный М.П.2005-№321				
	Компота рубленая из яблок-цитрусов	100/5	15,20	22,60	14,80	334,00	0,10	0,13	4,70	0,73	17,50	23,33	133,83	1,58	Мозильный М.П.2005-№321				
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60	0,00	0,01	0,13	0,40	31,82	6,00	15,40	1,25	Мозильный М.П.2005-№349				
ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.В. 2012-122				
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.В. 2012-124				
	Сок фруктовый	1/200	1,00	0,00	24,40	101,60	0,03	0,03	0,20	4,00	14,00	8,00	14,00	2,80	Пром.				
	Нитрозо	555	28,22	35,28	157,92	1062,00	0,29	0,30	7,68	34,60	183,10	111,69	366,78	8,87					
	Среднее значение за 10 дней завтрак	615	23,83	21,81	100,20	708,47	0,66	0,31	3,76	69,52	181,19	73,56	306,01	4,83	Мозильный М.П.2005-№229				
	Суп картофельный с клецками	230	5,23	6,28	29,00	193,50	0,08	0,05	0,78	5,75	18,22	18,13	47,35	0,68	№108/109				
	Рыба, мученая в масле с овощами	100/50	14,16	7,47	7,47	154,00	0,08	0,08	0,96	2,26	30,50	32,26	165,62	0,70	Мозильный М.П.2005-№312				
	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12	0,17	0,13	1,63	21,79	44,37	33,30	103,91	1,21	Мозильный М.П.2005-№376				
	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,02	0,03	1,11	1,44	2,78	0,31	Мозильный М.П.2005-№376				
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,50	71,00	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	Переватов А.В. 2012-№122				
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	8,60	40,40	0,03	0,02	0,14	0,00	10,80	9,40	31,60	0,66	Переватов А.В. 2012-№124				
ОБЕД	Нитрозо	845	26,92	20,41	96,85	678,02	0,41	0,30	4,01	29,83	111,90	104,43	377,36	4,16					
	Нитрозо день	1458	55,14	55,69	254,77	1740,02	0,70	0,60	11,69	64,43	295,00	216,12	744,14	13,03					
	Среднее значение за 10 дней обед	815	31,77	30,52	129,49	847,29	0,56	0,52	7,06	27,90	149,70	151,40	458,71	8,39					
	Среднее значение за 10 дней	1435	55,60	52,33	227,17	1555,75	1,21	0,63	10,82	97,42	330,88	224,96	764,72	13,22					

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дети приют Москва 2005 г. М.П.Мозильный  
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей Дети приют Москва 2012 г. М.П.Мозильный  
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ДОО и деп. оздоровительных учреждений Пермь 2012 г. А.В.Переватов  
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий, Москва "Гада" 2005 г. А.И.Зюбное  
Современные диеты, Екатеринбург, 2005 г. 1-1-4  
Ведущий инженер-технолог МКУ "Ресурсный центр"

И.Ю.Паршина