



Согласовано:
Директор ГБОУ школы № 509

Зверева М.Г.



Утверждено:
Генеральный директор
АО «КСП Красносельского района»
Белоусов А.В.

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Всего	Всего	Всего		С	В ₁	В ₂	А (мкг рет. экв.)	Са	Mg	P	Fe
				г	г	г									
1 день															
Комплексный обед															
Салат из соленых огурцов с луком (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)	100	2024	19	0,80	5,10	1,90	57,00	8,60	0,02	0,030	54,00	34,00	14,00	23,00	0,60
Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей	250/10	2024	105	5,18	4,92	18,94	141,20	6,72	0,09	0,068	127,24	20,00	23,40	76,80	1,10
Голубцы ленивые	280	2024	320	17,33	20,07	47,72	402,50	32,20	0,11	0,210	10,50	94,50	56,00	267,75	4,03
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40	10,00	0,03	0,020	5,00	16,00	9,00	11,00	2,20
Вафли	100	2021	580	11,90	13,60	73,50	541,00	0,00	0,05	0,040	6,00	8,00	6,00	42,00	0,60
Напиток из плодов шиповника	200	2024	468	0,60	0,00	10,30	44,00	88,00	0,01	0,100	0,00	11,00	3,00	3,00	4,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи:	1170			45,54	46,90	222,02	1531,60	145,52	0,49	0,599	203,04	225,00	148,70	563,25	16,11
Всего за день:	1170			45,54	46,90	222,02	1531,60	145,52	0,49	0,599	203,04	225,00	148,70	563,25	16,11

2 день															
Комплексный обед															
Винегрет овощной (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)	100	2024	52	1,20	10,10	5,90	120,00	8,50	0,03	0,040	172,00	32,00	17,00	33,00	0,70
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и со сметаной	250/10/5	2024	88	4,60	6,79	8,71	114,80	12,10	0,05	0,065	124,20	39,20	21,70	69,50	1,06
Минтай, запеченный под белым соусом	100	2024	251н	11,80	6,40	12,80	92,00	0,14	0,06	0,060	20,20	46,00	32,00	146,00	0,60
Рис отварной	180	2024	349	4,32	6,72	33,12	252,00	0,00	0,04	0,029	32,88	8,40	28,80	86,40	0,60
Мандарин свежий	100	2008	9.8	0,80	0,20	7,50	35,00	38,00	0,06	0,030	10,00	35,00	11,00	17,00	0,10
Йогурт в инд. упаковке производителя	125	2021	470	3,50	3,13	16,25	107,50	2,00	0,04	0,163	28,75	136,25	16,25	106,25	0,13
Пряники	100	2021	581	10,60	15,70	54,94	366,00	0,00	0,08	0,020	6,00	11,00	9,00	50,00	0,80
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,60	0,07	17,00	71,00	0,18	0,01	0,017	18,10	19,00	12,00	19,00	0,70
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи:	1300			46,75	51,92	216,08	1459,80	60,92	0,55	0,554	412,43	368,35	185,05	666,85	7,87
Всего за день:	1300			46,75	51,92	216,08	1459,80	60,92	0,55	0,554	412,43	368,35	185,05	666,85	7,87
3 день															
Комплексный обед															
Салат из квашенной капусты (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)	100	2024	40	1,60	5,10	8,10	85,00	27,30	0,02	0,030	34,10	49,00	15,00	28,00	0,60
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	2024	96	2,30	4,65	25,55	114,00	6,70	0,08	0,062	144,60	23,00	23,50	66,50	0,90
Рагу из птицы	280	2008	309	20,31	18,24	35,94	410,53	48,00	0,24	0,269	435,84	83,20	65,60	305,60	3,20
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40	10,00	0,03	0,020	5,00	16,00	9,00	11,00	2,20
Печенье	100	2021	582	12,92	16,80	54,40	416,00	0,00	0,08	0,050	0,00	3,48	20,00	29,00	2,08
Молоко в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,300	44,00	240,00	28,00	180,00	0,20
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00	1,60	0,01	0,006	1,20	6,00	3,10	3,80	0,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи:	1365			52,81	54,54	222,95	1573,43	96,20	0,72	0,868	665,04	462,18	201,50	763,60	13,16
Всего за день:	1365			52,81	54,54	222,95	1573,43	96,20	0,72	0,868	665,04	462,18	201,50	763,60	13,16

4 день															
Комплексный обед															
Салат из свежих огурцов	100	2024	18	0,70	10,10	2,30	103,00	9,10	0,03	0,040	9,10	22,00	13,00	39,00	0,60
Борщ с капустой и картофелем, курой и со сметаной	250/10/5	2024	80	4,28	6,87	12,09	127,20	8,22	0,05	0,063	136,44	40,00	23,90	67,30	1,20
Печень по-строгановски	100	2024	277	10,77	8,62	6,83	124,33	12,75	0,21	1,638	4660,00	21,25	17,50	265,00	5,63
Макаронные изделия отварные	180	2024	356	6,36	5,04	39,36	228,00	0,00	0,07	0,023	23,52	13,20	8,40	48,00	0,84
Компот из кураги	200	2024	424	1,00	0,06	17,20	73,00	0,32	0,01	0,032	70,00	29,00	18,00	25,00	0,60
Апельсин свежий	100	2008	9.6	0,90	0,20	8,10	37,80	60,00	0,04	0,030	8,00	34,00	13,00	23,00	0,30
Вафли	100	2021	580	11,90	13,60	73,50	541,00	0,00	0,05	0,040	6,00	8,00	6,00	42,00	0,60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи:	1175			45,24	47,30	219,24	1535,83	90,39	0,65	1,996	4913,36	208,95	137,10	649,00	12,95
Всего за день:	1175			45,24	47,30	219,24	1535,83	90,39	0,65	1,996	4913,36	208,95	137,10	649,00	12,95
5 день															
Комплексный обед															
До 01.03 салат из белокочанной капусты	100	2024	34	1,60	5,10	9,40	90,00	36,10	0,03	0,040	202,00	43,00	17,00	30,00	0,60
С 01.03 салат из свежих помидоров	100	2024	21	1,00	10,20	3,30	109,00	23,80	0,05	0,050	161,00	31,00	18,00	24,00	0,80
Суп картофельный с фасолью и птицей	250/10	2024	104	8,08	6,62	19,14	169,20	4,72	0,19	0,079	127,24	39,00	38,40	122,80	2,10
Гуляш из отварного мяса	100	2024	279	9,40	11,10	5,00	195,00	1,00	0,04	0,100	21,40	13,00	18,00	140,00	2,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	2024	347	3,84	2,34	31,08	164,40	0,00	0,25	0,132	24,48	18,00	144,00	216,00	4,80
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40	10,00	0,03	0,020	5,00	16,00	9,00	11,00	2,20
Пряники	100	2021	581	10,60	15,70	54,94	366,00	0,00	0,08	0,020	6,00	11,00	9,00	50,00	0,80
Йогурт в инд. упаковке производителя	125	2021	470	3,50	3,13	16,25	107,50	2,00	0,04	0,163	28,75	136,25	16,25	106,25	0,13
Сок в ассортименте	200	2024	469	0,80	0,00	20,60	84,00	4,00	0,02	0,020	0,00	14,00	8,00	14,00	0,60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи до 01.03:	1295			47,55	47,20	226,07	1522,00	57,82	0,87	0,705	415,17	331,75	296,95	829,75	16,41
Итого за прием пищи с 01.03:	1295			46,95	52,30	219,97	1541,00	45,52	0,89	0,715	374,17	319,75	297,95	823,75	16,61
Всего за день до 01.03:	1295			47,55	47,20	226,07	1522,00	57,82	0,87	0,705	415,17	331,75	296,95	829,75	16,41
Всего за день с 01.03:	1295			46,95	52,30	219,97	1541,00	45,52	0,89	0,715	374,17	319,75	297,95	823,75	16,61

6 день															
Комплексный обед															
Икра морковная	100	2024	57	1,60	7,20	8,00	103,00	4,20	0,05	0,060	920,00	26,00	32,00	52,00	0,80
Суп овощной с гренками	250/15	2024	100	3,45	4,15	20,90	134,00	8,50	0,08	0,045	125,00	28,50	22,00	59,50	1,00
Котлеты домашние	100	2022	184	13,30	14,34	11,72	252,55	0,00	0,22	0,140	0,00	26,00	18,00	158,00	2,40
Картофель отварной	180	2024	358	3,48	4,44	26,64	141,60	14,40	0,16	0,108	26,76	16,80	36,00	92,40	1,44
Груша свежая	100	2021	82	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00	0,02	0,030	2,00	19,00	12,00	16,00	2,30
Печенье	100	2021	582	12,92	16,80	54,40	416,00	0,00	0,08	0,050	0,00	3,48	20,00	29,00	2,08
Сок в ассортименте	200	2024	469	0,80	0,00	20,60	84,00	4,00	0,02	0,020	0,00	14,00	8,00	14,00	0,60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи:	1175			45,28	50,04	212,42	1479,65	36,10	0,81	0,584	1074,06	175,28	185,30	560,60	13,80
Всего за день:	1175			45,28	50,04	212,42	1479,65	36,10	0,81	0,584	1074,06	175,28	185,30	560,60	13,80
7 день															
Завтрак															
Комплексный обед															
Огурец соленый	100	2024	385	0,82	0,09	1,73	12,73	5,00	0,02	0,020	5,00	22,73	13,64	23,64	0,64
Щи из свежей капусты с картофелем, птицей и сметаной	250/10/5	2024	88	4,28	6,87	8,39	113,20	12,22	0,05	0,061	130,44	40,00	20,90	64,30	0,90
Рыба запеченная	100	2008	233	13,20	14,80	22,40	256,00	0,00	0,00	0,000	80,00	22,00	8,00	174,00	0,60
Картофельное пюре	180	2024	360	3,72	5,52	33,12	172,80	12,48	0,14	0,120	29,88	43,20	33,60	99,60	1,20
Яблоко свежее	100	2008	9,1	0,40	0,40	9,80	44,40	10,00	0,03	0,020	5,00	16,00	9,00	11,00	2,20
Вафли	100	2021	580	11,90	13,60	73,50	541,00	0,00	0,05	0,040	6,00	8,00	6,00	42,00	0,60
Молоко в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	5,80	6,40	9,40	120,00	2,60	0,08	0,300	44,00	240,00	28,00	180,00	0,20
Напиток из плодов шиповника	200	2024	468	0,60	0,00	10,30	44,00	88,00	0,01	0,100	0,00	11,00	3,00	3,00	4,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи:	1375			50,05	50,49	228,50	1605,63	130,30	0,57	0,792	300,62	444,43	159,44	737,24	13,92
Всего за день:	1375			50,05	50,49	228,50	1605,63	130,30	0,57	0,792	300,62	444,43	159,44	737,24	13,92

8 день															
Комплексный обед															
До 01.03 салат витаминный (1-й вариант)	100	2024	41	1,20	5,20	10,90	95,00	25,80	0,03	0,040	323,00	34,00	16,00	28,00	1,00
С 01.03 салат «Степной» из разных овощей	100	2024	29	1,50	6,87	7,60	94,67	6,10	0,06	0,040	446,00	19,00	20,00	45,00	0,70
Суп картофельный с горохом, птицей и с гречками	250/10/10	2024	104	9,18	6,72	16,34	203,20	4,72	0,20	0,079	127,24	42,00	40,40	131,80	2,30
Биточки (особые) с соусом томатным	70/30	2024	289	9,02	14,02	12,88	184,00	0,80	0,16	0,103	37,70	21,50	16,50	117,60	1,88
Каша гречневая рассыпчатая	180	2024	347	3,84	2,34	31,08	164,40	0,00	0,25	0,132	24,48	18,00	144,00	216,00	4,80
Мандарин свежий	100	2008	9.8	0,80	0,20	7,50	35,00	38,00	0,06	0,030	10,00	35,00	11,00	17,00	0,10
Пряники	100	2021	581	10,60	15,70	54,94	366,00	0,00	0,08	0,020	6,00	11,00	9,00	50,00	0,80
Йогурт в инд. упаковке производителя	125	2021	470	3,50	3,13	16,25	107,50	2,00	0,04	0,163	28,75	136,25	16,25	106,25	0,13
Компот из сухофруктов	200	2024	425	0,60	0,07	17,00	71,00	0,18	0,01	0,017	18,10	19,00	12,00	19,00	0,70
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи до 01.03:	1305			48,07	50,19	226,75	1527,60	71,50	1,01	0,715	575,57	358,25	302,45	825,35	14,89
Итого за прием пищи с 01.03:	1305			48,37	51,85	223,45	1527,27	51,80	1,04	0,715	698,57	343,25	306,45	842,35	14,59
Всего за день до 01.03:	1305			48,07	50,19	226,75	1527,60	71,50	1,01	0,715	575,57	358,25	302,45	825,35	14,89
Всего за день с 01.03:	1305			48,37	51,85	223,45	1527,27	51,80	1,04	0,715	698,57	343,25	306,45	842,35	14,59
9 день															
Комплексный обед															
Салат из квашеной капусты с яблоками	100	2021	10	1,00	6,20	6,00	84,00	15,00	0,02	0,020	2,50	32,00	12,00	21,00	1,28
Суп картофельный с крупой и рыбой	250/10	2024	103	4,44	2,66	18,60	116,00	6,64	0,09	0,066	133,84	22,00	26,20	99,40	0,91
Плов из птицы	280	2024	330	18,67	20,88	44,57	443,33	2,80	0,11	0,093	169,17	23,33	127,17	281,17	2,33
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00	1,60	0,01	0,006	1,20	6,00	3,10	3,80	0,80
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40	10,00	0,03	0,020	5,00	16,00	9,00	11,00	2,20
Печенье	100	2021	582	12,92	16,80	54,40	416,00	0,00	0,08	0,050	0,00	3,48	20,00	29,00	2,08
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи:	1170			46,91	49,89	213,13	1487,23	36,04	0,52	0,386	312,01	144,31	234,77	585,07	12,78
Всего за день:	1170			46,91	49,89	213,13	1487,23	36,04	0,52	0,386	312,01	144,31	234,77	585,07	12,78

10 день															
Комплексный обед															
Салат из свеклы отварной	100	2021	26	1,40	6,10	7,60	91,00	7,70	0,02	0,020	0,00	34,00	20,00	39,00	1,30
Суп картофельный с курой	250/10	2024	97	4,88	5,02	18,14	137,20	9,72	0,11	0,089	140,04	21,00	29,40	88,80	1,20
Рагу из овощей и мяса	280	2021	322	16,27	19,04	41,21	393,68	8,06	0,16	0,043	44,80	43,68	57,12	217,28	3,26
Апельсин свежий	100	2008	9.6	0,90	0,20	8,10	37,80	60,00	0,04	0,030	8,00	34,00	13,00	23,00	0,30
Вафли	100	2021	580	11,90	13,60	73,50	541,00	0,00	0,05	0,040	6,00	8,00	6,00	42,00	0,60
Компот из кураги	200	2024	424	1,00	0,06	17,20	73,00	0,32	0,01	0,032	70,00	29,00	18,00	25,00	0,60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи:	1170			45,68	46,83	225,61	1575,18	85,80	0,58	0,385	269,14	211,18	180,82	574,78	10,44
Всего за день:	1170			45,68	46,83	225,61	1575,18	85,80	0,58	0,385	269,14	211,18	180,82	574,78	10,44
11 день															
Комплексный обед															
Салат из свежих помидоров	100	2024	21	1,00	10,20	3,30	109,00	23,80	0,05	0,050	161,00	31,00	18,00	24,00	0,80
Борщ с капустой и картофелем, говядиной и со сметаной	250/10/5	2024	80	4,60	6,79	12,41	128,80	8,10	0,05	0,067	130,20	39,20	24,70	72,50	1,36
Котлета рыбная с соусом томатным	70/30	2024	239	11,04	7,32	18,76	212,40	1,08	0,10	0,075	42,88	48,10	22,10	123,20	0,90
Картофельное пюре	180	2024	360	3,72	5,52	33,12	172,80	12,48	0,14	0,120	29,88	43,20	33,60	99,60	1,20
Яблоко свежее	100	2008	9.1	0,40	0,40	9,80	44,40	10,00	0,03	0,020	5,00	16,00	9,00	11,00	2,20
Пряники	100	2021	581	10,60	15,70	54,94	366,00	0,00	0,08	0,020	6,00	11,00	9,00	50,00	0,80
Йогурт в инд. упаковке производителя	125	2021	470	3,50	3,13	16,25	107,50	2,00	0,04	0,163	28,75	136,25	16,25	106,25	0,13
Сок в ассортименте	200	2024	469	0,80	0,00	20,60	84,00	4,00	0,02	0,020	0,00	14,00	8,00	14,00	0,60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи:	1300			44,99	51,87	229,04	1526,40	61,46	0,70	0,666	404,01	380,25	177,95	640,25	11,17
Всего за день:	1300			44,99	51,87	229,04	1526,40	61,46	0,70	0,666	404,01	380,25	177,95	640,25	11,17

12 день															
Комплексный обед															
Салат из квашеной капусты с яблоками	100	2021	10	1,00	6,20	6,00	84,00	15,00	0,02	0,020	2,50	32,00	12,00	21,00	1,28
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	2024	96	2,30	4,65	25,55	114,00	6,70	0,08	0,062	144,60	23,00	23,50	66,50	0,90
Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	70/30	2024	336	14,32	9,34	4,80	190,60	0,50	0,09	0,104	24,64	54,80	46,80	122,20	1,15
Рис отварной	180	2024	349	4,32	6,72	33,12	252,00	0,00	0,04	0,029	32,88	8,40	28,80	86,40	0,60
Мандарин свежий	100	2008	9.8	0,80	0,20	7,50	35,00	38,00	0,06	0,030	10,00	35,00	11,00	17,00	0,10
Печенье	100	2021	582	12,92	16,80	54,40	416,00	0,00	0,08	0,050	0,00	3,48	20,00	29,00	2,08
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00	1,60	0,01	0,006	1,20	6,00	3,10	3,80	0,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	575	2021	4,08	0,78	23,88	118,80	0,00	0,11	0,054	0,30	28,20	28,20	94,20	2,34
Батон обогащенный микронутриентами	70	576	2021	5,25	2,03	35,98	182,70	0,00	0,08	0,077	0,00	13,30	9,10	45,50	0,84
Итого за прием пищи:	1165			45,14	46,86	211,13	1475,10	61,80	0,56	0,432	216,12	204,18	182,50	485,60	10,09
Всего за день:	1165			45,14	46,86	211,13	1475,10	61,80	0,56	0,432	216,12	204,18	182,50	485,60	10,09
Итого за 12 дней средняя до 01.03:				47,00	49,50	221,08	1524,95	77,82	0,67	0,723	813,38	292,84	199,38	656,78	12,80
Итого за 12 дней средняя с 01.03:				46,98	50,07	220,29	1526,51	75,15	0,67	0,724	820,21	290,59	199,79	657,69	12,79
Средняя сбалансированность за 12 дней				1,00	1,00	4,00									

- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, Речь, 2008, -200 с. под редакцией Куткиной М.Н.

- Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания оптимизированного состава. Практическое руководство / под редакцией В.А. Тутельян, М.А. Самсонов, Б.С. Каганов и др. – М., 2008. – 448 с.

Семидневные меню основных вариантов стандартных диет с использованием блюд оптимизированного состава, применяемых в лечебном питании в медицинских организациях Российской Федерации. / Практическое руководство для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов по организации питания в стационарных учреждениях социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов, специалистов общественного питания. / Тутельян В.А., Гаппаров М.М.Г., Батурин А.К., Погожева А.В., Шарафетдинов Х.Х., Плотникова О.А., Павлючкова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким И.И., Шатурная И.В., Керимова М.Г. / Москва, 2014. – с. 460

- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.М. Перевалов, Н.В. Тапешкина.- Изд-е 4-е доп. и испр.- Пермь, 2021.- 410 с.

- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б.Никитюка.- М.:ТД Де.Ли, 2022.-245с.

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обеспечения питанием воспитанников и обучающихся государственных образовательных организаций Санкт-Петербурга. – СПб.: Издательский центр «Интермедия», 2024. – 741 с.

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.