

Примерное рекомендуемое десятидневное меню для учащихся образовательных учреждений с ограниченными возможностями здоровья на 2020-2021 год

Сезон: *зимний*

Возрастная категория : *7-11 лет*

Наименование блюд	выход	пищевые вещества (г)			Ккал.	витамины (мл.)				минеральные вещества (мг)				№ рецептуры
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1 день														
1-ЗАВТРАК														
Сыр порционнo	15	3,50	4,40	0,00	53,60	0,00	0,10	43,20	0,07	132,00	75,00	5,20	0,15	
Масло сливочное	10	0,10	7,30	0,10	66,50	0,00	0,00	65,30	0,10	1,20	1,90	0,04	0,02	
Каша мол.геркулесовая с м/сл.	200	6,30	8,90	25,50	207,30	0,14	0,80	86,70	0,60	222,70	261,70	63,80	1,30	100/2001
Кофейный напиток	200	2,80	3,20	19,70	118,80	0,02	0,70	0,05	0,00	60,00	45,00	7,00	0,10	258/2001
Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	19,20	93,20	0,04	0,00	0,00	0,40	9,20	34,80	13,20	0,40	-
ИТОГО:		15,90	24,20	64,50	539,40	0,20	1,60	195,25	1,17	425,10	418,40	89,24	1,97	-
ОБЕД														
Салат витаминный	60	1,00	14,30	10,20	173,50	0,02	28,30	90,70	6,30	30,70	20,30	10,70	0,80	2/2001
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом птицы	250	2,80	2,80	21,80	123,60	0,06	0,60	0,10	0,32	62,00	118,00	8,00	1,00	39/2001
Голубцы ленивые	150	9,80	18,80	12,90	260,00	0,10	14,80	3,80	3,60	45,80	122,00	33,20	1,80	161/2001
Каша гречневая	150	8,70	5,00	45,00	259,80	0,20	1,30	0,00	0,30	129,80	201,90	90,30	2,7	196/2001
Компот из св.м. ягод (клубника)	200	0,20	0,00	14,80	60,00	0,00	4,80	1,00	0,10	13,20	4,40	5,10	0,30	252/2001
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	46,60	0,02	0,00	0,00	0,20	4,60	17,40	6,60	0,20	-
Хлеб украинский	30	3,00	0,50	11,30	61,70	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,80	13,50	0,50	-
Фрукты свежие (киви)	100	1,10	0,50	14,70	67,70	0,03	92,70	0,03	1,50	34,00	34,00	17,00	0,30	
ИТОГО:		28,20	42,10	140,30	1052,90	0,48	142,50	95,63	12,32	329,10	554,80	184,40	7,60	
ВСЕГО:		44,10	66,30	204,80	1592,30	0,68	144,10	290,88	13,49	754,20	973,20	273,64	9,57	
ИТОГО ПРИ ДВУХРАЗОВОМ ПИТАНИИ В ТОМ ЧИСЛЕ БЕЛКИ ЖИВОТНОГО, ЖИРЫ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ		43	25											
II ДЕНЬ														
1-ЗАВТРАК														
Яйцо куриное вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,00	105,00	0,20	22,20	77,60	4,80	1,00	
Колбасные изделия отварные	100	8,00	12,00	2,00	148,00	0,00	0,00	0,00	0,26	46,00	190,00	17,00	0,13	185/2001
Капуста свежая тушеная	150	4,50	4,80	20,20	142,00	0,05	7,00	0,00	1,10	87,00	59,00	13,00	0,80	210/2001
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,00	60,00	0,01	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,08	272/2001
Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	19,20	93,20	0,04	0,00	0,00	0,40	9,20	34,80	13,20	0,40	-
ИТОГО:		20,80	21,80	56,70	506,20	0,13	7,00	105,00	1,96	176,40	369,40	54,00	2,41	

IV ДЕНЬ														
1-й ЗАТРАК														
Масло сливочное	10	0,10	7,30	0,10	66,50	0,00	0,00	65,30	0,10	1,20	1,90	0,04	0,02	
Сыр порционнo	15	3,50	4,40	0,00	53,60	0,00	0,10	43,20	0,07	132,00	75,00	5,20	0,15	
Каша молочная кукурузная с м/сл	200	7,40	8,00	35,30	242,80	0,09	1,60	69,00	0,20	193,70	173,80	29,00	0,9	99/2001
Какао на молоке	200	4,00	4,00	26,00	156,00	0,02	0,70	0,02	0,00	48,00	36,00	6,00	0,03	242/2001
Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	19,20	93,20	0,04	0,00	0,00	0,40	9,20	34,80	13,20	0,40	-
ИТОГО:		18,20	24,10	80,60	612,10	0,15	2,40	177,52	0,77	384,10	321,50	53,44	1,50	-
ОБЕД														
Салат из свежей капусты с консервированным зеленым горошком	60	4,40	8,50	5,20	114,90	0,04	22,90	14,00	0,06	21,50	26,70	11,20	0,40	07/2001
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35	9,80	6,80	19,00	176,40	0,10	10,00	100,00	1,00	25,70	118,30	32,70	1,70	40/2001
Жаркое по домашнему (говядина)	230	23,50	18,00	23,10	348,40	0,20	17,10	90,40	1,00	35,90	279,80	49,60	4,30	163/2001
Компот из св.м. ягод (вишня)	200	0,20	0,00	24,00	96,80	0,03	6,00	0,00	0,00	15,00	14,00	5,00	0,20	254/2001
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	46,60	0,02	0,00	0,00	0,20	4,60	17,40	6,60	0,20	-
Хлеб украинский	30	3,00	0,50	11,30	61,70	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,80	13,50	0,50	-
Фрукты свежие (груши)	100	0,40	0,30	10,90	47,90	0,01	4,30	1,00	0,10	9,00	12,00	7,00	0,20	
ИТОГО:		42,90	34,30	103,10	892,70	0,45	60,30	205,40	2,36	120,70	505,00	125,60	7,50	
ВСЕГО:		61,10	58,40	183,70	1504,80	0,60	62,70	382,92	3,13	504,80	826,50	179,04	9,00	
ИТОГО ПРИ ДВУХРАЗОВОМ ПИТАНИИ В ТОМ ЧИСЛЕ БЕЛКИ ЖИВОТНОГО, ЖИРЫ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ		50	23											
V ДЕНЬ														
1-й ЗАВТРАК														
Икра свекольная	60	1,90	4,40	10,20	0,00	4,70	0,90	2,30	41,80	55,30	32,20	1,40	1,10	54/2011
Шницель куриный	80	12,10	12,20	7,40	187,80	0,03	2,40	24,20	0,30	17,00	39,00	6,10	0,50	189/2001
Каша гречневая	150	5,40	3,30	25,70	154,10	0,20	1,30	0,00	0,30	129,80	201,90	90,30	2,7	196/2001
Соус красный основной	50	0,30	1,90	2,60	28,70	0,03	4,40	4,00	0,10	7,50	54,30	11,70	1,00	238/2001
Компот из св.м. ягод (клубника)	200	0,20	0,00	14,80	60,00	0,00	4,80	1,00	0,10	13,20	4,40	5,10	0,30	252/2001
Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	19,20	93,20	0,04	0,00	0,00	0,40	9,20	34,80	13,20	0,40	-
ИТОГО:		23,10	22,20	79,90	523,80	5,00	13,80	31,50	43,00	232,00	366,60	127,80	6,00	
ОБЕД														
Винегрет овощной	60	0,80	4,90	4,70	66,10	0,03	10,60	121,30	2,20	15,40	25,00	11,30	0,50	01/2001
Суп картофельный с бобовыми	250	2,30	3,90	13,60	98,70	0,15	1,00	0,00	1,00	82,50	327,50	47,50	2,20	37/2001
Печень тушёная сметанном соусе	130	22,90	12,20	4,90	221,00	0,30	16,70	7,90	4,10	29,60	330,70	20,90	7,20	261/2011
Рис припущенный	150	3,80	5,40	37,80	215,00	0,20	0,00	29,60	0,06	13,30	50,60	11,90	2,10	202/2001
Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,10	0,00	15,20	61,20	0,01	2,80	0,10	0,01	14,80	9,50	6,80	0,10	265/2001
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	46,60	0,02	0,00	0,00	0,20	4,60	17,40	6,60	0,20	-
Хлеб украинский	30	3,00	0,50	11,30	61,70	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,80	13,50	0,50	-
Фрукты свежие (апельсины)	100	7,30	0,90	11,70	84,10	0,09	53,20	11,00	0,20	40,00	14,00	10,00	0,10	

ИТОГО:		41,80	28,00	108,80	854,40	0,85	84,30	169,90	7,77	209,20	811,50	128,50	12,90	
ВСЕГО:		64,90	50,20	188,70	1378,20	5,85	98,10	201,40	50,77	441,20	1178,10	256,30	18,90	
ИТОГО ПРИ ДВУХРАЗОВОМ ПИТАНИИ В ТОМ ЧИСЛЕ БЕЛКИ ЖИВОТНОГО, ЖИРЫ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ		50	22											
VI ДЕНЬ														
1-й ЗАВТРАК														
Яйцо куриное вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,00	105,00	0,20	22,20	77,60	4,80	1,00	
Масло сливочное	10	0,10	7,30	0,10	66,50	0,00	0,00	65,30	0,10	1,20	1,90	0,04	0,02	
Макароны отварные с сыром	180	6,40	4,90	35,20	210,50	0,09	0,02	8,60	0,02	86,60	87,80	17,10	0,60	204/2001
Кофейный напиток	200	3,80	3,90	26,00	154,30	0,02	0,70	0,05	0,00	60,00	45,00	7,00	0,10	242/2001
Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	19,20	93,20	0,04	0,00	0,00	0,40	9,20	34,80	13,20	0,40	-
ИТОГО:		18,60	21,10	80,80	587,50	0,18	0,72	178,95	0,72	179,20	247,10	42,14	2,12	
ОБЕД														
Салат картофельный с зеленым горошком	60	3,10	11,30	10,50	156,10	0,10	15,20	53,20	1,40	22,40	63,00	19,00	0,80	23/2001
Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	8,30	6,50	9,30	128,90	0,07	9,90	16,90	0,20	41,90	89,50	27,00	1,00	54/2001
Биточек говяжий	80	8,60	9,40	9,60	157,40	0,02	0,00	0,03	1,00	107,00	160,00	10,00	1,00	171/2001
Капуста свежая тушеная	150	4,50	4,80	28,00	173,20	0,05	7,00	0,00	1,10	87,00	59,00	13,00	0,80	210/2001
Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	17,80	72,00	0,00	0,08	18,00	0,20	17,00	6,80	5,90	0,30	255/2001
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	46,60	0,02	0,00	0,00	0,20	4,60	17,40	6,60	0,20	-
Хлеб украинский	30	3,00	0,50	11,30	61,70	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,80	13,50	0,50	-
Фрукты свежие (мандарины)	100	0,80	0,20	7,50	35,00	0,06	38,00	10,00	0,20	35,00	17,00	11,00	0,10	
ИТОГО:		30,10	32,90	103,60	830,90	0,37	70,18	98,13	4,30	323,90	449,50	106,00	4,70	
ВСЕГО:		48,70	54,00	184,40	1418,40	0,55	70,90	277,08	5,02	503,10	696,60	148,14	6,82	
ИТОГО ПРИ ДВУХРАЗОВОМ ПИТАНИИ В ТОМ ЧИСЛЕ БЕЛКИ ЖИВОТНОГО, ЖИРЫ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ		45	23											
VII ДЕНЬ														
1-й ЗАВТРАК														
Салат из свежей капусты с м/р.	60	1,10	2,20	4,60	42,60	0,02	27,30	12,00	0,90	35,90	18,80	9,80	0,40	4/2001
Тефтели рыбные с соусом	130	11,70	3,30	12,00	124,50	0,10	4,00	83,10	0,50	66,30	187,50	44,80	1,30	156/2001
Картофельное пюре	150	3,20	6,00	23,30	160,00	0,10	4,90	0,03	0,40	46,90	84,90	28,90	1,00	216/2001
Компот из св.м. ягод (вишня)	200	0,20	0,00	24,00	96,80	0,03	6,00	0,00	0,00	15,00	14,00	5,00	0,20	254/2001
Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	19,20	93,20	0,04	0,00	0,00	0,40	9,20	34,80	13,20	0,40	-
ИТОГО:		19,4	11,9	83,1	517,1	0,29	42,2	95,13	2,2	173,3	340	101,7	3,3	
ОБЕД														
Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,60	2,10	3,40	34,90	4,30	5,80	16,20	0,00	19,20	17,40	8,40	0,30	
Рассольник Ленинградский	250	9,80	8,50	22,00	203,70	0,11	12,80	1,00	1,60	35,00	138,80	42,00	1,70	60/2001
Плов мясной	230	12,80	10,20	42,20	311,80	0,20	0,80	2,01	0,16	43,20	151,10	91,20	2,60	173/2001
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,00	60,00	0,01	0,00	0,00	0,00	12,00	8,00	6,00	0,08	272/2001
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	46,60	0,02	0,00	0,00	0,20	4,60	17,40	6,60	0,20	-
Хлеб украинский	30	3,00	0,50	11,30	61,70	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,80	13,50	0,50	-
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10,00	5,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	-
ИТОГО:		28,20	21,90	113,30	763,10	4,72	29,40	24,21	2,16	139,00	380,50	176,70	7,58	
ВСЕГО:		47,60	33,80	196,40	1280,20	5,01	71,60	119,34	4,36	312,30	720,50	278,40	10,88	

ИТОГО ПРИ ДВУХРАЗОВОМ ПИТАНИИ В ТОМ ЧИСЛЕ БЕЛКИ ЖИВОТНОГО, ЖИРЫ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ		45	20											
VIII ДЕНЬ														
1-й ЗАВТРАК														
Огурец соленый порционнo	60	0,40	0,00	1,30	6,80	0,01	5,10	30,00	0,04	12,80	17,90	6,20	0,40	
Котлета говяжья	80	8,60	9,40	4,60	137,40	0,02	0,00	0,03	1,00	107,00	160,00	10,00	1,00	171/2001
Рагу овощное	150	2,70	10,80	16,40	173,60	0,08	12,00	5,30	1,80	57,00	98,00	40,00	42,00	83/2001
Чай с/с и лимоном	200/10	0,10	0,00	15,20	61,20	0,01	2,80	0,10	0,01	14,80	9,50	6,80	0,10	265/2001
Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	19,20	93,20	0,04	0,00	0,00	0,40	9,20	34,80	13,20	0,40	-
ИТОГО:		15,00	20,60	56,70	472,20	0,16	19,90	35,43	3,25	200,80	320,20	76,20	43,90	
ОБЕД														
Салат витаминный	60	1,00	14,30	10,20	173,50	0,02	28,30	90,70	6,30	30,70	20,30	10,70	0,80	2/2001
Суп рыбный	250	9,30	1,50	5,80	73,90	0,03	7,00	5,00	0,30	21,00	31,50	11,80	0,50	42/2001
Птица тушеная в соусе	130	6,90	5,20	9,50	112,40	0,04	0,40	0,02	0,80	53,70	49,40	7,30	0,80	190/2001
Каша гречневая	150	5,40	3,30	25,70	154,10	0,20	1,30	0,00	0,30	129,80	201,90	90,30	2,7	196/2001
Компот из св.м. ягод (клубника)	200	0,20	0,00	14,80	60,00	0,00	4,80	1,00	0,10	13,20	4,40	5,10	0,30	252/2001
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	46,60	0,02	0,00	0,00	0,20	4,60	17,40	6,60	0,20	-
Хлеб украинский	30	3,00	0,50	11,30	61,70	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,80	13,50	0,50	-
Фрукты свежие (бананы)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	20,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	
ИТОГО:		28,90	25,50	107,90	776,70	0,40	51,80	116,72	8,40	270,00	389,70	187,30	6,40	
ВСЕГО:		43,90	46,10	164,60	1248,90	0,56	71,70	152,15	11,65	470,80	709,90	263,50	50,30	
ИТОГО ПРИ ДВУХРАЗОВОМ ПИТАНИИ В ТОМ ЧИСЛЕ БЕЛКИ ЖИВОТНОГО, ЖИРЫ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ		43	21											
IX ДЕНЬ														
1-й ЗАВТРАК														
Салат из свеклы отварной с м/р.	60	1,00	3,00	6,50	57,00	0,01	7,40	1,50	0,06	27,30	31,70	16,20	1,00	22/2001
Печень по-строгановски с соусом	130	27,50	31,40	5,00	412,60	0,08	6,70	4,00	4,70	36,20	98,10	10,90	2,00	172/2001
Макароны отварные	150	5,60	5,30	35,30	211,30	0,09	0,00	0,03	0,00	60,20	72,80	16,10	0,60	204/2001
Компот из св.м. ягод (смородина)	200	0,30	0,00	24,00	97,20	0,03	8,00	0,00	0,00	23,00	34,00	7,00	0,40	252/2001
Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	19,20	93,20	0,04	0,00	0,00	0,40	9,20	34,80	13,20	0,40	-
ИТОГО:		37,60	40,10	90,00	871,30	0,25	22,10	5,53	5,16	155,90	271,40	63,40	4,40	

ОБЕД														
Салат из свежей капусты с консервированным зеленым горошком	60	1,40	8,20	7,80	110,60	0,05	17,70	202,20	3,60	25,70	41,80	18,80	0,80	60/2001
Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250	8,40	8,80	15,00	172,80	0,08	5,00	32,10	0,70	29,10	76,70	16,90	1,00	48/2001
Птица отварная	80	11,20	8,00	0,80	120,00	0,02	0,00	0,00	0,05	58,40	108,00	10,40	0,50	48/2001
Рис отварной	150	3,90	5,10	40,20	222,30	0,20	0,00	29,60	0,06	13,30	50,60	11,90	2,10	201/2001
Соус красный основной	50	5,00	2,50	5,10	62,90	0,03	4,40	4,00	0,10	7,50	54,30	11,70	1,00	238/2001
Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	17,80	72,00	0,00	0,08	18,00	0,20	17,00	6,80	5,90	0,30	255/2001
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	46,60	0,02	0,00	0,00	0,20	4,60	17,40	6,60	0,20	-
Хлеб украинский	30	3,00	0,50	11,30	61,70	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,80	13,50	0,50	-
Фрукты свежие (киви)	100	1,10	0,50	14,70	67,70	0,03	92,70	0,03	1,50	34,00	34,00	17,00	0,30	
ИТОГО:		35,80	33,80	122,30	936,60	0,48	119,88	285,93	6,41	198,60	426,40	112,70	6,70	
ВСЕГО:		73,40	73,90	212,30	1807,90	0,73	141,98	291,46	11,57	354,50	697,80	176,10	11,10	
ИТОГО ПРИ ДВУХРАЗОВОМ ПИТАНИИ В ТОМ ЧИСЛЕ БЕЛКИ ЖИВОТНОГО, ЖИРЫ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ		47	24											
Х ДЕНЬ														
1-й ЗАВТРАК														
Яйцо куриное вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,00	105,00	0,20	22,20	77,60	4,80	1,00	
Масло сливочное	10	0,10	7,30	0,10	66,50	0,00	0,00	65,30	0,10	1,20	1,90	0,04	0,02	
Сыр порционнo	15	3,50	4,40	0,00	53,60	0,00	0,10	43,20	0,07	132,00	75,00	5,20	0,15	
Каша молочная "Дружба" с м/сл	200	4,80	3,20	28,00	160,00	0,04	0,80	0,03	0,00	80,00	172,00	8,60	0,4	93/2001
Какао на молоке	200	4,00	4,00	26,00	156,00	0,02	0,70	0,02	0,00	48,00	36,00	6,00	0,03	242/2001
Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	19,20	93,20	0,04	0,00	0,00	0,40	9,20	34,80	13,20	0,40	-
ИТОГО:		20,70	23,90	73,60	592,30	0,13	1,60	213,55	0,77	292,60	397,30	37,84	2,00	
ОБЕД														
Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,60	2,10	3,40	34,90	4,30	5,80	16,20	0,00	19,20	17,40	8,40	0,30	
Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10	2,00	6,30	10,00	104,70	0,07	31,00	16,20	1,60	51,00	97,80	31,90	1,30	25/2001
Рыба тушеная с овощами	130	13,50	7,40	6,90	148,20	0,10	9,90	4,20	0,90	34,50	199,50	39,20	1,00	154/2001
Картофельное пюре	150	3,20	6,00	23,30	160,00	0,10	4,90	0,03	0,40	46,90	84,90	28,90	1,00	216/2001
Компот из св. яблок	200	0,20	0,00	24,00	96,80	0,04	2,60	0,00	0,00	17,00	11,00	4,00	0,50	254/2001
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,60	46,60	0,02	0,00	0,00	0,20	4,60	17,40	6,60	0,20	-
Хлеб украинский	30	3,00	0,50	11,30	61,70	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,80	13,50	0,50	-
Фрукты свежие (груши)	100	0,40	0,30	10,90	47,90	0,01	4,30	1,00	0,10	9,00	12,00	7,00	0,20	
ИТОГО:		24,50	22,80	99,40	700,80	4,69	58,50	37,63	3,20	191,20	476,80	139,50	5,00	
ВСЕГО:		45,20	46,70	173,00	1293,10	4,82	60,10	251,18	3,97	483,80	874,10	177,34	7,00	
ИТОГО ПРИ ДВУХРАЗОВОМ ПИТАНИИ В ТОМ ЧИСЛЕ БЕЛКИ ЖИВОТНОГО, ЖИРЫ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ		46	21											

Примечание:

"С" витаминизация третьих блюд обязательная (компот)согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 (приложение № 4)

Время приема пищи: завтрак в 9.00-11.00; обед в 13.00 - 14-30 ч.

Зеленый горошек обязательная термообработка.

Кондитерские изделия (без крема).

В приготовлении блюд используется йодированная соль.

Напитки обязательная термическая обработка.

Сметана для I блюд обязательная термообработка.

Овощи нового урожая.

В приготовление салатов включено масло растительное.

Рецептуры блюд разработаны согласно Сборнику технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений ч I-II . Составители: Коровка Л.С., Доброседова И.И, Мошенцова Л.П., Первалов А.Я., Новосёлов В.Г., Белова В.Н., Наумова Л.А., Пермь 2001г., химический состав пищевых продуктов Скурихин И.М.

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