

УТВЕРЖДАЮ
И.П. Игнаткина Н.А.



Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №3
им.Горцковой А.С.



Башта М.Н.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ
(12-ти дневное)

ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПРИМОРСКО-АХТАРСКИЙ РАЙОН

Сезон: осенний

Возраст: от 12 лет и старше

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 1 день 1								
Завтрак	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,04	7,2	0,2	66,2	79	2021
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	18	4,18	5,31	0	64,44	75	2021
	КАША «ДРУЖБА»	220	5,58	7,08	29,62	204,57	229	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8,02	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за завтрак:								
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОТВАРНОЙ	608	18,14	23,51	81,12	608,01		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	100	1,4	6,1	7,6	91,04	26	2021
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	250	6,3	3,58	14,16	115,78	113	2021
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	120	12,12	15	12,48	223,18	279	2011
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	230	4,37	6,44	21,52	155,33	177	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,67	0,27	18,3	78	496	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,42	0,36	22,14	105,3	573	2021
Итого за обед:								
Всего за день:								
		980	31,08	32,28	110,24	840,73	574	2021
			49,22	55,79	191,36	1448,74		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 1 день 2								
Завтрак	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	100	1,45	6,02	8,42	94,24	1	2021
Или (в переходный период)	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,6	6	8,2	94	9	2021
	НАГЕТТСЫ КУРИНЫЕ	100	10,8	10,2	13,62	189,48	326-тгк	2016
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,86	7,2	10,44	126,05	377	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,66	0,28	17,22	81,9	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,2	0,23	6,02	30,9	574	2021
Итого за завтрак:		630	21,97	24,13	75,92	608,57		
Итого за завтрак в переходный период:		630	22,12	24,11	75,7	608,33		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	120	1,8	7,45	9,13	110,58	30	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	280	10,95	10,37	20	217,35	104	2011
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,99	5,86	5,74	120,72	229	2011
	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	2,79	3,65	29,04	160,27	218	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,42	0,36	22,14	105,3	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,45	12,03	61,8	574	2021
Итого за обед:		955	32,95	28,24	118,18	860,02		
Всего за день:			54,92	52,37	194,1	1468,59		
Всего за день в переходный период:			55,07	52,35	193,88	1468,35		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 среда

среда		Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
Прием пищи				Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 1 день 3									
Завтрак		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	13,53	17,38	18,3	283,74	224-ттк	2008
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	25	1,8	2,13	13,88	81,75	471	2021
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,2	573	2021
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,8	0,15	4,01	20,6	574	2021
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	0,48	0,48	11,76	52,8	82	2021
Итого за завтрак:			585	21,69	22,88	76,31	597,09		
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1	6,2	3,6	74	17	2021
Или (в переходный период)		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	100	1,3	6,1	7,3	89,04	27	2021
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ пшенной	250	1,97	2,71	12,11	80,7	101	2011
		МЯСО ПО-ТАЙСКИ	120	13,1	13,3	8,96	208,1	24-ттк	2021
		ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	180	4,96	6,97	28,61	197	400-ттк	2021
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	200	0,1	0,1	11,1	46	486	2021
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,45	12,03	61,8	574	2021
		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,2	580	2021
			960	28,17	31,12	124,2	890,8		
		Итого за обед:	960	28,47	31,02	127,9	905,84		
		Итого за обед в переходный период:		49,86	54	200,51	1487,89		
		Всего за день:		50,16	53,9	204,21	1502,93		
	Всего за день в переходный период:								

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеоды, г			
Неделя 1 день 4								
Завтрак	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,25	5,15	5,89	76,25	2	2021
Или (в переходный период)	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,5	3,6	8,5	72	53	2021
	КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ С СЫРОМ	100	10,2	11,6	10,9	188,8	25-тгк	2025
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,66	5,94	35,46	221,4	256	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8,02	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		630	22,19	23,33	84,33	635,85		
Итого за завтрак в переходный период:		630	22,44	21,78	86,94	631,6		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,7	6	1,8	64,03	14	2021
Или (в переходный период)	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,8	6	2,6	68	16	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,3	3,58	14,6	115,78	113	2021
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	16,74	21,85	38,37	412,54	328	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8,02	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	110	0,44	0,44	10,78	48,4	82	5021
Итого за обед:		970	29,42	32,59	113,35	859,55		
Итого за обед в переходный период:		970	29,52	32,59	114,15	863,52		
Всего за день:			51,61	55,92	197,68	1495,4		
Всего за день в переходный период:			51,96	54,37	201,09	1495,12		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 1 день 5								
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,7	0,1	1,9	11	148	2021
Или (в переходный период)	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	ПЛОВ из мяса	250	17,42	20,13	41,2	415,64	14-тук	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8,02	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		600	23	20,97	86,08	624,04		
Итого за завтрак в переходный период:		600	23,1	20,97	85,88	624,04		
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый)	100	2,86	3,62	5,05	63,81	157	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	2,5	3,85	11,13	89,27	18-тук	2021
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	120	15,08	18,24	9,73	263,52	297	2011
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	180	3,42	5,04	16,84	121,55	177	2021
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,45	12,03	61,8	574	2021
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	14,88	83	582	2021
Итого за обед:		940	31	33,68	113,14	874,55		
Всего за день:			54	54,65	199,22	1498,59		
Всего за день в переходный период:			54,1	54,65	199,02	1498,59		

возрастная категория: 12 лет и старше

суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 1 день 6								
Завтрак	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,0	7,2	0,2	66,2	79	2021
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,7	0,1	1,9	11,02	148	2021
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
Или (в переходный период)	ШАРИКИ «СОЛНЫШКО» рыбные	100	12,63	10,38	8,4	177,57	486-гтк	2021
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,28	4,32	35,05	200,21	227	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8,02	41,2	574	2021
		640	22,83	22,64	77,83	606,4		
		640	22,93	22,64	77,63	606,38		
Итого за завтрак:								
Итого за завтрак в переходный период:								
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОТВАРНОЙ	100	1,4	6,1	7,6	91,4	260	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ пшениной	250	1,97	2,71	12,11	80,71	101	2011
	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	13,06	12,36	16,09	227,83	7-гтк	2011
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	220	5,28	8,68	30,08	220,24	151	2012
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,45	12,03	61,8	574	2021
Итого за обед:								
Всего за день:								
Всего за день в переходный период:								
			52,88	55,76	188,82	1469,96		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 день 1								
Завтрак	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0	35,8	75	2021
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	250	10,34	9,37	45,32	306,84	225	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,2	0,23	6,02	30,9	574	2021
	БЛИНЧИКИ из п/ф	45	1,76	3,65	12,23	88,89	3-гтк	2021
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,08	1,28	8,33	49,05	471	2021
	Итого за завтрак:		565	22,28	20,62	100,46	675,68	
Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,7	0,1	1,9	11	148	2021
Или (в переходный период)	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,85	4,43	6,95	75,04	95	2021
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	250	16,64	21,88	33,85	398,88	15-гтк	2015
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,45	12,03	61,8	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120	0,48	0,48	11,76	52,8	82	2021
	Итого за обед:		1000	26,47	27,84	111,19	800,52	
Итого за обед в переходный период:		1000	26,57	27,84	110,99	800,52		
Всего за день:			48,75	48,46	211,65	1476,2		
Всего за день в переходный период:			48,85	48,46	211,45	1476,2		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 2 день 2								
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,7	0,1	1,9	11,02	148	2021
Или (в переходный период)	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	БИТОЧКИ «АППЕТИТНЫЕ»	100	12,9	18,57	27,78	329,91	268-гтк	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,71	3,9	27,69	164,51	223	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8,02	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		630	22,49	23,21	89,65	656,84		
Итого за завтрак в переходный период:		630	22,59	23,21	89,45	656,82		
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	100	1,45	6	8,4	94,05	102	2021
Или (в переходный период)	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,6	6	8,2	94	9	2021
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,9	4,15	12,2	97,76	129	2021
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	13,97	9,43	7,25	170,25	9-гтк	2021
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	200	4,33	13	32,64	265,21	142	2015
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,45	12,03	61,8	574	2021
Итого за обед:		930	29,85	33,63	117,32	892,07		
Итого за обед в переходный период:		930	30	33,63	117,12	892,02		
Всего за день:			52,34	56,84	206,97	1548,91		
Всего за день в переходный период:			52,59	56,84	206,57	1548,84		

возрастная категория: 12 лет и старше

среда

среда		Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
Прием пищи				Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 2 день 3									
Завтрак	Или (в переходный период)	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,7	0,1	1,9	11	148	2021
		ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	18	18,26	3,47	250,22	210-ттк	2011
		КИСЕЛЬ из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	23,8	95,2	484	2021
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,2	573	2021
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8,02	41,2	574	2021
			30	0,84	0,99	23,19	106,2	580-ттк	2021
		ВАФЛИ	580	23,42	19,89	75,14	574,02		
		Итого за завтрак:	580	23,52	19,89	74,94	574,02		
		Итого за завтрак в переходный период:	100	1,5	6,2	7,6	92,04	30	2021
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	260	6,55	3,72	15,18	120,35	113	2021
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	110	13,85	11,85	8,83	197,37	10-ттк	
		ЛЮЛЯ-КЕБАБ из свинины	230	4,37	6,44	21,52	155,33	177	2021
		РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	200	0,67	0,27	18,3	78	496	2021
		НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	2021
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,45	12,03	61,8	574	2021
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	120	0,48	0,48	11,76	52,8	82	2021
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	1090	32,86	29,73	114,9	851,29		
		Итого за обед:		56,28	49,62	190,04	1425,31		
		Всего за день:		56,38	49,62	189,84	1425,31		
Итого за день в переходный период:									

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 2 день 4		100	1,3	6,1	7,3	89,04	279	2021
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ И МОРКОВИ	100	10,99	5,86	5,74	120,74	229	2011
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	180	4,86	7,2	10,44	126,05	377	2021
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	30	2,28	0,24	14,76	70,2	573	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,83	1,94	25,85	132,18	442	2011
	БУЛОЧКА К ЧАЮ	660	22,46	21,44	73,39	576,21		
Итого за завтрак:		100	0,7	0,1	1,9	11	148	2021
Обед	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)							
Или (в переходный период)	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
		250	2,5	3,85	11,13	89,27	18-гтк	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	120	12,77	21,83	3,47	261,4	260	2011
	ГУЛЯШ	190	5,18	4,9	31,66	191,46	225	2021
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,6	16,04	82,4	574	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	120	0,48	0,48	11,76	52,8	52	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	1070	29,23	32,26	120,66	889,33		
Итого за обед:		1070	29,33	32,26	120,46	889,33		
Итого за обед в переходный период:			51,69	53,7	194,05	1465,54		
Всего за день:			51,79	53,7	193,85	1465,54		
Всего за день в переходный период:								

сезон: осенний
возрастная категория: 12 лет и старше

пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 2 день 5								
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,7	0,1	1,9	11,02	148	2021
Или (в переходный период)	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	ПТИЦА или кролик, тушеные в соусе	110	11,55	16,94	4,95	218,46	290	2011
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ вязкая	180	5,38	4,93	24,36	163,07	213	2021
	чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	2021
	ХЛЕБ ржаной	20	1,6	0,3	8,02	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за завтрак:		750	22,97	23,09	78,21	611,35		
Итого за завтрак в переходный период:		750	23,07	23,09	78,01	611,33		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ СЫРОМ	100	3,02	8,28	7,51	116,98	31	2021
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,9	4,2	12,2	97,76	129	2021
	ГОЛУБЦЫ ленивые	120	8,92	5,7	12,79	138,28	315	2016
	КАРТОФЕЛЬ, запеченный в сметанном соусе	200	4,8	7,88	27,33	200,2	151	2012
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
	ХЛЕБ пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,4	574	2021
Итого за обед:		960	29,44	29,52	114,07	840,62		
Всего за день:			52,41	52,61	192,28	1451,97		
Всего за день в переходный период:			52,51	52,61	192,08	1451,95		

возрастная категория: 12 лет и старше
суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 2 день 6								
Завтрак	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	3,6	0,1	33,1	79	2021
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	5	1,2	1,48	0	17,9	75	2021
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные	200	15,98	15,98	47,35	399,61	19-гтк	2021
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	1,44	1,71	11,11	65,4	471	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8,02	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за завтрак:		580	23,08	23,81	100,44	709,41		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,7	6	1,8	64,03	14	2021
Или (в переходный период)	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,8	6	2,6	68	16	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ пшенной	250	1,97	2,71	12,11	80,71	101	2011
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	120	12,12	15	12,48	223,18	279	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,4	6,6	39,4	246	256	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,45	12,03	61,8	574	2021
Итого за обед:		940	28,63	31,28	117,7	855,32		
Итого за обед в переходный период:		940	28,73	31,28	118,5	859,29		
Всего за день:			51,71	55,09	218,14	1564,73		
Всего за день в переходный период:			51,81	55,09	218,94	1568,7		

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 6 дней (первая неделя) в среднем фактически:	615,5	21,6	22,9	80,3	613,3
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		18	18,4	76,6	544
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680
выход норм в % соотношении за 6 дней		24,0	24,9	21,0	22,5

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого обеды за 6 дней(первая неделя) в среднем фактически:	957,50	30,43	31,84	115,05	864,87
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		27	27,6	114,9	816
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		31,5	32,2	134,05	952
выход норм в % соотношении за 6 дней		33,8	34,6	30,0	31,8

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого за 6 дней(первая неделя) в среднем фактически:		52,07	54,75	195,32	1478,20
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 50% от суточной нормы:		45	46	191,5	1360
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		54	55,2	229,8	1632
выход норм в % соотношении за 6 дней		57,9	59,5	51,0	54,3

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 6 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	627,5	22,8	22,0	86,2	633,9
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		18	18,4	76,6	544
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680
выход норм в % соотношении за 6 дней		25	23,9	22,5	23,3

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого обеды за 6 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	998,33	29,41	30,71	115,97	854,86
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		27	27,6	114,9	816
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		31,5	32,2	134,05	952
выход норм в % соотношении за 6 дней		32,7	33,4	30,3	31,4

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого за 6 дней (вторая неделя) в среднем фактически:		52,20	52,72	202,19	1488,78
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 50% от суточной нормы:		45	46	191,5	1360
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		54	55,2	229,8	1632
выход норм в % соотношении за 6 дней		58,0	57,3	52,8	54,7

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ	суммарный и вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ	608	18	24	81	608
2 ДЕНЬ	630	21,97	24,13	75,92	608,57
3 ДЕНЬ	585	21,69	22,88	76,31	597,09
4 ДЕНЬ	630	22,19	23,33	84,33	635,85
5 ДЕНЬ	600	23	21	86	624
6 ДЕНЬ	640	23	23	78	606
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 6 ДНЕЙ:	615,50	21,64	22,91	80,27	613,33
7 ДЕНЬ	565	22,28	20,62	100,46	675,68
8 ДЕНЬ	630	22,49	23,21	89,65	656,84
9 ДЕНЬ	580	23,42	19,89	75,14	574,02
10 ДЕНЬ	660	22,46	21,44	73,39	576,21
11 ДЕНЬ	750	22,97	23,09	78,21	611,35
12 ДЕНЬ	580	23,08	23,81	100,44	709,41
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 6 ДНЕЙ:	627,50	22,78	22,01	86,22	633,92
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 12 ДНЕЙ (ЗАВТРАК)	621,5	22,21	22,46	83,24	623,62

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ	суммарный и вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ	980	31	32	110	841
2 ДЕНЬ	955	32,95	28,24	118,18	860,02
3 ДЕНЬ	960	28,17	31,12	124,2	890,8
4 ДЕНЬ	970	29,42	32,59	113,35	859,55
5 ДЕНЬ	940	31	33,68	113,14	874,55
6 ДЕНЬ	940	29,95	33,12	111,19	863,58
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 6 ДНЕЙ:	957,50	30,43	31,84	115,05	864,87
7 ДЕНЬ	1000	26,47	27,84	111,19	800,52
8 ДЕНЬ	930	29,85	33,63	117,32	892,07
9 ДЕНЬ	1090	32,86	29,73	114,9	851,29
10 ДЕНЬ	1070	29,23	32,26	120,66	889,33
11 ДЕНЬ	960	29,44	29,52	114,07	840,62
12 ДЕНЬ	940	28,63	31,28	117,7	855,32
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 6 ДНЕЙ:	998,33	29,41	30,71	115,97	854,86
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 12 ДНЕЙ (ОБЕД)	977,92	29,92	31,27	115,51	859,87

ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 6 дней (первая неделя) в среднем фактически:	615,5	21,7	22,6	80,6	612,6
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		18	18,4	76,6	544
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680
выход норм в % соотношении за 6 дней		24,2	24,6	21,0	22,5

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого обеды за 6 дней(первая неделя) в среднем фактически:	957,50	30,50	31,82	115,80	868,04
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		27	27,6	114,9	816
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		31,5	32,2	134,05	952
выход норм в % соотношении за 6 дней		33,9	34,6	30,2	31,9

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого за 6 дней(первая неделя) в среднем фактически:		52,23	54,47	196,40	1480,62
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 50% от суточной нормы:		45	46	191,5	1360
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		54	55,2	229,8	1632
выход норм в % соотношении за 6 дней		58,0	59,2	51,3	54,4

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 6 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	627,5	22,8	22,0	86,1	633,9
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		18	18,4	76,6	544
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680
выход норм в % соотношении за 6 дней		25	23,9	22,5	23,3

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого обеды за 6 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	998,33	29,49	30,71	116,01	855,51
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		27	27,6	114,9	816
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		31,5	32,2	134,05	952
выход норм в % соотношении за 6 дней		32,8	33,4	30,3	31,5

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого за 6 дней (вторая неделя) в среднем фактически:		52,32	52,25	198,80	1473,57
СанПин 100% суточной нормы:		90	92	383	2720
норма по СанПин 50% от суточной нормы:		45	46	191,5	1360
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		54	55,2	229,8	1632
выход норм в % соотношении за 6 дней		58,1	56,8	51,9	54,2

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД	суммарный в вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ	608	18	24	81	608
2 ДЕНЬ	630	22,12	24,11	75,7	608,33
3 ДЕНЬ	585	21,69	22,88	76,31	597,09
4 ДЕНЬ	630	22,44	21,78	86,94	631,6
5 ДЕНЬ	600	23	21	86	624
6 ДЕНЬ	640	23	23	78	606
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 6 ДНЕЙ:	615,50	21,50	22,65	81,19	613,81
7 ДЕНЬ	565	22,28	20,62	100,46	675,68
8 ДЕНЬ	630	22,59	23,21	89,45	656,82
9 ДЕНЬ	580	23,42	19,89	75,14	574,02
10 ДЕНЬ	660	22,46	21,44	73,39	576,21
11 ДЕНЬ	750	23,07	23,09	78,01	611,33
12 ДЕНЬ	580	23,08	23,81	100,44	709,41
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 6 ДНЕЙ:	627,50	22,82	22,01	86,15	633,91
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 12 ДНЕЙ (ЗАВТРАК)	621,5	22,16	22,33	83,67	623,86

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД	суммарный в вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ	980	31	32	110	841
2 ДЕНЬ	955	32,95	28,24	118,18	860,02
3 ДЕНЬ	960	28,47	31,02	127,9	905,84
4 ДЕНЬ	970	29,52	32,59	114,15	863,52
5 ДЕНЬ	940	31	33,68	113,14	874,55
6 ДЕНЬ	940	29,95	33,12	111,19	863,58
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 6 ДНЕЙ:	957,50	30,50	31,82	115,80	868,04
7 ДЕНЬ	1000	26,57	27,84	110,99	800,52
8 ДЕНЬ	930	30	33,63	117,12	892,02
9 ДЕНЬ	1090	32,86	29,73	114,9	851,29
10 ДЕНЬ	1070	29,33	32,26	120,46	889,33
11 ДЕНЬ	960	29,44	29,52	114,07	840,62
12 ДЕНЬ	940	28,73	31,28	118,5	859,29
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 6 ДНЕЙ:	998,33	29,49	30,71	116,01	855,51
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 12 ДНЕЙ (ОБЕД)	977,92	29,99	31,27	115,90	861,78

Федеральная служба по надзору
в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель руководителя

органа инспекции ФБУЗ «Центр гигиены
и эпидемиологии в Краснодарском крае»

Тимошечкин

филиале

М.П.

№ 2511/31 « 12 » 08 2025 года

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы

основного (организованного) меню (12-ти дневного) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Приморско-Ахтарский район, сезон: осенний, возраст: 12 лет и старше, разработанного ИП Игнаткиной Н.А.

Производство экспертизы начато: 17.07.2025г. 14.30ч.

Производство экспертизы окончено: 12.08.2025г. 10.00ч.

1. Основание: заявление ИП Игнаткиной Н.А., зарегистрированное в Тимашевском филиале ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае» от 17.07.2025г. № 4037.

2. Заявитель: ИП Игнаткина Наталья Александровна.

Юридический адрес: 353860, Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Братьев Кошевых, д. 15, кв. 55.

ИНН: 234700318305

ОГРН: 315236900001500

Фактический адрес: 353862, Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Фестивальная, д. 16.

3. Разработчик: ИП Игнаткина Н.А.

Юридический адрес: 353860, Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Братьев Кошевых, д. 15, кв. 55.

Фактический адрес: 353862, Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Фестивальная, д. 16.

4. Цель экспертизы: на соответствие:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», п. 2.8 раздела II; п. 5.2 раздела V, п. 8.1, п. 8.1.2; п. 8.1.3; п. 8.1.4; п. 8.1.6; п. 8.1.9 раздела VIII, приложение № 6, приложение 8, таблицы 1 и 3 приложения № 9, таблицы 1 и 3 приложения № 10, приложение № 12.

5. Перечень рассмотренных материалов:

- Основное (организованное) меню (12-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Приморско-Ахтарский район, сезон: осенний, возраст: 12 лет и старше, разработанное ИП Игнаткиной Н.А.;

176 320

Тимашевский

филиал

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае».

352700, Тимашевск, ул. Ком-
мунальная, 3 тел. 88673058345

Продолжение:

Страницы № 2-4

-технологические карты кулинарных изделий (блюд).

6. Санитарно-эпидемиологическая оценка материалов:

Представленное «Основное (организованное) меню (12-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Приморско-Ахтарский район, сезон: осенний, возраст: 12 лет и старше, разработанное ИП Игнаткиной Н.А., на основе следующих документов:

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

-Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений./сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.;

-Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.;

-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГАУЗ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ»/ Под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы. - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016.-361 с.;

-СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

-Технологические карты ИП Игнаткиной Н.А.

По результатам экспертизы меню установлено:

1.Основное (организованное) меню (12-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Приморско-Ахтарский район, на осенний период, разработано на основании сформированного рациона питания, включающего распределение перечня блюд, кулинарных, мучных, кондитерских и хлебобулочных изделий по отдельным приемам пищи (п.8.1.2, п.8.1.4 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);

2.Представленное меню разработано на период двух недель (12 дней, с понедельника по субботу) (п.8.1.4 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);

3.В меню предусмотрено распределение блюд, кулинарных, мучных, кондитерских и хлебобулочных изделий по отдельным приемам пищи: завтрак и обед (п.8.1.2 приложение № 12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);

4.Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, приведены ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборником рецептур (п.8.1.4 приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);

5.Наименования блюд и кулинарных изделий, указанные в основном меню, соответствуют наименованиям в использованном сборнике рецептур и технологических картах (раздел II п.2.8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);

6.В технологических картах указана температура блюд при раздаче, что соответствует требованиям п. 5.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20;

7.Профилактика йод - дефицитных заболеваний осуществляется путем введения в рацион йодированной соли, что соответствует требованиям п.8.1.6 приложение 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

8.Пищевая продукция, которая не допускается при организации питания, в представленном меню отсутствует (п.8.1.9 приложение 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);

Тимошевский

филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Краснодарском крае»

9.В меню соблюдены требования по массе порций блюд и кулинарных изделий для учащихся 12 лет и старше (п.8.1.2 приложение № 9 таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20):

Название блюд	масса порций блюд в граммах (12 лет и старше)	
	фактическая	нормируемая
Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)	200-250	200-250
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	100-120	100-150
Первое блюдо	250-280	250-300
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	100-120	100-120
Гарнир	180-230	180-230
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао, сок)	200	180-200
Фрукты	100-120	100

10.Суммарные объёмы блюд по приемам пищи соответствуют требованиям п.8.1.2 приложение № 9 таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20:
Для учащихся 12 лет и старше:

Название блюд	Фактические суммарные объёмы блюд по приемам пищи (в граммах) в среднем	Нормируемые суммарные объёмы блюд по приемам пищи (в граммах, не менее)
Завтрак	621,5	550
Обед	977,9	800

11.В меню соблюдены требования по среднему % калорийности за неделю для учащихся 12 лет и старше, что соответствует требованиям п.8.1.2, приложение № 10 таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20):

Горячие завтраки для детей 12 лет и старше:

1 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	6	Средняя ккал за 6 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
завтрак	20-25	608,01	608,57 (608,33)	597,09	635,85 (631,6)	624,04	606,4	613,3 (612,6)	22,5%
Суточная калорийность – 2720 ккал. - 100%, 544-680 ккал. – 20-25%									

2 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	6	Средняя ккал за 6 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
завтрак	20-25	675,68	656,84 (656,82)	574,02	576,21	611,35 (611,33)	709,41	633,9	23,3%
Суточная калорийность – 2720 ккал. - 100%, 544-680 ккал. – 20-25%									

Горячие обеды для детей 12 лет и старше

1 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	6	Средняя ккал за 6 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
обед	30-35	840,73	860,02	890,8 (905,8)	859,55 (863,52)	874,55	863,58	864,9 (868,0)	31,8% (31,9%)
Суточная калорийность – 2720 ккал. -100%, 816-952 ккал. - 30-35%									

Тимошевский

филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

2 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	6	Средняя ккал за 6 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
обед	30-35	800,52	892,07 (892,02)	851,29	889,33	840,62	855,32 (859,29)	854,9 (855,5)	31,4% (31,45%)
Суточная калорийность – 2720 ккал. -100%, 816-952 ккал. - 30-35%									

12. В меню сбалансировано содержание белков, жиров и углеводов в зависимости от приёма пищи, что соответствует нормативам (приложение 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20):

	Белки	Жиры	Углеводы
Суточная потребность для завтрака	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75
1 неделя завтрак (среднее значение)	21,6 (21,7)	23,0 (22,65)	80,75 (81,19)
2 неделя завтрак (среднее значение)	22,8	21,65	83,37 (83,29)
Суточная потребность для обеда	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05
1 неделя обед (среднее значение)	30,4 (30,5)	31,8	115,1 (115,8)
2 неделя обед (среднее значение)	29,4 (29,5)	30,7	116,0

13. Повторяемость одинаковых блюд (горячие основные блюда) в течение дня и последующих двух дней не выявлена (МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций»).

В меню в период окончания сезона свежих овощей предусмотрена замена блюд из свежих овощей на блюда из консервированных овощей и овощей, используемых круглогодично, при этом сохраняется пищевая и энергетическая ценность рациона.

7.Вывод: Основное (организованное) меню (12-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Приморско-Ахтарский район, сезон: осенний, возраст: 12 лет и старше, разработанное ИП Игнаткиной Н.А. соответствует требованиям:

-СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», п. 2.8 раздела II; п. 5.2 раздела V, п. 8.1, п. 8.1.2; п. 8.1.3; п. 8.1.4; п. 8.1.6; п. 8.1.9 раздела VIII, приложение № 6, приложение 8, таблицы 1 и 3 приложения № 9, таблицы 1 и 3 приложения № 10, приложение № 12.

Врач по общей гигиене

О.И. Белобородова

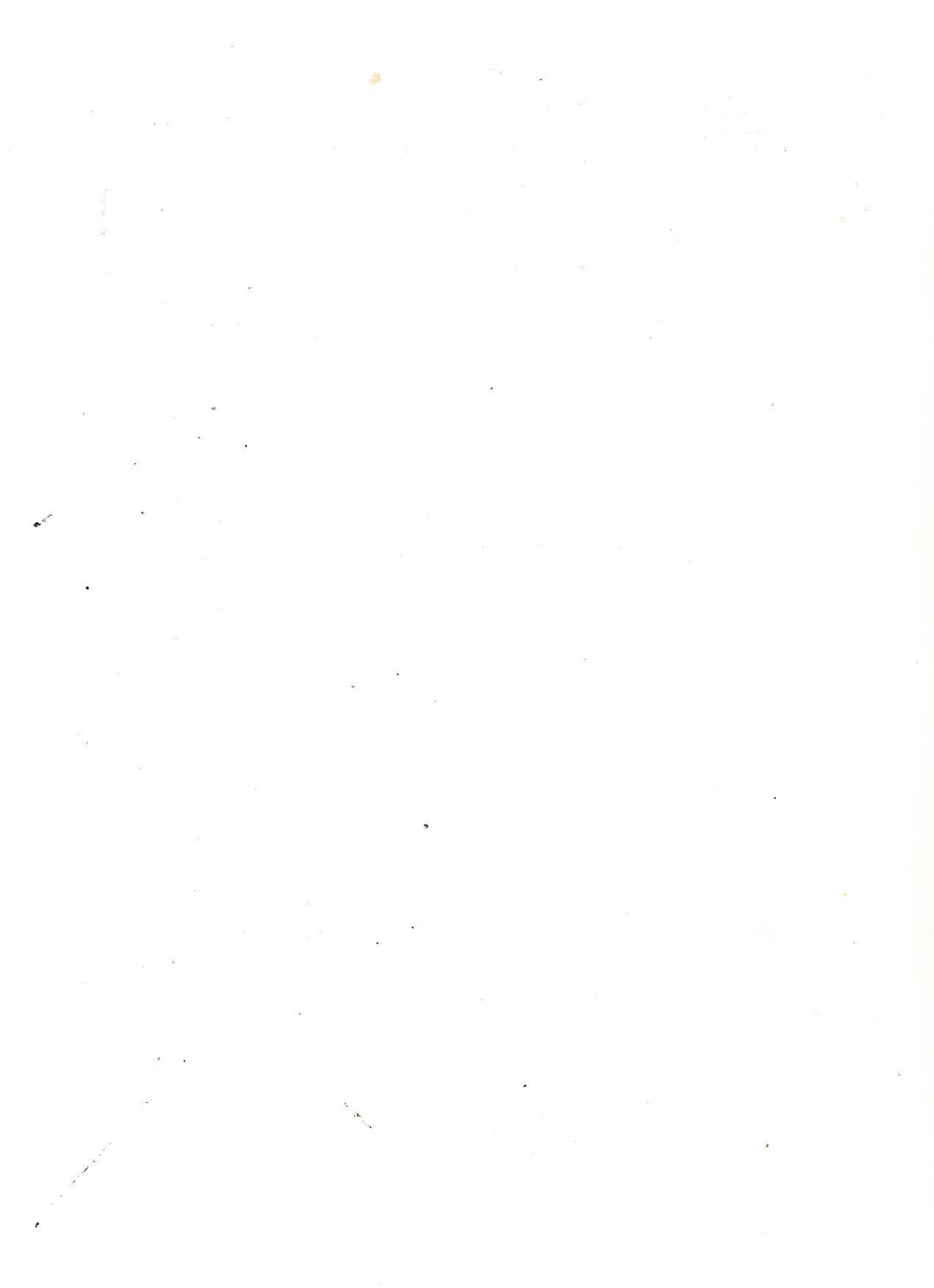
О.И. Белобородова

Тимашевский

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011. - 544 с.
2. Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений./сост. А.Я. Первалов, Н.В. Тапшкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.
3. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.
4. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов ФГАУЗ НИЦД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ»/ Под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы. - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 361 с.
5. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652995314667932372014845887876356063299114658529

Владелец Башта Марина Николаевна

Действителен с 08.01.2025 по 08.01.2026