



УТВЕРЖДАЮ

ИП Чаушева М.Я.

М.Я. Чаушева

« » 2024 год



СОГЛАСОВАНО

Директор СОШ №

3

М.Я.

« » 2024 год

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ
(10-ти дневное)**

**ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПРИМОРСКО-АХТАРСКИЙ РАЙОН**

Сезон: осенний

Возраст: от 7 до 11 лет

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 2								
Завтрак	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60	0,9	3	2,6	41	29	2008
	НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ	100	10,8	10,2	13,6	189,4	326-ттк	2016
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	25	0,2	0,8	1,2	13	419-ттк	2021
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5	ПР	2008
Итого за завтрак:								
		550	19,6	19,3	74,1	546,8		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	70	0,5	4,3	1,7	47,1	20	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	10	82,7	82	2011
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	120	13,2	7,1	6,9	144,9	229	2011
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,6	5,8	37,7	217,4	305	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
	ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106,2	ПР	2008
Итого за обед:								
		820	23,2	22,6	122,5	787,5		
Всего за день:								
			42,8	41,9	196,6	1334,3		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 1 день 3									
Завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,8	3,5	0	43,7	15	2011	
	КАША вязкая молочная из риса и пшена	200	7,4	12	34,8	278	175	2011	
	чай с сахаром	200	0,1	0	9,9	40,2	376	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5	ПР	2008	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПР	2008	
	БЛИНЧИКИ из п/ф	45	1,8	3,6	12,2	88,9	3-ггк	2024	
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021	
	Итого за завтрак:		502	15,3	20,6	79,1	566		
	Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,8	3,7	5	56,1	52	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,6	4,3	15,1	117,7	102	2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ		110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011	
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)		180	3,4	5	16,8	121,5	177-п	2021	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ый ВАРИАНТ)		200	0,2	0,2	27	111,1	342.1	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,1	0,2	20,1	94,7	ПР	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2	0,3	12,7	61,2	ПР	2008	
Итого за обед:			820	25,2	27,5	108,1	766,9		
Всего за день:				40,5	48,1	187,2	1332,9		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 4								
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3	5,3	53	45	2011
	ВОК " МЯСО С ОВОЩАМИ"	200	16,4	17,3	24,5	319,3	276	2016
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
Итого за завтрак:								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	500	20,1	20,6	67,7	537,9		
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	60	0,5	0,1	1,5	8,4	71	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	200	2	3,1	8,9	71,4	128-ттк	2021
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	100	14,5	20,1	12,6	289,3	269	2011
	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1	0	21,7	90	468	2016
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ПР	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	35	2,3	0,3	14,8	71,4	ПР	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3	338	2011
Итого за обед:								
		915	27,6	27,6	119,5	839,3		
Всего за день:								
			47,7	48,2	187,2	1377,2		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 5								
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,7	0,1	2,3	12,9	71	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	15,5	17,6	26,8	327,2	291-ттк	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	14,8	59,6	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПР	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)	100	0,4	0,3	10	45,6	338.1	2011
Итого за завтрак:								
		545	19,2	18,2	70,3	523,3		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0,7	3,7	2,3	46	27	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	10	82,7	82	2011
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	12,6	15,2	8,1	219,6	297	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	21,4	146,7	312	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ(яблоко)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61,2	ПР	2008
Итого за обед:								
		790	24,8	29	99,2	758		
Всего за день:								
			44	47,2	169,5	1281,3		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 1								
Завтрак								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	71	2011
	БИТОЧКИ "АПШЕТИТНЫЕ"	90	11,6	16,7	25	296,7	268-гтк	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0	10,1	42,2	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
Итого за завтрак:								
		540	19	20,3	78,2	572,6		
Обед								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,7	0,1	2,3	12,9	71	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,2	4,3	18,4	125,1	108	2011
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	13,9	17,2	3	222,3	290	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (абрикос)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)	100	0,8	0,3	9,3	43,1	338.2	2011
Итого за обед:								
		850	28	27,4	100,7	759,5		
Всего за день:								
			47	47,7	178,9	1332,1		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 2								
Завтрак	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60	0,9	3	2,6	41	29	2008
	ШАРИКИ "СОЛНЫШКО" -рыбные	100	12,6	10,4	8,4	177,5	486-ТТК	2021
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	21,4	146,3	312	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПР	2008
Итого за завтрак:								
		545	20,2	19,1	68,4	526,2		
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	71	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	10	82,7	82	2011
	ПЛОВ из мяса	200	22,7	23,3	40,1	460,9	265	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
Итого за обед:								
		705	28,1	28	96,4	750		
Всего за день:								
			48,3	47,1	164,8	1276,2		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 4								
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	71	2011
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА	90	9,6	15,5	12,9	229,7	321	2016
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	20	0,2	0,7	0,9	10,5	419-гтк	2021
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150	4,5	3,4	13,9	105	172	2021
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных	200	0,1	0,1	10,9	45	492	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
Итого за завтрак:								
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	580	19,3	20,2	68,7	534,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными	60	0,9	3	5,3	53	45	2011
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	200	1,9	6,4	14,9	124,4	123-п	2021
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	4,4	3,6	29,2	166,8	227	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0	0	19,4	77,4	349	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	ПР	2008
Итого за обед:		30	2	0,3	12,7	61,2	ПР	2008
Всего за день:		790	23,4	27,3	113	782,1		
			42,7	47,5	181,7	1316,2		

сезон: осенний
 возрастная категория: 7-11 лет
 пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 5								
Завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3	0	36,4	15	2011
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,3	7,5	36,3	245,5	225	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПР	2008
	БЛИНЧИКИ из п/ф	45	1,8	3,6	12,2	88,9	3-ТТК	2024
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021
Итого за завтрак:								
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	505	19,3	18,5	87	591,9		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	60	0,7	0,1	2,3	12,9	71	2011
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	200	1,5	4,0	10	82,7	82	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	17,2	24,1	29,8	404,9	263	2015
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	35	2,7	0,2	17,6	82,9	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
Итого за обед:								
Всего за день:								
		815	25,2	29,02	97,1	750,7		
			44,5	47,52	184,1	1342,6		

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	519,4	18,8	19,7	71,9	543,5
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		24,5	24,9	21,5	23,1

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:	845	25,72	27,12	110,5	787,54
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		33,4	34,3	33,0	33,5

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:		44,56	46,82	182,38	1331,08
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 50% от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		46,2	47,4	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		57,9	59,3	54,4	56,6

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	548,0	19,3	19,2	75,0	550,7
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		25,1	24,3	22,4	23,4

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	776	26,58	26,944	100,84	750,52
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		34,5	34,1	30,1	31,9

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:		45,90	46,12	175,80	1301,26
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 50% от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		46,2	47,4	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		59,6	58,4	52,5	55,4

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 11 ЛЕТ	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ	500	20	20	68	544
2 ДЕНЬ	550	19,6	19,3	74,1	546,8
3 ДЕНЬ	502	15,3	20,6	79,1	566
4 ДЕНЬ	500	20,1	20,6	67,7	537,9
5 ДЕНЬ	545	19	18	70	523
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	519,40	18,84	19,70	71,88	543,54
6 ДЕНЬ	540	19	20,3	78,2	572,6
7 ДЕНЬ	545	20,2	19,1	68,4	526,2
8 ДЕНЬ	570	18,8	17,8	72,5	528,9
9 ДЕНЬ	580	19,3	20,2	68,7	534,1
10 ДЕНЬ	505	19,3	18,5	87	591,9
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	548,00	19,32	19,18	74,96	550,74
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК)	533,7	19,08	19,44	73,42	547,14

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ	880	28	29	103	786
2 ДЕНЬ	820	23,2	22,6	122,5	787,5
3 ДЕНЬ	820	25,2	27,5	108,1	766,9
4 ДЕНЬ	915	27,6	27,6	119,5	839,3
5 ДЕНЬ	790	24,8	29	99,2	758
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	845,00	25,72	27,12	110,50	787,54
6 ДЕНЬ	850	28	27,4	100,7	759,5
7 ДЕНЬ	705	28,1	28	96,4	750
8 ДЕНЬ	720	28,2	23	97	710,3
9 ДЕНЬ	790	23,4	27,3	113	782,1
10 ДЕНЬ	815	25,2	29,02	97,1	750,7
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	776,00	26,58	26,94	100,84	750,52
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕД)	810,5	26,15	27,032	105,67	769,03

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА

по осеннему меню-24 г. для школьников возрастной категории 7-11 лет

Наименование продукта	Норма на 1 чел., г	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн., г	Факт. за день, г	Выполнение, %
Хлеб ржаной	48	20	20	45	55	45	40	35	60	50	35	405	48	100
Хлеб пшеничный	75	86	84	55	104	85	70	64	40	80	55	723	75	100
Мука пшеничная	4		3,3	9,2	11,2		19,8			11,8	2,4	57,7	4	100
Крупа (злаки), бобовые	27	24,2	52,5	52,4	35	35	35	45,3	16	36,1	48,8	380,3	27	100
Макаронные изделия	9		51				51					102	9	100
Картофель	112	188	16	115	141	144	40	144	220	194	108	1310	131	117
Овощи разные, зелень	168	76	250	226	192	209	151	246	141	217	170	1879	187,9	112
Фрукты свежие	92,5	237		40	135	100	107	30	166	25	100	940	94	100
Сухофрукты	7,5		20		20					20		60	6,5	87
Соки фруктовые	100		200			200	200	200			200	1000	100	100
Мясо	42			38	170		55,5	120	83	117	80	663	42	100
Субпродукты (печень,	18												18	100
Птица	21	67,3	89,9			139	75					371,5	21	100
Рыба	29		79,3					62,6		30,1		172	29	100
Молоко	150	297		217		44		31	39	37	421	1086	150	100
Творог	25	87										87	25	100
Сыр	5	10		12			6,8				10	38,8	5	100
Сметана	5	3		12,8			12,5			12,9		41,2	5	100

Масло сливочное	15	18,3	12,3	11,9	8,5	14,4	11,3	5,3	5,2	7,3	5,9	100,4	10	67
Масло растительное	9	7,5	21,7	15,5	19,6	12,1	8,5	17,1	16	17,6	13,1	148,7	14,9	166
Яйцо, шт.	0,5	0,2	0,2		0,1		0,1	0,2	2,6			3,4	0,5	100
Сахарный песок	18	28,1	15,1	26,2	35	17,1	10	12	32	23,4	12	210,9	18	100
Кондитерские изделия	6		30						20			50	6	100
Чай	0,5	0,5		0,6		0,5	0,5					2,1	0,2	40
Какао	0,5										2,4	2,4	0,2	40
Кофейный напиток	1	2,4										2,4	0,2	20
Крахмал	1,5							10				10	1	67
Соль	1,8	2,4	1,7	1,2	1,3		2,4	4,4		2	0,5	15,9	1,6	89

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Переводим 155 г мяса в 180 г печени. Печень- 100%.
2. Переводим 161,5 г птицы в 166,49 г мяса. Птица — 100%.
3. Переводим 135,2 г мяса в 163 г творога. Творог — 100 %.
4. Переводим 5,74 г мяса в 41 г молока. Молоко — 100 %.
5. Переводим 94,4 г мяса в 118 г рыбы. Рыба — 100 %.
6. Переводим 5,2 г мяса в 0,2 шт. яйца. Яйцо — 100 %.
7. Переводим 10,96 г мяса в 1,3 г сыра и 0,9 г сметаны. Сыр и сметана -100%.
8. Переводим 1,5 г фруктов в 0,5 г с/фруктов. Фрукты- 100%. С/фрукты — 87%.
9. Переводим 3 г сахара и 1,8 г муки в 10 г кондитерских изделий. - 100%
10. Переводим 1,2 г мак.изд. и 11 г крупы в 7 г хлеба ржаного и 3 г хлеба пш.- 100%

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

Кавказской инспекции ФБУЗ «Центр гигиены
и эпидемиологии в Краснодарском крае»
Тимашевском филиале

Церетов Ш.Б.



ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 3922/31 «14» 08 2024 года

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы
основного (организованного) меню (10-ти дневного) питания обучающихся в
общеобразовательных организациях муниципального образования Приморско-
Ахтарский район, сезон: осенний, возраст: от 7 до 11 лет, в том числе дети с
ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), разработанного ИП Чаушевой
М.Я.

Производство экспертизы начато: 06.08.2024г. 13.50ч.

Производство экспертизы окончено: 14.08.2024г. 15.45ч.

1. **Основание:** заявление ИП Чаушевой М.Я., зарегистрированное в Тимашевском филиале ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае» от 31.07.2024г. № 4757.

2. **Заявитель:** ИП Чаушева Марина Яковлевна.

Юридический адрес: 353864, Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Красноармейская, 112/2, кв. 5.

ИНН: 234702169698

ОГРН: 319237500238012

Фактический адрес: 353864, Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Красноармейская, 112/2, кв. 5.

3. **Разработчик:** ИП Чаушева М.Я.

Юридический адрес: 353864, Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Красноармейская, 112/2, кв. 5.

Фактический адрес: 353864, Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Красноармейская, 112/2, кв. 5.

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 (10-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Приморско-Ахтарский район, сезон: осенний, возраст: от 7 до 11 лет, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), разработанное ИП Чаушевой М.Я.;

Продолжение:
Страницы № 2-4

175 789

Тимашевский филиал
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»
352700, г. Тимашевск, ул. Ком-
мунальная, 3 тел 88613058345

-технологические карты кулинарных изделий (блюд).

6. Санитарно-эпидемиологическая оценка материалов:

Представленное «Основное (организованное) меню (10-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Приморско-Ахтарский район, сезон: осенний, возраст: от 7 до 11 лет, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)», разработанное ИП Чаушевой М.Я., на основе следующих документов:

-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.;

-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. 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. - 800с.;

-Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГАУЗ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПОЗ»/ 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 Чаушевой М.Я.

По результатам экспертизы меню установлено:

1.Основное (организованное) меню (10-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 (10 дней, с понедельника по пятницу) (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 рецептов (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 рецептов 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;

Тимошевский

филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Краснодарском крае»

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);

9.В меню соблюдены требования по массе порций блюд и кулинарных изделий для учащихся 7-11 лет (п.8.1.2 приложение № 9 таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20):

Название блюд	масса порций блюд в граммах (7- 11 лет)	
	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)	150-200	150-200
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	60-70	60-100
Первое блюдо	200	200-250
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	90-120	90-120
Гарнир	150-180	150-200
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао, сок)	200	180-200
Фрукты	100-120	100

10.Суммарные объёмы блюд по приемам пищи для учащихся с 7 до 11 лет соответствуют требованиям п.8.1.2 приложение № 9 таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

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	533,7	500
Обед	810,5	700

11.В меню соблюдены требования по среднему % калорийности за неделю для учащихся 7-11 лет, что соответствует требованиям п.8.1.2, приложение № 10 таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20):

Горячие завтраки для детей 7-11 лет

1 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	Средняя ккал за 5 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
завтрак	20-25	544	546,8	566	537,9	523	543,5	23,1%
Суточная калорийность - 2350 ккал. - 100%, 470-587,5 ккал. - 20-25%								

2 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	Средняя ккал за 5 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
завтрак	20-25	572,6	526,2	528,9	534,1	591,9	550,7	23,4%
Суточная калорийность - 2350 ккал. - 100%, 470-587,5 ккал. - 20-25%								

Горячие обеды для детей 7-11 лет

1 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	Средняя ккал за 5 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
обед	30-35	786	787,5	766,9	839,3	758	787,5	33,5%
Суточная калорийность - 2350 ккал. -100%, 705,0-822,5 ккал. - 30-35%								

Тимошевский филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

2 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	Средняя ккал за 5 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
обед	30-35	759,5	750	710,3	782,1	750,7	750,5	31,9%
Суточная калорийность - 2350 ккал. -100%; 705,0-822,5 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):

Прием пищи	Белки	Жиры	Углеводы
Суточная потребность для завтрака	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75
1 неделя завтрак (среднее значение)	18,84	19,7	71,88
2 неделя завтрак (среднее значение)	19,32	19,18	74,96
Суточная потребность для обеда	23,1-26,95	23,7-27,65	100,5-117,25
1 неделя обед (среднее значение)	25,72	27,12	110,50
2 неделя обед (среднее значение)	26,58	26,94	100,84

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»).

7.Вывод: Основное (организованное) меню (10-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Приморско-Ахтарский район, сезон: осенний, возраст: от 7 до 11 лет, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), разработанное ИП Чаушевой М.Я. 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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 507203158059586111652294573924499816527024422891

Владелец Башта Марина Николаевна

Действителен с 11.01.2024 по 10.01.2025