

УТВЕРЖДАЮ



Н.А.Игнаткина

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ**  
**(10-ти дневное)**  
**ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ**  
**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАНЕВСКОЙ РАЙОН**  
Сезон: зимне-весенний  
Возраст: от 7 до 11 лет

СОГЛАСОВАНО



Директор СОШ № 15

*Игнаткина*

2024 год

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г				
Неделя 1 День 1									
завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	200	7,6	9,6	31,9	245,9	175	2011	
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	15	3,5	4,4	0	53,7	75	2021	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,4	10	51,5	574	2021	
	ПРЯНИКИ ***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	580	2021	
Итого за завтрак:	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ТОРЦИЯМИ) помидоры **	500	17,4	15,7	85,7	555,9			
обед	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021	
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021	
Итого за обед:		100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021	
Итого за день:		890	25,5	23,8	109,3	741,1			
		1390	42,9	39,5	195	1297			

\* - Допускается выдача иных фруктов

\*\* - Допускается выдача иных овощей

\*\*\* - Допускается выдача иных кондитерских изделий

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод Ы, г			
Неделя 1 День 2								
Завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ТОРЦИЯМИ) огуры **							
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-ттк	100	10,6	13,2	14,3	218,5	321	2016
	КАША ПШЕННАЯ ВЯКАЯ	25	0,2	0,8	1,2	13	419-ттк	2021
	ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ	155	4,2	4	25,8	156,6	225	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	200	0,3	0,1	21,7	89,9	467	2016
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,9	0,2	12,3	58,5	573	2021
Итого за завтрак:		20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	585	19,3	18,7	84,3	584,3		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	70	0,9	4,3	4,3	58,9	31	2021
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ-ттк	200	5	2,9	11,7	92,6	113	2021
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	110	9,5	9	12	166,5	239	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,2	7,7	23,9	173,1	145	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	200	3,3	2,9	13,9	94	462	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
Итого за обед:		25	2	0,4	10	51,5	574	2021
Итого за день:		795	26,9	27,5	95,5	730,2		
		1380	46,2	46,2	179,8	1314,5		

\*\* - Допускается выдача иных овощей



сезон: зима-весна

возрастная категория: 7-11 лет  
среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 3	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЙМИ) помидоры **	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021
		110	9,5	11	12	166,5	486-ттк	2021
		150	4,1	6	8,7	105	377	2021
завтрак	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	30	0,3	1	1,4	15,7	419-ттк	2021
		200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
		30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
Итого за завтрак:	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-ттк	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
		600	18,8	18,7	66,1	489,2		
		60	0,7	0,1	4,4	23,6	56	2011
обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,1	4,1	10,6	87,6	100	2021
		200	13,3	17,5	29,8	430,9	263	2011
		200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
Итого за обед:	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
		25	2	0,4	10	51,5	574	2021
		20	1,1	0,9	14,8	73,2	581	2021
Итого за день:	ХЛЕБ РЖАНОЙ	745	22,4	23,5	113,1	858,4		
		1345	41,2	42,2	179,2	1347,6		

\*\* - Допускается выдача иных овощей

\*\*\* - Допускается выдача иных кондитерских изделий

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод Ё, г			
Неделя 1 День 4	завтрак							
		180	14,4	14,4	42,7	360	286-гтк	2021
		15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021
		200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
		20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
		20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
		535	19,2	16,7	87,9	579,1		
		60	0,7	3,1	3,3	43,8	2	2021
		200	2	3,1	8,9	71,4	128	2021
		90	9,5	16,4	2,3	274,5	256	2011
		150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
		200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
		50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
Итого за обед:	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021
		120	0,5	0,5	11,8	52,8	82	2021
Итого за день:		905	23,5	27,3	97,5	808,7		
		1440	42,7	44	185,4	1387,8		

\* - Допускается выдача иных фруктов



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод Ы, г				
Неделя 1 День 5									
Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ВОК ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ-ТТК КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)*	60 180 200 20 20	1 12,5 2,8 1,5 1,6	3,6 13,9 2,5 0,2 0,3	4,9 32,2 13,6 9,8 8	56,4 294,8 88 46,8 41,2	9 375-ттк 465 573 574	2021 2021 2021 2021 2021	
Итого за завтрак:		100	0,8	0,2	7,5	38	82	2021	
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы ** БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (зеленый горошек)-ттк СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ	580 60 200 200 100 150 200 50	20,2 0,5 1,5 12,6 4,1 1	20,7 0,1 3,5 15,2 5,8 0,2	7,5 1 5,6 8,1 23,8 20,2	565,2 6,6 60 265,4 112,9 86	82 149 95 297 400-ттк 501	2021 2021 2021 2021 2021 2021	
Итого за обед:		795	26,3	25,7	97,3	720	574	2021	
Итого за день:		1375	46,5	46,4	173,3	1285,2			

\* - Допускается выдача иных фруктов

\*\* - Допускается выдача иных овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 1								
завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ молочная	200	8,2	6,4	36,9	239,5	223	2021
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	79	2021
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	10	2,3	3	0	35,8	75	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
Итого за завтрак:		500	20,1	20,5	86,5	611,4		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	2,1	2,8	7,5	64	115	2021
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	13,4	22,9	31,1	432,1	259	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за обед:		830	22,4	27,1	101,2	786,1		
Итого за день:		1330	42,5	47,6	187,7	1397,5		

\* - Допускается выдача иных фруктов

\*\* - Допускается выдача иных овощей



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод Ы, г			
Неделя 2 День 2								
завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огуры **	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021
	НАПЕТЕСЫ КУРИНЫЕ	100	10,8	10,2	13,6	276,6	326	2016
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-тук	25	0,2	0,8	1,2	13	419-тук	2021
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных	200	0,1	0,1	10,9	45	492	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		575	20,2	16,7	74,2	613,7		
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,6	3,7	4,5	53,4	22	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ -тук	100	12,8	4,1	5,9	112,6	308-тук	2021
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, тушенные в соусе	180	3,9	11,8	29,4	239,9	142	2021
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
Итого за обед:		25	2	0,4	10	51,5	574	2021
Итого за день:		805	24	24	98,9	709		
		1380	44,2	40,7	173,1	1322,7		

\*\* - Допускается выдача иных овощей



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 3								
завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство) ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ-тлк	60	1,1	5,3	4,6	70,8	150	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	13,5	11,6	3,5	201,2	268-тлк	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ПРЯНИКИ ***	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за завтрак:		20	1,1	0,9	14,8	73,2	581	2021
обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	560	19,4	18,6	67,7	545,4		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	60	0,8	3,7	4,6	54,6	26	2021
	ТЕФТЕЛИ МАСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	200	5	2,9	11,7	92,6	113	2021
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗАКА	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	155	4,2	4	25,8	156,6	225	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
Итого за обед:		40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
Итого за день:		40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
		805	27,5	25,4	98,5	722,4		
		1365	46,9	44	166,2	1267,8		

\* - Допускается выдача иных фруктов

\*\*\* - Допускается выдача иных кондитерских изделий

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод Ы, г				
Неделя 2 День 4									
завтрак	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,6	1,6	40,8	16	2021	
	ПЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	110	9,5	9	12	166,5	239	2011	
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,1	6	8,7	105	377	2021	
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	18,3	78	496	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	25	1,9	0,2	15,3	58,5	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021	
Итого за завтрак:		565	18,3	19,4	63,9	490			
	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	70	1	4,2	5,9	65,9	1	2021	
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,1	4,1	10,6	87,6	100	2021	
	ГУЛЯШ	100	10,6	14,9	2,9	309	260	2011	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ	155	2,3	4,6	26,4	155,2	324	2008	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	200	0,1	0,1	11,1	46	486	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021	
Итого за обед:		815	23,1	28,9	97,5	863,1			
Итого за день:		1380	41,4	48,3	161,4	1353,1			



сезон: зима-весна

возрастная категория: 7-11 лет

пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 5								
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ							
	ПШОВ из мяса	60	0,3	3,7	4,6	55,2	30	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	11,7	13,52	27,68	331,2	330	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧный ФОРМОВОЙ	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		110	0,4	0,4	10,8	48,4	82	2021
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАНные (ПОРЦИЯМИ) помидоры **	580	16,6	18,22	75,38	586,2		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНные ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА-тТк	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	КАША ПШЕНИЧная ВЯЗКАЯ	100	14,9	18	30,5	299,8	294-тТк	2011
	СОКИ ОВОЩные, ФРУКТОВые И ЯГОДные	150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧный ФОРМОВОЙ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за обед:		120	0,5	0,5	11,8	52,8	82	2021
Итого за день:		880	26,2	26	115	753,7		
		1460	42,8	44,22	190,38	1339,9		

\* - Допускается выдача иных фруктов

\*\* - Допускается выдача иных овощей

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

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:					
СанПиН 100 % суточной нормы:	560	18,98	18,1	80	554,74
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
Выход норм в % соотношении за 5 дней		19,25	19,75	83,75	587,5
		24,65	22,91	23,88	23,61

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

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого обеды за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:					
СанПиН 100 % суточной нормы:	826	24,92	25,56	102,54	771,68
норма по СанПиН 30 % от суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
Выход норм в % соотношении за 5 дней		26,95	27,65	117,25	822,5
		32,36	32,35	30,61	32,84

**ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД =50-60% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)**

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:					
СанПиН 100 % суточной нормы:	1386	43,9	43,66	182,54	1326,42
норма по СанПиН 50 % от суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
Выход норм в % соотношении за 5 дней		46,2	47,2	201	1410
		57,01	55,27	54,49	56,44



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

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	556	18,92	18,684	73,536	569,34
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	23,65	21,95	24,23

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

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	827	24,64	26,28	102,22	766,86
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		32,00	33,27	30,51	32,63

**ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД =50-60% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)**

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого за 5 дней (вторую неделю) в среднем фактически:	1383	43,56	44,964	175,756	1336,2
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	47,2	201	1410
Выход норм в % соотношении за 5 дней		56,57	56,92	52,46	56,86

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7- 11 ЛЕТ					
	Суммарн ый вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
1 ДЕНЬ	500	17,4	15,7	85,7	555,9
2 ДЕНЬ	585	19,3	18,7	84,3	584,3
3 ДЕНЬ	600	18,8	18,7	66,1	489,2
4 ДЕНЬ	535	19,2	16,7	87,9	579,1
5 ДЕНЬ	580	20,2	20,7	76	565,2
6 ДЕНЬ	560	18,98	18,1	80	554,74
7 ДЕНЬ	500	20,1	20,5	86,5	611,4
8 ДЕНЬ	575	20,2	16,7	74,2	613,7
9 ДЕНЬ	560	19,4	18,6	67,7	545,4
10 ДЕНЬ	565	18,3	19,4	63,9	490
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	580	16,6	18,22	75,38	586,2
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК):	556	18,92	18,684	73,536	569,34
	558	18,95	18,392	76,768	562,04

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7- 11 ЛЕТ					
	Суммарн ый вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
1 ДЕНЬ	890	25,5	23,8	109,3	741,1
2 ДЕНЬ	795	26,9	27,5	95,5	730,2
3 ДЕНЬ	745	22,4	23,5	113,1	858,4
4 ДЕНЬ	905	23,5	27,3	97,5	808,7
5 ДЕНЬ	795	26,3	25,7	97,3	720
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	826	24,92	25,56	102,54	771,68
6 ДЕНЬ	830	22,4	27,1	101,2	786,1
7 ДЕНЬ	805	24	24	98,9	709
8 ДЕНЬ	805	27,5	25,4	98,5	722,4
9 ДЕНЬ	815	23,1	28,9	97,5	863,1
10 ДЕНЬ	880	26,2	26	115	753,7
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	827	24,64	26,28	102,22	766,86
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕДЫ):	826,5	24,78	25,92	102,38	769,27



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»  
Тимошине В.В. Ф.И.О.  
Иванов И.Б.

ЭКСПЕРТНОЕ

ОТВЕЧЕНИЕ

№ 02/31 от 27.12.2023 года

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы  
основного (организованного) меню (10-ти дневного) питания обучающихся в  
общеобразовательных организациях муниципального образования Каневской  
район, сезон: зимний, возраст: от 7 до 11 лет, в том числе дети с ограниченными  
возможностями здоровья (ОВЗ), разработанного ИП Игнаткиной Н.А.

Производство экспертизы начато: 25.12.2023г. в 13.15ч.  
Производство экспертизы окончено: 27.12.2023г. в 15.30ч.

1. Основание: заявление ИП Игнаткиной Н.А., зарегистрированное в Тимашевском  
филиале ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае» от 25.12.2023г.  
№ 114.

2. Заявитель: ИП Игнаткина Наталья Александровна.  
Юридический адрес: 353860, Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Братьев  
Кошневых, д. 15, кв. 55.  
ИНН: 23-4700318305  
ОГРН: 315236900001500

фактический адрес: 353860, Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Братьев  
Кошневых, д. 15, кв. 55.  
3. Разработчик: ИП Игнаткина Н.А.  
Юридический адрес: 353860, Краснодарский край, г. Приморско-Ахтарск, ул. Братьев  
Кошневых, д. 15, кв. 55.

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

4. Цель экспертизы: на соответствие 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.

5. Перечень рассмотренных материалов:  
- Основное (организованное) меню (10-ти дневное) питания обучающихся в  
общеобразовательных организациях муниципального образования Каневской район,  
сезон: зимний, возраст: от 7 до 11 лет, в том числе дети с ограниченными  
возможностями здоровья (ОВЗ), разработанное ИП Игнаткиной Н.А.;  
- технологические карты кулинарных изделий (блюд).

175 324

Подпись: \_\_\_\_\_  
Служба: 2-4

Тимошине В.В. Ф.И.О.  
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»  
353700, Тимашевск, ул. Ком.  
музыкальное з.ч. 886130518345

**6. Санитарно-эпидемиологическая оценка:**

Стр. 2  
От 27.12.2023 № 92/37

Представленное «Основное (организованное) меню (10-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Каневской район, сезон: зимний, возраст: от 7 до 11 лет, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)», разработанное ИП Игнаткиной Н.А., 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 НИЦД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЭДИП, ИП 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 (10-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Каневской район, на зимний 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 рецепты 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;
- 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.

Игнаткина Н.А.

ИП Игнаткиной Н.А. - филиал ФБУЗ «Центр питания и эпидемиологии» в Пермском крае



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 блюда	масса порций блюд в граммах (7-11 лет)	
	фактическая	нормируемая
Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход жидкого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)	150-200	150-200
Первое блюдо	60-70	60-100
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	200	200-250
Гарнир	90-110	90-120
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао, сок)	150-180	150-200
Фрукты	200	180-200
	100-120	100

10. Суммарные объемы 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 объемы блюд по приемам пищи (в граммах) в среднем	Нормируемые суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах, не менее)
Завтрак	558	500
Обед	826,5	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	555,9	584,3	489,2	579,1	565,2	554,74	23,61%
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	611,4	613,7	545,4	490	586,2	569,34	24,23%
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	741,1	730,2	858,4	808,7	720	771,66	32,84%
Суточная калорийность - 2350 ккал. - 100%, 705,0-822,5 ккал. - 30-35%								

2 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	Средняя ккал за 5 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
обед	30-35	786,1	709	722,4	863,1	753,7	766,86	32,63%
Суточная калорийность - 2350 ккал. - 100%, 705,0-822,5 ккал. - 30-35%								

Тимашевский

Финанс. ФБОУЗ «Центр здоровья и психообразования и Каневской школы»

Стр. 4  
От 27.12.2023 № 94/37

12. В меню сбалансировано содержание белков, жиров и углеводов в зависимости от приема 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)	18,98	18,1	80
2 неделя завтрак (среднее значение)	18,92	18,684	73,536
Суточная потребность для обеда	23,1-26,95	23,7-27,65	100,5-117,25
1 неделя обед (среднее значение)	24,92	25,56	102,54
2 неделя обед (среднее значение)	24,64	26,28	102,22

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 Капсеровской район, сезон: зимний, возраст: от 7 до 11 лет, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), 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

Жилищевский

Филиал СПЕУЗ - Центр гигиены и эпидемиологии  
и радиационной безопасности