

УТВЕРЖДАЮ



И.А.Игнаткина

2024 год

СОГЛАСОВАНО



Директор СОИП № 16

2024 год

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ (10-ти дневное)

ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАНЕВСКОЙ РАЙОН

Сезон: осенний

Возраст: от 12 лет и старше

В том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

сезон: осенний
возрастная категория: 12 лет и старше
понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. г			
Неделя 1 день 1								
Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112,2	14	2011
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущенным молоком	200	20,7	10,7	49,6	392,3	236-тпк	2012
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0	10,1	42,2	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	573	2021
Итого за завтрак:	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	115	0,5	0,5	11,3	51,1	338	2011
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	550	23	23,7	81,1	645,2		
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	100	1,2	0,2	3,8	21,5	71	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,6	2,8	19,8	115,7	101	2011
Обед	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	14,9	18	14,5	279,7	294-тпк	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,3	25,7	175,5	312	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	119	2008
Итого за обед:	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	119	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)	120	0,5	0,3	12	54,7	338,1	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	1000	29,4	30,5	113	846,9		
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	8	6,8	44,8	273	564	2021
Полдник	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	5,8	5	8	106	386	2011
	КЕФИР	350	13,8	11,8	52,8	379		
Итого за полдник:			66,2	65,96	246,9	1871,1		
Всего за день:								

сезон: осенний
возрастная категория: 12 лет и старше
вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 2								
Завтрак	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	100	1,5	5	4,4	68,3	29	2008
	НАГЕТСЫ КУРИНЫЕ	100	10,8	10,2	13,6	189,4	326-ткк	2016
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	25	0,2	0,8	1,2	13	419-ткк	2021
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	5,9	35,5	221,4	256	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (абсолютно)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
Итого за завтрак:	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2	ПР	2008
		630	22,1	22,3	86,8	634,7		
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	110	0,8	6,7	2,6	74	20	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,9	5	12,5	103,4	82	2011
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	150	16,5	8,8	8,6	181,1	229	2011
Обед	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,3	7	45,2	260,9	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:								
Полдник	БЛИНЧИКИ из п/ф	970	27,9	28,9	135,1	914,8		
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	135	5,3	10,9	36,7	266,7	3-ткк	2024
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	23	1,7	2	12,8	75,2	471	2021
Итого за полдник:		200	1,6	1,3	10,8	61,3	378	2011
		358	8,6	14,2	60,3	403,2		
Всего за день:								
			58,6	65,4	282,2	1952,7		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 3		15	3,5	4,4	0	54,6	15	2011
Завтрак	Сыр (порциями)	240	8,9	14,4	41,7	333,2	175	2011
	КАША вязкая молочная из риса и пшена	200	0,1	0	9,9	40,2	376	2011
	чай с сахаром	30	2,3	0,2	15,1	71	ПР	2008
	ХЛЕБ пшеничный	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
	ХЛЕБ ржаной	45	1,8	3,6	12,2	88,9	3-ггк	2024
	БЛИНЧИКИ из пш	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	565	19	24,1	95,7	677,8		
Итого за завтрак:		100	1,4	6,1	8,3	93,5	52	2011
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	250	5,7	5,4	18,9	147,2	102	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	120	12,1	15	12,5	223,2	279	2011
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	200	3,8	5,6	18,7	135,1	177-н	2021
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	200	0,2	0,2	27	111,1	342-1	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ый ВАРИАНТ)	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ПР	2008
	ХЛЕБ пшеничный	30	2	0,3	12,7	61,2	ПР	2008
	ХЛЕБ ржаной	950	29	32,9	123,2	889,7		
Итого за обед:		160	8,2	4	48	260,8	451	2008
Полдник	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	2011
	МОЛОКО КИпяченое	360	14,1	9,1	57,8	371,3		
Итого за полдник:			62,1	66,1	276,7	1938,8		
Всего за день:								

сезон: осенний
возрастная категория: 12 лет и старше
четверг

Пример пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г			
Неделя 1 день 4								
Завтрак	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	5,1	8,9	88,3	45	2011
	ВОС * МЯСО С ОВОЩАМИ*	210	17,2	18,2	25,7	335,2	276	2016
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	17,4	69,7	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	111	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61,2	111	2008
Итого за завтрак:								
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	100	0,8	0,1	2,5	14	71	2011
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	2,5	3,9	11,1	89,3	128-тик	2021
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	100	14,5	20,1	12,6	289,3	269	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,7	3,9	27,7	164,5	223	2021
	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	21,7	90	468	2016
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	111	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	111	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	2011
	ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА	1020	29,4	29,1	127,5	891,5		
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	7,1	6,9	25,1	189	225	2011
Итого за обед:								
Полдник	ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА	200	3,8	3	24,4	141	382	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ	350	10,9	9,9	49,5	330		
Итого за полдник:								
Всего за день:			63,3	62,8	256,8	1846,9		

сезон: осенний
возрастная категория: 12 лет и старше
пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г			
Неделя 1 день 5								
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	100	1,2	0,2	3,8	21,5	71	2011
	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	200	20,6	23,4	35,7	436,4	291-тгк	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	14,8	59,6	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
Итого за завтрак:	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)	100	0,4	0,3	10	45,6	338,1	2011
		620	23,6	24,1	72,8	603,9		
	Обед							
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	1,1	6,1	3,8	76,7	27	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,9	5	12,5	103,4	82	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУРИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	12,6	15,2	8,1	219,6	297	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,4	25,7	176,3	312	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
Итого за обед:	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	ПР	2008
		920	26,8	33,6	111,8	859,4		
	Полдник							
Итого за полдник:	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА (с яблоками)	150	8	6,8	44,7	273,564	2021	
	КЕФИР	200	5,8	5	8	106,386	2011	
		350	13,8	11,8	52,7	379		
	Всего за день:							
			64,2	69,5	237,3	1842,3		

сезон: осенний
возрастная категория: 12 лет и старше
понедельник

понедельник		Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
Пример пищи	Белки, г			Жиры, г	Углевод. в-во, г				
Неделя 2 день 1									
		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	100	0,8	0,1	2,5	14	71	2011
		БИТОЧКИ "АПЕТИТНЫЕ"	100	12,9	18,6	27,8	329,9	268-тк	2011
		КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,7	3,9	27,7	164,5	223	2021
		Чай с лимоном	200	0,2	0	10,1	42,2	377	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2	ПР	2008
			605	20,5	22,8	80,6	609,8		
Итого за завтрак:									
Обед									
		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	100	1,2	0,2	3,8	21,5	71	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	4,1	5,4	23	156,8	108	2011
		ПТИЦА, тушенная в соусе	110	15,3	18,9	3,3	244,7	290	2011
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	5,9	35,5	221,4	256	2021
		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (абрикос)	180	0,9	0,2	17,6	75,1	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
			960	31,8	31,2	111	850,8		
Итого за обед:									
Полдник									
		ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА	150	7,1	6,9	25,1	189	225	2011
		КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	24,4	141	382	2011
			350	10,9	9,9	49,5	330		
Итого за полдник:									
Всего за день:				63,2	63,9	241,1	1790,6		

сезон: осенний
возрастная категория: 12 лет и старше
вторник

Присем пища	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 2								
	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	100	1,5	5	4,4	68,3	29	2008
	ШАРИКИ "СОЛНЫШКО"-рыбные	100	12,6	10,4	8,4	177,5	486-тк	2021
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,3	25,7	175,5	312	2011
	*СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	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
Итого за завтрак:								
		630	22,5	22,3	81,7	616,5		
Обед								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	100	0,8	0,1	2,5	14	71	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,9	5	12,5	103,4	82	2011
	ПЮФ из мяса	225	25,5	26,2	45,1	518,3	265	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	200	0,2	0,2	23,8	98	476	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 обед:								
		835	32,8	31,9	112,5	869,2		
Полдник								
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СЛОБНОГО ТЕСТА (с яблоками)	150	8	6,8	44,8	273	564	2021
	КЕФИР	200	5,8	5	8	106	386	2011
Итого за полдник:								
		350	13,8	11,8	52,8	379		
Всего за день:								
			69,1	66	247	1864,7		

сезон: осенний
возрастная категория: 12 лет и старше
среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2, день 3								
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	1,6	4,2	8,1	76,9	53	2011
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	18	18,7	3,5	254,3	210-тк	2011
	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	21,7	90	468	2016
	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:	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)	100	0,8	0,3	9,3	43,1	338,2	2011
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	ПР	2008
		655	23,6	24,1	74,5	613,1		
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,1	6,2	3,5	75,8	23	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,7	5,4	18,9	147,2	102	2011
Обед	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	20,5	15,7	28,4	337,7	328	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
		840	32,6	28	110,6	827,7		
Итого за обед:								
Полдник	БЛИНЧИКИ из п/ф	135	5,3	10,9	36,7	266,7	3-тк	2024
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	23	1,7	2	12,8	75,2	471	2021
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,6	1,3	10,8	61,3	378	2011
Итого за полдник:								
Всего за день:								
			64,8	66,3	245,4	1814		

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								
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	100	0,8	0,1	2,5	14	71	2011
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА	100	10,6	17,2	14,3	255,1	321	2016
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	20	0,2	0,7	0,9	10,5	419-ггк	2021
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	180	5,4	4,1	16,7	126	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	11Р	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	11Р	2008
Итого за завтрак:								
Обед		660	21,5	22,6	73,9	586,1		
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	5,1	8,9	88,3	45	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными	250	2,4	7,9	18,6	155,4	123-п	2021
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,3	4,3	35	200,2	227	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	11Р	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61,2	11Р	2008
Итого за обед:								
Полдник		920	26,1	31,7	131,1	905,5		
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	160	8,2	4	48	260,8	451	2008
Итого за полдник:	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	2011
		360	14,1	9,1	57,8	371,3		
Всего за день:								
			61,7	63,4	262,8	1862,9		

сезон: осенний
возрастная категория: 12 лет и старше
пятица

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2 день 5		10	2,3	3	0	36,4	15
	Сыр (порциями)	250	10,3	9,4	45,3	306,8	225
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	3,3	2,9	13,8	94	462
	КАКАО С МОЛОКОМ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР 2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПР 2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	1,8	3,6	12,2	88,9	3-ПК 2024
	БЛИНЧИКИ из п/ф	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	555	21,3	20,4	96	653,2	
Итого за завтрак:		100	1,2	0,2	3,8	21,5	71
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	250	1,9	5	12,5	103,4	82
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	225	19,4	27,1	33,6	455,9	263
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	200	1	0,2	19,6	83,4	389
	СОК ОВОЩНЫЙ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	40	3,1	0,2	20,1	94,7	ПР 2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	ПР 2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	0,8	0,3	9,3	43,1	338,2
	ФРУКТЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)	940	29,1	33,2	109,5	853	
Итого за обед:		150	7,1	6,9	25,1	189	225
Полдник	ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА	200	3,8	3	24,4	141	382
	КАКАО С МОЛОКОМ	350	10,9	9,9	49,5	330	
Итого за полдник:			61,3	63,5	255	1836,2	
Всего за день:							

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:	583,0	22,1	23,6	83,2	637,4
СанПиН 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	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 5 дней		24,6	25,6	21,7	23,4

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

	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого обеды за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	972,0	28,5	31,0	122,1	880,5
СанПиН 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	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 5 дней			33,7	31,9	32,4

ИТОГО ПОЛДНИК 10-15 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого полдники за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	353,6	10,2	9,5	45,5	310,4
СанПиН 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	2720
норма по СанПиН 10 % от суточной нормы:		9	9,2	38,3	272
норма по СанПиН 15 % от суточной нормы:		13,5	13,8	57,45	408
выход норм в % соотношении за 5 дней		11,3	10,3	11,9	11,4

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД+ПОЛДНИК= 60-75 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:		62,88	65,95	259,98	1890,36
СанПиН 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	2720
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:		54,00	55,20	229,80	1632,00
норма по СанПиН 75% от суточной нормы:		67,50	69,00	287,25	2040,00
выход норм в % соотношении за 5 дней		69,9	71,7	67,9	69,5

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:	621,0	21,9	22,4	81,3	615,7
СанПиН 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	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 5 дней		24,3	24,4	21,2	22,6

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

	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	899,0	30,5	31,2	114,9	861,2
СанПиН 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	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 5 дней		33,9	33,9	30,0	31,7

ИТОГО ПОЛДНИК 10-15 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого полдни за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	353,6	11,7	11,0	54,0	362,7
СанПиН 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	2720
норма по СанПиН 10 % от суточной нормы:		9	9,2	38,3	272
норма по СанПиН 15 % от суточной нормы:		13,5	13,8	57,45	408
выход норм в % соотношении за 5 дней		13,0	11,9	14,1	13,3

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД+ПОЛДНИК= 60-75 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:		64,02	64,62	250,26	1839,68
СанПиН 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	2720
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:		54,00	55,20	229,80	1632,00
норма по СанПиН 75% от суточной нормы:		67,50	69,00	287,25	2040,00
выход норм в % соотношении за 5 дней		71,1	70,2	65,3	67,6

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ	суммарный вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ	550	23	24	81	645
2 ДЕНЬ	630	22,1	22,3	86,8	634,7
3 ДЕНЬ	565	19	24,1	95,7	677,8
4 ДЕНЬ	550	23	23,8	79,8	625,4
5 ДЕНЬ	620	23,6	24,1	73	604
	0	0,0	0	0	0
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	583,00	22,14	23,59	83,24	637,40
6 ДЕНЬ	605	20,5	22,8	80,6	609,8
7 ДЕНЬ	630	22,5	22,3	81,7	616,5
8 ДЕНЬ	655	23,6	24,1	74,5	613,1
9 ДЕНЬ	660	21,5	22,6	73,9	586,1
10 ДЕНЬ	555	21,3	20,4	96	653,2
	0	0	0	0	0
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	621,00	21,88	22,44	81,34	615,74
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК)	602	22,0	23,0	82,3	626,6

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ	1000	29	31	113	847
2 ДЕНЬ	970	27,9	28,9	135,1	914,8
3 ДЕНЬ	950	29	32,9	123,2	889,7
4 ДЕНЬ	1020	29,4	29,1	127,5	891,5
5 ДЕНЬ	920	26,8	33,6	111,8	859,4
	0	0	0	0	0
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	972,0	28,5	31,0	122,1	880,5
6 ДЕНЬ	960	31,8	31,2	111	850,8
7 ДЕНЬ	835	32,8	31,9	112,5	869,2
8 ДЕНЬ	840	32,6	28	110,6	827,7
9 ДЕНЬ	920	26,1	31,7	131,1	905,5
10 ДЕНЬ	940	29,1	33,2	109,5	853
	0	0	0	0	0
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	899,00	30,48	31,20	114,94	861,24
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕД)	935,5	29,5	31,1	118,5	870,9

ДНИ ПРИЕМА ЛИЦ (ПОЛДНИК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ		Суммарный пос.		Полдник		Всего		Всего		Всего	
12 ЛЕТ И СТАРШЕ		0000		14		12		53		379	
1 ДЕНЬ		358		8,6		14,2		60,3		403,2	
2 ДЕНЬ		360		14,1		9,1		57,8		371,3	
3 ДЕНЬ		350		10,9		9,9		49,5		330	
4 ДЕНЬ		350		13,8		11,8		52,7		379	
5 ДЕНЬ		0		0		0		0		0	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:		353,6		12,2		11,4		54,6		372,5	
7 ДЕНЬ		350		10,9		9,9		49,5		330	
8 ДЕНЬ		350		13,8		11,8		52,8		379	
9 ДЕНЬ		358		8,6		14,2		60,3		403,2	
10 ДЕНЬ		360		14,1		9,1		57,8		371,3	
11 ДЕНЬ		350		10,9		9,9		49,5		330	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:		0		0		0		0		0	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ПОЛДНИК)		353,60		11,66		10,98		53,98		362,70	
		353,6		12,0		11,2		54,3		367,6	

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /Под ред. М.П. Могилыного и В.А. Тутельная. - М.:ДеЛин 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. Перевалов, Н.В. Талешкина. - 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».

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

инспекции ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»



Церенов Ш.Б.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 3818/31 «14» 08 2024 года

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы

основного (организованного) меню (10-ти дневного) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Каневской район, сезон: осенний, возраст: от 12 лет и старше, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), разработанного ИП Игнаткиной Н.А.

Производство экспертизы начато: 05.08.2024г. 11.30ч.

Производство экспертизы окончено: 14.08.2024г. 15.00ч.

1. Основание: заявление ИП Игнаткиной Н.А., зарегистрированное в Тимашевском филиале ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае» от 31.07.2024г. № 4756.

2. Заявитель: ИП Игнаткина Наталия Александровна.

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

ИНН: 234700318305

ОГРН: 315236900001500

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

3. Разработчик: ИП Игнаткина Н.А.

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

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

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 Каневской район, сезон: осенний, возраст: от 12 лет и старше, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), разработанное ИП Игнаткиной Н.А.;

Тимашевский

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»
352700, Тимашевск, ул. Кан-
мульская, 3 тел. 88693858345

Приложение:
Страницы № 2-4

175 784

-технологические карты кулинарных изделий (блюды).

6. Санитарно-эпидемиологическая оценка материалов:

Представленное «Основное (организованное) меню (10-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Каневской район, сезон: осенний, возраст: от 12 лет и старше, 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. - 800 с.;

-Сборник рецептов 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 (10-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Каневской 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, обед и полдник (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.

Тимошевский

ФГБОУ ВО «ВУЗ» - Центр гигиены и эпидемиологии
в Краснодарском 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 от 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, овошное, 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.)	100-110	100-150
Первое блюдо	250	250-300
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	100-150	100-120
Гарнир	180-200	180-230
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао, сок)	180-200	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 от 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	602	550
Обед	935,5	800
Полдник	353,6	350

11.В меню соблюдены требования по среднему % калорийности за неделю для учащихся от 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 от 12 лет и старше:

1 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	Средняя ккал за 5 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
завтрак	20-25	645	634,7	677,8	625,4	604	637,4	23,4%
Суточная калорийность – 2720 ккал. - 100%, 544-680 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	609,8	616,5	613,1	586,1	653,2	615,7	22,6%
Суточная калорийность – 2720 ккал. - 100%, 544-680 ккал. – 20-25%								

Горячие обеды для детей от 12 лет и старше

1 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	Средняя ккал за 5 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
обед	30-35	847	914,8	889,7	891,5	859,4	880,5	32,4%
Суточная калорийность – 2720 ккал. - 100%, 816-952 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	850,8	869,2	827,7	905,5	853	861,2	31,7%
Суточная калорийность – 2720 ккал. -100%, 816-952 ккал. - 30-35%								

Полдники для детей от 12 лет и старше

1 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	Средняя ккал за 5 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
Полдник	10-15	379	403,2	371,3	330	379	372,5	13,7%
Суточная калорийность – 2720 ккал. -100%, 272-408 ккал. - 10-15%								

2 неделя

Прием пищи	N %	1	2	3	4	5	Средняя ккал за 5 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
Полдник	10-15	330	379	403,2	371,3	330	362,7	13,3%
Суточная калорийность – 2720 ккал. -100%, 272-408 ккал. - 10-15%								

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)	22,14	23,59	83,24
2 неделя завтрак (среднее значение)	21,88	22,44	81,34
Суточная потребность для обеда	27-31,5	27,6-32,2	114,9-134,05
1 неделя обед (среднее значение)	28,5	31,0	122,1
2 неделя обед (среднее значение)	30,48	31,2	114,94
Суточная потребность для полдника	9,0-13,5	9,2-13,8	38,3-57,45
1 неделя полдник (среднее значение)	12,2	11,4	54,6
2 неделя полдник (среднее значение)	11,66	10,98	53,98

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 Каплевской район, осень, возраст: от 12 лет и старше, 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

ОИБ

О.И. Белобородова

Гимназический

филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»