



М.Я. Чаушева

« » 2024 год

СОГЛАСОВАНО

Директор СОИИ № 16



« » 2024 год

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ
(12-ти дневное)
ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПРИМОРСКО-АХТАРСКИЙ РАЙОН
Сезон: зимне-весенний
Возраст: от 12 лет и старше
В том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

сезон: зимний
 возрастная категория: 7-11 лет
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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:		500	17,4	15,7	85,7	555,9		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	60	0.5	0.1	1	6.6	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1.5	3.5	5.6	60	95	2021
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11.1	13.8	11.4	204.6	279	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.6	5	29.6	184.5	256	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0.2	20.2	86	501	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:		890	25.5	23.8	109.3	741.1		
Итого за день:		1390	42.9	39.5	195	1297		

* - допускается выдачи иных фруктов

** - допускается выдачи иных овощей

*** - допускается выдачи иных кондитерских изделий

сезон: зимний

возрастная категория: 7-11 лет

вторник

Прием пищи

Наименование блюда

Неделя 1

День 2

завтрак

ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ
ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА
СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-ТТК
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ
ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ
ХЛЕБ РЖАНОЙ

Итого за завтрак:

обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ-ТТК
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ
КАКАО С МОЛОКОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ
ХЛЕБ РЖАНОЙ

Итого за обед:

Итого за день:

** - допускается выдачи иных овощей

Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
60	0.5	0.1	1	6.6	149	2021
100	10.6	13.2	14.3	218.5	321	2016
25	0.2	0.8	1.2	13	419-ТТК	2021
155	4.2	4	25.8	156.6		225
200	0.3	0.1	21.7	89.9	467	2016
25	1.9	0.2	12.3	58.5	573	2021
20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
585	19.3	18.7	84.3	584.3		
70	0.9	4.3	4.3	58.9	31	2021
200	5	2.9	11.7	92.6	113	2021
110	9.5	9	12	166.5	239	2011
150	3.2	7.7	23.9	173.1	145	2011
200	3.3	2.9	13.9	94	462	2021
40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
25	2	0.4	10	51.5	574	2021
795	26,9	27,5	95,5	730,2		
1380	46,2	46,2	179,8	1314,5		

сезон: зимний

возрастная категория: 7-11 лет

среда

Прием пищи	Наименование блюда
Неделя 1	
День 3	
завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры ** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные-ттк ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-ттк КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ
Итого за завтрак:	
обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ РАГУ ИЗ СВИНИНЫ КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ ПРЯНИКИ ***
Итого за обед:	
Итого за день:	

** - допускается выдачи иных овощей

*** - допускается выдачи иных кондитерских изделий

Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
60	0.4	0.1	1.1	6.6	148	2021
110	9.5	11	12	166.5	486-ГТК	2021
150	4.1	6	8.7	105	377	2021
30	0.3	1	1.4	15.7	419-ГТК	2021
200	0.6	0.1	20.1	84	495	2021
30	2.3	0.2	14.8	70.2	573	2021
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
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
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
745	22.4	23.5	113.1	858.4		
1345	41.2	42.2	179.2	1347.6		

сезон: зимний
 возрастная категория: 7-11 лет
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 4								
завтрак	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные ттк	180	14.4	14.4	42.7	360	286-ттк	2021
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1.1	1.3	8.3	49.1	471	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.2	0.1	9.3	38	457	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
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0.4	0.4	9.8	44	82	2021
	Итого за завтрак:		535	19.2	16.7	87.9	579.1	
обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0.7	3.1	3.3	43.8	2	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2	3.1	8.9	71.4	128	2021
	МЯСО ТУШЕНОЕ	90	9.5	16.4	2.3	274.5	256	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3.9	3.2	23.1	137.1	223	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0.3	0.1	9.5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3.8	0.4	24.6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2.8	0.5	14	72.1	574	2021
Итого за обед:		120	0.5	0.5	11.8	52.8	82	2021
Итого за день:		1440	42.7	44	185.4	1387.8		

* - допускается выдачи иных фруктов

возрастная категория: 7-11 лет

пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 5								
завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	60	1	3.6	4.9	56.4	9 375-ТТК 465 573 574 82	2021
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ-ТТК	180	12.5	13.9	32.2	294.8		2021
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2.8	2.5	13.6	88		2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1.5	0.2	9.8	46.8		2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.6	0.3	8	41.2		2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)*	100	0.8	0.2	7.5	38		2021
Итого за завтрак:		580	20,2	20,7	76	565,2		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	60	0,5	0,1	1	6,6	149 95 297 400-ТТК 501 573 574	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1.5	3.5	5.6	60		2021
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-	100	12.6	15.2	8.1	265.4		2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ	150	4.1	5.8	23.8	112.9		2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0.2	20.2	86		2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3.8	0.4	24.6	117		2021
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2.8	0.5	14	72.1	2021		
Итого за обед:		795	26,3	25,7	97,3	720		
Итого за день:		1375	46,5	46,4	173,3	1285,2		

* - допускается выдачи иных фруктов

** - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимний

возрастная категория: 7-11 лет

понедельник

Прием пищи	Наименование блюда
Неделя 2	
День 1	
завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями) СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями) КАКАО С МОЛОКОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ
Итого за завтрак:	
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*
Итого за обед:	
Итого за день:	

* - допускается выдачи иных фруктов

** - допускается выдачи иных овощей

Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
200	8.2	6.4	36.9	239.5	223	2021
10	0.1	7.3	0.1	66.1	79	2021
10	2.3	3	0	35.8	75	2021
200	3.3	2.9	13.8	94	462	2021
40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
40	3.2	0.6	16	82.4	574	2021
500	20,1	20,5	86,5	611,4		
60	0.5	0.1	1	6.6	149	2021
200	2.1	2.8	7.5	64	115	2021
200	13.4	22.9	31.1	432.1	259	2011
200	0.6	0.1	20.1	84	495	2021
40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
30	2.4	0.5	12	61.8	574	2021
100	0.4	0.4	9.8	44	82	2021
830	22,4	27,1	101,2	786,1		
1330	42,5	47,6	187,7	1397,5		

возрастная категория: 7-11 лет

вторник

Прием пищи

Наименование блюда

Неделя 2

День 2

завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы ** НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-ттк КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ
---------	---

Итого за завтрак:

обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ -ттк КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ
------	--

Итого за обед:

Итого за день:

** - допускается выдачи иных овощей

Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021
100	10.8	10.2	13.6	276.6	326	2016
150	5.6	5	29.6	184.5	256	2021
25	0.2	0.8	1.2	13	419-ТТК	2021
200	0.1	0.1	10.9	45	492	2021
20	1.5	0.2	9.8	46.8	573	2021
20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
575	20,2	16,7	74,2	613,7		
60	0.6	3.7	4.5	53.4	22	2021
200	1.5	3.5	5.6	60	95	2021
100	12.8	4.1	5.9	112.6	308-ТТК	2021
180	3.9	11.8	29.4	239.9	142	2011
200	0.2	0.2	23.8	98	476	2021
40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
25	2	0.4	10	51.5	574	2021
805	24	24	98,9	709		
1380	44,2	40,7	173,1	1322,7		

сезон: зимний

возрастная категория: 7-11 лет

среда

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

* - допускается выдачи иных фруктов

*** - допускается выдачи иных кондитерских изделий

сезон: зимний

возрастная категория: 7-11 лет

четверг

Прием пищи

Наименование блюда

Неделя 2

День 4

завтрак

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ
ХЛЕБ РЖАНОЙ

Итого за завтрак:

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ
ГУЛЯШ
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ
ХЛЕБ РЖАНОЙ

Итого за обед:

Итого за день:

Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
60	0.5	3.6	1.6	40.8	16	2021
110	9.5	9	12	166.5	239	2011
150	4.1	6	8.7	105	377	2021
200	0.7	0.3	18.3	78	496	2021
25	1.9	0.2	15.3	58.5	573	2021
20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
565	18,3	19,4	63,9	490		
70	1	4.2	5.9	65.9	1	2021
200	2.1	4.1	10.6	87.6	100	2021
100	10.6	14.9	2.9	309	260	2011
155	2.3	4.6	26.4	155.2	324	2008
200	0.1	0.1	11.1	46	486	2021
50	3.8	0.4	24.6	117	573	2021
40	3.2	0.6	16	82.4	574	2021
815	23,1	28,9	97,5	863,1		
1380	41,4	48,3	161,4	1353,1		

сезон: зимний

возрастная категория: 7-11 лет

пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2								
День 5								
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,3	3,7	4,6	55,2	30	2021
	ПЛОВ из мяса	160	11.7	13.52	27.68	331.2	330	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0.3	0.1	9.5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2.3	0.2	14.8	70.2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	110	0.4	0.4	10.8	48.4	82	2021
Итого за завтрак:		580	16,6	18,22	75,38	586,2		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	60	0.5	0.1	1	6.6	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1.5	3.5	5.6	60	95	2021
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ	100	14.9	18	30.5	299.8	294-ГТК	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3.9	3.2	23.1	137.1	223	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0.2	20.2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2.3	0.2	14.8	70.2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	120	0.5	0.5	11.8	52.8	82	2021
Итого за обед:		880	26,2	26	115	753,7		
Итого за день:		1460	42,8	44,22	190,38	1339,9		

* - допускается выдачи иных фруктов

** - допускается выдачи иных овощей

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

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в	560	18,98	18,1	80	554,74
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		24,65	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	Углеводы, г	
итого обеды за 5 дней (первая неделя) в среднем	826	24,92	25,56	102,54	771,68
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		32,36	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	Углеводы, г	
итого за 5 дней (первая неделя) в среднем	1386	43,9	43,66	182,54	1326,42
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		57,01	55,27	54,49	56,44

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

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем	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	Углеводы, г	
итого за 5 дней (вторую неделя) в среднем	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**

1 ДЕНЬ

2 ДЕНЬ

3 ДЕНЬ

4 ДЕНЬ

5 ДЕНЬ

ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:

6 ДЕНЬ

7 ДЕНЬ

8 ДЕНЬ

9 ДЕНЬ

10 ДЕНЬ

ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:

ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК):

суммар ный вес ккал	Пищевые вещества			энергетическая ценность ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
500	17,4	15,7	85,7	555,9
585	19,3	18,7	84,3	584,3
600	18,8	18,7	66,1	489,2
535	19,2	16,7	87,9	579,1
580	20,2	20,7	76	565,2
560	18,98	18,1	80	554,74
500	20,1	20,5	86,5	611,4
575	20,2	16,7	74,2	613,7
560	19,4	18,6	67,7	545,4
565	18,3	19,4	63,9	490
580	16,6	18,22	75,38	586,2
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	суммар ный вес	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценност
		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

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/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Ташенкина. - 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 НИЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСКСОЗ»/ 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».

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель руководителя
органа инспекции ФБУЗ «Центр гигиены
и эпидемиологии в Краснодарском крае»
в Тимашевском филиале



№ 104/31 «21» 12 2023 года

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

Производство экспертизы начато: 25.12.2023г. в 15.45ч.

Производство экспертизы окончено: 28.12.2023г. в 13.55ч.

1.Основание: заявление ИП Чаушевой М.Я., зарегистрированное в Тимашевском
филиале ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае» от 25.12.2023г.
№ 113.

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 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 Приморско-
Ахтарский район, сезон: зимний, возраст: от 7 до 11 лет, в том числе дети с
ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), разработанное ИП Чаушевой М.Я.;

175 322

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

-технологические карты кулинарных изделий (блюды).

6. Санитарно-эпидемиологическая оценка:

Представленное «Основное (организованное) меню (10-ти дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Приморско-Ахтарский район, сезон: зимний, 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 «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 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 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 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;

Тимашевский

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)	90-110	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	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	771,68	32,84%
Суточная калорийность - 2350 ккал. -100%, 705,0-822,5 ккал. - 30-35%								

Тимашевский 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	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%								

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)	18,98	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 Приморско-Ахтарский район, сезон: зимний, 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