

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Козлов В.И.



Козлов В.И.

СОГЛАСОВАНО

Директор МАOU СОШ № 6

ИМ. 302 Тернопольской

Краснознаменной ордена

Курцова стрелковой дивизии

станции Ленинградской

Лещенко Л.С.



Февраль 2024 год

## ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

(10-ти дневное)

ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКИЙ РАЙОН

Сезон: зимне-весенний

Возраст: 7-11 лет

В том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Минеральные вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г				
Неделя 1 День 1									
завтрак	КАША вязкая молочная из риса и пшени	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 лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	459	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	17,5	15,7	85,9	557,9			
обед	ОВОЩИ консервированные (порциями)	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	
	Тертые 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	43	39,5	195,2	1299			

\* - Допускается выдача иных фруктов

\*\* - Допускается выдача иных овощей

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

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

\*\* - допускается выдача иных овощей

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вода, г			
Неделя 1 День 3 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 п	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко) п*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021	
	Итого за завтрак:	535	19,2	16,7	87,9	579,1			
	Обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	0,1	4,4	23,6	56	2011
	РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ п	200	2,1	4,1	10,6	87,6	100	2021	
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	200	13,3	17,5	29,8	430,9	263	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ п	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	25	2	0,4	10	51,5	574	2021	
ПРЯНИКИ п***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	581	2021		
Итого за обед:	745	22,4	23,5	113,1	858,4				
Итого за день:	1280	41,6	40,2	201	1437,5				

\*\* - Допускается выдача иных овощей

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



Численность

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углево Ды, г			
Неделя 1 День 4	Завтрак ОБОЩИ СРЕЖКЕ ПОРПИМД ДОМИЛОРЫ И** ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-РЫБНЫЕ-ТТК ПОРЕКАРТОФЕЛЬНОЕ И СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-ТТК КОМПОЗИТ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ И ХЛЕБ РЖАНОЙ И Итого за завтрак: Обед САЛАТ ВИТАМИННЫЙ И СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ И МЯСО ГУЩЕНОЕ КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ И ЧАЙ С ЛИМОНОМ И ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ И ХЛЕБ РЖАНОЙ И ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (вглоко)И* Итого за обед: Итого за день:	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
		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
		20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
		600	18,8	18,7	66,1	489,2		
		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
35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021		
120	0,5	0,5	11,8	52,8	82	2021		
905	23,5	27,3	97,5	808,7				
1505	42,3	46	163,6	1297,9				

\* - допускается выдачи иных фруктов

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 САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ и ВОК ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ-ТРК КОФЕИНЫ НАПИТОК С МОЛОКОМ и ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ и ХЛЕБ РЖАНОЙ и ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)*	60	1	3,6	4,9	56,4	9	2021	
		180	12,5	13,9	32,2	294,8	375-ТРК	2021	
		200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021	
		20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021	
		20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021	
		100	0,8	0,2	7,5	38	82	2021	
		580	20,2	20,7	76	565,2			
		Итого за завтрак:							
		обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРПИЯМИ) огури БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ и ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ- ПЫШЛЯТ	60 200 100	0,5 1,5 12,6	0,1 3,5 15,2	1 5,6 8,1	6,6 95 297	149 2021 2011
		Итого за обед:	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (зеленый горошек)и-ТРК СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ и ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ и ХЛЕБ РЖАНОЙ и	150	4,1	5,8	23,8	112,9	400-ТРК
200	1			0,2	20,2	86	501	2021	
50	3,8			0,4	24,6	117	573	2021	
35	2,8			0,5	14	72,1	574	2021	
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: зимне-весенний  
 Возрастная категория: 7-11 лет

посудельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Неделя 2 День 1	Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ молочная	200	8,2	6,4	36,9	239,5	223	2021		
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (подливки) п	10	0,1	7,3	0,1	66,1	79	2021		
		СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (подливки) п	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 п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021		
		ХЛЕБ РЖАНОЙ п	30	2,4	0,4	12	61,8	574	2021		
		Итого за завтрак:	490	19,3	20,3	82,5	590,8				
		Итого за обед:	Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЙМИ)	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
				СУД КАРЛОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕШКАМИ п	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 п	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
				ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
				ХЛЕБ РЖАНОЙ п	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (блюдом) п*	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:	1320			41,7	47,4	183,7	1376,9				

\* - Допускается выдача иных фруктов

\*\* - Допускается выдача иных овощей

Источники	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 2	ЗАВТРАК САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЗЕЛЕНЬМИ ГОРОШКОМ ПЛОД из мяса ЧАЙ С ЛИМОНОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (вб.юко) *	60	0,3	3,7	4,6	55,2	30	2021
		160	11,7	13,52	27,68	331,2	330	2011
		200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
		30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
		20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
		110	0,4	0,4	10,8	48,4	82	2021
		580	16,6	18,22	75,38	586,2		
		60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
		200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
		100	14,9	18	30,5	299,8	294-тгк	2011
Итого за обед:	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п	150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ п	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
Итого за день:	775	27,7	27,5	120,2	794			
Итого за день:	1355	44,3	45,72	195,58	1380,2			

\*\* - допускается выдача иных овощей



среды

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Макроэлементы			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День								
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)	60	1.1	5.3	4.6	70.8	150	2021
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ-ТТК	150	13.5	11.6	3.5	201.2	268-ТТК	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯБЛОЧНЫЕ п	200	1	0.2	20.2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	20	1.5	0.2	9.8	46.8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	100	0.4	0.4	9.8	44	82	2021
	ПРЯНИКИ п***	20	1.1	0.9	14.8	73.2	581	2021
Итого за завтрак:		570	20.2	18.9	70.7	563.2		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВощей п	60	0.8	3.7	4.6	54.6	26	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ п	200	5	2.9	11.7	92.6	113	2021
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11.1	13.8	11.4	204.6	279	2011
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ п	155	4.2	4	25.8	156.6	225	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ п	200	0.2	0.1	9.3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	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:		1375	47.7	44.3	169.2	1285.6		

\* - Допускается выдача иных фруктов

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



Прем пици	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 День 4	Завтрак	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ г	60	0,5	3,6	1,6	40,8	16	2021
		ТЕФЕДИ РЫБЬЕ	110	9,5	9	12	166,5	239	2011
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ г	150	4,1	6	8,7	105	377	2021
		НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА г	200	0,7	0,3	18,3	78	496	2021
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ г	25	1,9	0,2	15,3	58,5	573	2021
		ХЛЕБ РЖАНОЙ г	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
		Итого за завтрак:	565	18,3	19,4	63,9	490		
		САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ г	70	1	4,2	5,9	65,9	1	2021
		РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ г	200	2,1	4,1	10,6	87,6	100	2021
		ЛУЛЫШ	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 г	200	0,1	0,1	11,1	46	486	2021
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ г	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
		ХЛЕБ РЖАНОЙ г	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				

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Липиды, г			Углево Дь, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г	Углево Дь, г						
Неделя 2 День 5	ЗАВТРАК	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРПИЯМИ) отудры п.**	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021			
		НАГЕЛСЫ КУРИНЫЕ	10,8	10,2	13,6	276,6	326	2016			
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п	5,6	5	29,6	184,5	256	2021			
		СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-ТТК	0,2	0,8	1,2	13	419-ТТК	2021			
		КОМПОТ ИЗ СЫЛОК И ЯГОД замороженных п	200	0,1	10,9	45	492	2021			
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021		
		ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021		
		Итого за завтрак:	575	20,2	16,7	74,2	613,7				
		Итого за обед:	ОБЕД	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК п	0,6	3,7	4,5	53,4	22	2021	
				БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ п	200	1,5	3,5	60	95	2021	
				КОЛЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ П-ТТК	100	12,8	4,1	5,9	112,6	308-ТТК	2021
				КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ГУЩЕННЫЕ В СОУСЕ	180	3,9	11,8	29,4	239,9	142	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п	200			1	0,2	20,2	86	501	2021		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40			3	0,3	19,7	93,6	573	2021		
ХЛЕБ РЖАНОЙ п	30			2,4	0,5	12	61,8	574	2021		
Итого за обед:	810			25,2	24,1	97,3	707,3				
Итого за день:	1385			45,4	40,8	171,5	1321				

\* - Допускается выдача иных фруктов

\*\* - Допускается выдача иных овощей

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

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углево Ды, г	
Итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем	560	19	18,1	80,04	555,14
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		24,68	22,91	23,89	23,62

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

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углево Ды, 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 ПЕРВЫЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Итого за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	1386	43,92	43,66	182,58	1326,82
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		57,04	55,27	54,50	56,46

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

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем	556	18,92	18,704	73,336	568,78
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	23,68	21,89	24,20

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

Итого obesity за 5 дней (вторую неделю) в среднем	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
СалТИН 100 % суточной нормы:	807	25,18	26,6	102,94	774,58
норма по СалТИН 30 % от суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СалТИН 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
		32,70	33,67	30,73	32,96

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

Итого за 5 дней (вторую неделю) в среднем фактически:	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
СалТИН 100 % суточной нормы:	1363	44,1	45,304	176,28	1343,36
норма по СалТИН 50 % от суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СалТИН 60 % от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
Выход норм в % соотношении за 5 дней		46,2	47,2	201	1410
		57,27	57,35	52,62	57,16



ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНЫМ КАТЕГОРИИ 7-11 ЛЕТ		СУММАРИ	Индивидуальные показатели			Средние значения
	Категория	Возраст, лет	Женщины, г	Мужчины, г	Итого, г	Среднее значение
1 ДЕНЬ	6100/1	17,5	15,7	85,9	557,9	
2 ДЕНЬ	585	19,3	18,7	84,3	584,3	
3 ДЕНЬ	535	19,2	16,7	87,9	579,1	
4 ДЕНЬ	600	18,8	18,7	66,1	489,2	
5 ДЕНЬ	580	20,2	20,7	76	565,2	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:		560	19	18,1	80,04	555,14
6 ДЕНЬ	490	19,3	20,3	82,5	590,8	
7 ДЕНЬ	580	16,6	18,22	75,38	586,2	
8 ДЕНЬ	570	20,2	18,9	70,7	563,2	
9 ДЕНЬ	565	18,3	19,4	63,9	490	
10 ДЕНЬ	575	20,2	16,7	74,2	613,7	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:		556	18,92	18,704	73,336	568,78
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК):		558	18,96	18,402	76,688	561,96

ДНИ	ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ	Суммарный балл нес				Индивидуальные показатели			
		Белки, г	Жиры, г	Углево	Дал, г	калорий			
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		775	27,7	27,5	120,2	794			
8 ДЕНЬ		805	27,5	25,4	98,5	722,4			
9 ДЕНЬ		815	23,1	28,9	97,5	863,1			
10 ДЕНЬ		810	25,2	24,1	97,3	707,3			
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:		807	25,18	26,6	102,94	774,58			
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕДЫ):		816,5	25,05	26,08	102,74	773,13			

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продовольственно для обучающихся по всем образовательных учреждений / Под ред. М.И. Моргильного и В.А. Тютельяна. - М.: Дельта принт, 2011. - 544 с.
2. Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тампешкина. - 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 рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГАНУЗ НИИЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НИ СРО «АПСИСОЗ»/ 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»



Ф 1 ДП ОИ ЧЗ.11

СВЕРЖДАЮ

Заместитель руководителя

органа инспекции ФБУЗ «Центр гигиены

и эпидемиологии в Краснодарском крае»

С. П. Козлов

М. П.

Аттестат аккредитации органа инспекции  
№ RA. RU.710012 от 22.04.2015г.

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 33/26 «24» января 20 24 года

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы

Основного (организованного) меню (10-дневного) для организации питания обучающихся 7-11 лет в общеобразовательных организациях муниципального образования Ленинградский район, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов, на зимне-весенний сезон, разработанного индивидуальным предпринимателем В.И. Козловым, Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 26 кв. 9.

Производство экспертизы начато: 24.01.2024г. в 08-00ч.

Производство экспертизы окончено: 24.01.2024г. в 12.30ч.

1. Основание: заявление, зарегистрированное вх.№ 14/11/ОИ от 11.01.2024г. в Кущевском филиале ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

2. Заявитель: индивидуальный предприниматель В.И. Козлов.

Юридический адрес: Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 26 кв. 9

ИНН: 234703511402

ОГРН: 305234702802112

фактический адрес: Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 26 кв. 9.

3. Разработчик: индивидуальный предприниматель В.И. Козлов.

Юридический адрес: Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 26 кв. 9

Фактический адрес: Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 26 кв. 9

4. Цель экспертизы:

на соответствие требованиям раздела II п.2.8; раздела V п. 5.2.; раздела VIII, п.8.1, п.8.1.2, п.8.1.3; п.8.1.4; п.8.1.6; 8.1.9 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (в том числе приложение № 7 таблица №2, приложение №9 таблицы №№1,3, приложение 10 таблицы №№1,3).

С. П. Козлов  
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

Продолжение:  
Страницы № 2-8

7



#### 5. Перечень рассмотренных материалов:

- Основное (организованное) меню (10-ти дневное) для организации питания обучающихся 7-11 лет в общеобразовательных организациях муниципального образования Ленинградский район, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и детей-инвалидов на зимне-весенний сезон, разработанное индивидуальным предпринимателем В.И. Козловым, Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 26, кв. 9
- Технологические карты кулинарных изделий (блюдов) с указанием рецептур и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий. Указана температура подачи готовых блюд.
- Пояснительная записка к меню о проведении обогащения рациона питания детей микронутриентами (солью поваренной пищевой йодированной).
- Ведомость среднесуточных наборов пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет.

#### 6. Санитарно-эпидемиологическая оценка:

Представленное основное (организованное) меню (10-ти дневное) (завтрак и обед) для организации питания учащихся от 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях муниципального образования Ленинградский район, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и детей-инвалидов, разработано на основе следующих документов:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
- Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делта принт, 2011. - 544 с.
- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.
- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГАУЗ НИЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИЦ, НП СРО «АПСПСОЗ»/ Под редакцией член-корр. РАН, д.м.н. профессора В.Р. Кучмы. - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016.-361 с.

По результатам экспертизы основного (организованного) меню (10-дневного) (завтрак и обед) для обучающихся от 7 до 11 лет общеобразовательных организаций муниципального образования Ленинградский район на зимне-весенний сезон установлено:

1. Основное (организованное) меню 10-ти дневное (завтрак и обед) для детей 7-11 лет 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).

Федина Ф.В. - Центра гигиены и эпидемиологии  
в Краснодарском крае



2. Представленное меню разработано с учетом режима организации на период двух недель (10 дней, с понедельника по пятницу, обучающиеся посещают первую смену) дифференцированного по возрасту обучающихся: 7-11 лет (п.8.1.4 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
3. В меню предусмотрено двухразовое питание: завтрак 20-25 %, обед 30-35% от суточной калорийности (п.8.1.2 приложение № 12).
4. Меню разработано в соответствии с требованиями п.8.1.4 приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (рекомендуемый образец): прием пищи, наименование блюда, масса порции, пищевые вещества (белки, жиры, углеводы), энергетическая ценность, номер рецептуры.
5. Меню содержит информацию о наименовании и количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, приведены ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий (п.8.1.4 приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
6. Наименования блюд и кулинарных изделий, указанные в меню, соответствуют наименованиям в использованных сборниках рецептов (технологических картах) (раздел II п.2.8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20). В технологических картах имеется информация о температуре блюд на раздаче горячих жидких блюд и иных горячих блюд (раздел V п.5.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
7. Запрещенные блюда (пищевая продукция) в меню отсутствуют (п.8.1.9 приложение 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
8. В пояснительной записке отражена информация о профилактике йод - дефицитных заболеваний путем введения в рацион йодированной соли, что соответствует п.8.1.6 приложение 10 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):

Для учащихся 7-11 лет

Название блюд	масса порций блюд в граммах 7-11 лет	
	фактическая	нормируемые
Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо	150-200	150-200
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п)	60	60-100
Первое блюдо	200	200-250
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	90-110	90-120
Гарнир	150	150-200
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао, сок)	200	180-200
Фрукты	100	100

10. Суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют требованиям п.8.1.2 приложение № 9 таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20):

*Кудряшова* филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

Название блюд	Фактические суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах) в среднем за 10 дней	Нормируемые суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах, не менее)
Завтрак	558	500
Обед	816,5	700

Завтрак состоит из горячих молочных блюд и горячих напитков (каша вязкая молочная из риса и пшеницы, каша пшеничная вязкая молочная, кофейный напиток с молоком, какао с молоком), творожных блюд (сырники из творога запеченные), сыр полутвердый, напитков (чай с лимоном, компот из смеси сухофруктов, соки фруктовые, напиток из шиповника, компот из яблок); закуски, омлет натуральный, мясных или рыбных блюд (кнели из кур, гуляш, шашлычки из мяса, палочки хрустяшки рыбные, тефтели рыбные, наггетсы куриные), гарниров, предусмотрена выдача свежих фруктов.

В ходе анализа накопительной ведомости блюда из молока (молочные каши, горячие напитки), кулинарные блюда из творога, фрукты свежие составляют 25% - 30% от суточных норм.

В состав ассортимента пищевой и готовой продукции, реализуемой в обед, включены закуски (овощи консервированные (помидор, огурец), салат из свеклы, салат овощной с яблоками и т.д.), горячее первое блюдо (борщ, рассольник Ленинградский, суп-лапша домашняя, суп картофельный с клецками, суп картофельный с бобами), второе блюдо состоящее из мясного/рыбного штучного блюда (тефтели мясные, тефтели рыбные, рагу из свинины, мясо тушеное, фрикадельки из кур, котлеты рубленые из птицы, гуляш), гарниров крупяных, макаронных изделий, напитка (компот, сок, какао с молоком).

11. Распределение энергетической ценности блюд по приему пищи (завтрак и обед), учитывая пребывание детей в образовательных учреждениях, соответствует нормам (приложение 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20):

1 неделя

Прием пищи	Дни недели					N %	Средняя калорийность за 5 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
	1	2	3	4	5			
завтрак	557,9	584,3	579,1	489,2	565,2	20-25	555,14	23,6
обед	741,1	730,2	858,4	808,7	720	30-35	771,68	32,8
итого	1299	1314,5	1437,5	1297,9	1285,2	50-60	1326,82	56,4

Суточная калорийность 2350 ккал - 100%, 705 - 30%, 822,5 - 35% - обед  
 470 ккал - 20%, 587,5 ккал - 25% - завтрак

*Кудрявцева*

филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»



2 неделя

Прием пищи	Дни недели					N %	Средняя калорийность за 5 дней	Средний пищевой ценности неделю
	1	2	3	4	5			
завтрак	590,8	586,2	563,2	490	613,7	20-25	568,78	24,2
обед	786,1	794	722,4	863,1	707,3	30-35	774,58	32,9
итого	1376,9	1380,2	1285,6	1353,1	1321	50-60	1343,36	57,1
Суточная калорийность 2350 ккал - 100%, 470 ккал - 20%, 587,5 ккал - 25% - завтрак 2350 ккал - 100%, 705 - 30%, 822,5 - 35% - обед								

12. Распределение суточной потребности в белках, жирах, углеводах, энергетической ценности по приемам пищи, учитывая пребывание детей в образовательных учреждениях 7-11 лет соответствует нормам (приложение 10, таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20) от суточной калорийности, что составляет:

Энергетическая ценность ккал, завтрак за первую неделю 5 дней		Белки, г/завтрак за первую неделю 5 дней		Жиры, г/завтрак за первую неделю 5 дней		Углеводы, г/завтрак за первую неделю 5 дней	
Фактические показатели (в ккал)	Нормируемые показатели (в ккал, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)
555,14	470	19	15,4	18,1	15,8	80,04	67

Энергетическая ценность ккал, завтрак за вторую неделю 5 дней		Белки, г/завтрак за вторую неделю 5 дней		Жиры, г/завтрак за вторую неделю 5 дней		Углеводы, г/завтрак за вторую неделю 5 дней	
Фактические показатели (в ккал)	Нормируемые показатели (в ккал, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)
568,78	470	18,92	15,4	18,704	15,8	73,336	67

Энергетическая ценность ккал, завтрак+обед, за первую неделю 5 дней		Белки, г/завтрак+обед за первую неделю 5 дней		Жиры, г/завтрак+обед, за первую неделю 5 дней		Углеводы, г/завтрак+обед, за первую неделю 5 дней	
Фактические показатели (в ккал)	Нормируемые показатели (в ккал, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)
1326,82	1175	43,92	38,5	43,66	39,5	182,58	167,5

*Кудрявцев* филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

Стр 6  
 От 24.01.2022 № 22/26

Энергетическая ценность ккал, завтрак+обед, за вторую неделю 5 дней		Белки, г/завтрак+обед за вторую неделю 5 дней		Жиры, г/завтрак+обед, за вторую неделю 5 дней		Углеводы, г/завтрак+обед, за вторую неделю 5 дней	
Фактические показатели (в ккал)	Нормируемые показатели (в ккал, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)
1343,36	1175	44,1	38,5	45,3	39,5	176,2	167,5

13. По результатам анализа накопительной ведомости выполнения норм питания возрастной категории детей 7-11 лет, учащиеся обеспечены среднесуточными наборами пищевой продукции (на 1 учащегося в сутки), что соответствует требованиям (п.8.1.2 приложение № 7 таблица 2, СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Накопительная ведомость за 10 дней, 7-11 лет, завтрак

Наименование продукта	Норма на 1 чел., в сутки, г. (25%)											Факт. за 10 дней, г.	Выполнение, %	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Хлеб ржаной	20	25	20	20	20	20	30	20			22	20	197	100
Хлеб пшеничный	37,5	40	25	51	35	20	40	59	30		25	30	355	100
Мука пшеничная	3,75		1,3	1,6	21,6			3,3			2,3		30,1	100
Крупа (злаки), бобовые	11,25	31,4	37,8			40,5	48,8				10,3	44,8	213,6	120
Макаронные изделия	3,75							51					51	136
Картофель	46,75			130,5							130,5		261	56
Овощи разные, зелень	70		75	94,4		84,4		64,4	60	71,8	69,3		519,3	74
Фрукты свежие	46,25		34		100	100		21	100			130	485	105
Сухофрукты	3,75			20									40	100
Соки фруктовые (овощные)	50								200				200	50
Мясо	17,5		113,7	18							7,3	58,2	197,2	113
Субпродукты (печень, язык, сердце)	7,5													100
Птица	8,75					90		89,9						
Рыба	14,5			77,8									179,9	100
Молоко	75	157		31	60	160	256		60	26		31,6	109,4	100
Творог	12,5				166								750	100
Сыр	2,5	15											166	133
Сметана	2,5				5,4			10					25	100
Масло сливочное	7,5	9,5	4,8	8				14,9	7			7,5	12,9	52
Масло растительное	3,75		3,4	1	3,6	8,1		4			4	10	34,1	91

*Сидорова* фидвал. ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»







