

МЕНИЮ ПРИ СТАВЛЯЕМЫХ БЛАНД
Возрастная категория: от 12 лет и старше

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «Котельниковская школа»



Л.И. Гуменюк
2024г.

УТВЕРЖДАЮ:



Директор ООО «Неман»

И.В.Лехман

2024г.

ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ (ЗАВТРАК)
учащихся в общеобразовательных организациях,
отнесенных к льготной категории

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше
(осень - зима)

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
Возрастная категория : от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 1 ЗАВТРАК	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180/5/15	10.7	10.0	42.3	300.2	204	2011
	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ	55	2.5	3.8	28.4	157.2	2	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0.2	0.1	9.3	38.0	376	2011
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	47.0	338	2011
	Итого за прием пищи:		565	13.8	14.3	89.8	542.4	
Всего за день:			13.8	14.3	89.8	542.4		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 2								
ЗАВТРАК	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	200	2.97	3.5	6.1	71.2	121	2011
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ	100/35	18.4	12.5	23.7	285.4	223	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0.2	0.1	9.3	38.0	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.5	0.1	10.0	47.4	СРБ	2020
Итого за прием пищи:		565	23.07	16.2	49.1	442.0		
Всего за день:			23.07	16.2	49.1	442.0		

3 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 3								
ЗАВТРАК	КАША ПШЕННАЯ С ИЗЮМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/10/10	8.19	11.9	46.19	326.0	177	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ	200	1.0	0.0	20.4	84.8	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.56	0.48	29.5	140.4	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	40	3.2	0.6	16.0	82.4	СРБ	2020
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	1.5	1.96	16.88	93.0	СРБ	2020
Итого за прием пищи:		540	18.45	14.94	128.97	726.6		
Всего за день:			18.45	14.94	128.97	726.6		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 4								
ЗАВТРАК	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	100	1.1	0.2	3.8	22.0	70/71	2011
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	106/10	10.78	19.2	10.04	264.0	210	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.5	2.2	15.1	79.2	379	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.2	14.7	70.2	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	25	2.0	0.37	10.0	51.5	СРБ	2020
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	47.0	338	2011
Итого за прием пищи:		551	19.08	22.57	63.44	533.9		
Всего за день:			19.08	22.57	63.44	533.9		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 5								
	КОТЛЕТЫ ИЛИБИТОЧКИ РЫБНЫЕ С М/СЛ	100/5	11.7	14.3	14.1	232.9	234	2011
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С М/СЛ	180/5	3.8	5.9	25.2	169.3	312	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0.2	0.1	9.3	38.0	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.0	0.2	20.0	94.8	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.3	8.0	41.2	СРБ	2020
Итого за прием пищи:		560	20.3	20.8	76.6	576.2		
Всего за день:			20.3	20.8	76.6	576.2		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2								
День 6								
ЗАВТРАК	КАША РИСОВАЯ С ИЗЮМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/10/10	6.09	10.88	47.99	315.0	177	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.5	2.2	15.1	79.2	379	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.0	0.2	20.0	94.8	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.3	8.0	41.2	СРБ	2020
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	47.0	338	2011
Итого за прием пищи:		560	13.59	13.98	100.89	577.2		
Всего за день:			13.59	13.98	100.89	577.2		

7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 7								
ЗАВТРАК	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	110	10.66	14.85	10.71	210.7	278	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С М/СЛ	180/5	6.7	9.4	41.8	275.5	309	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/6/6	0.12	0.0	14.5	59.2	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.24	14.7	70.2	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.3	8.0	41.2	СРБ	2020
Итого за прием пищи:		557	21.38	24.79	89.71	656.8		
Всего за день:			21.38	24.79	89.71	656.8		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 8								
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С М/СЛ	100/5	16.7	21.8	14.8	322.4	295	2011
	РИС ОТВАРНОЙ С М/СЛ	180/5	4.5	6.6	45.2	258.6	304	2011
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.4	0	30.9	126.3	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.0	0.2	20.0	94.8	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.3	8.0	41.2	СРБ	2020
Итого за прием пищи:		550	26.2	28.9	118.9	843.3		
Всего за день:			26.2	28.9	118.9	843.3		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 9	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	225/30	17.9	17.7	110.2	672.3	401	2011
	КЕФИР 2,5%	180	5.2	4.5	7.2	90.0	386	2011
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	47.0	338	2011
	Итого за прием пищи:	535	23.5	22.6	127.2	809.3		
Итого за день:			23.5	22.6	127.2	809.3		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 10								
ЗАВТРАК	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С М/СЛ	200/10	6.11	10.72	32.38	251.0	181	2011
	БУЛОЧКА «ДОМАШНЯЯ»	100	7.3	12.5	43.9	318.0	424	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/6/6	0.12	0.0	14.5	59.2	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.0	0.2	20.0	94.8	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.2	8.0	41.2	СРБ	2020
Итого за прием пищи:		582	18.13	23.72	118.78	764.2		
Всего за день:			18.13	23.72	118.78	764.2		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	197,5	202,8	963,39	6471,9
Среднее значение за период	19,7	20,2	96,3	647,1
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	87,6	87,8	100,3	95,2

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак
12-18 лет ЗАВТРАК	556,5

Примечание:
Таблица взаимозаменяемости
Продуктов. Стр.373-378.

Овощи натуральные свежие (огурцы)	50гр.	Овощи маринованные (огурцы)
Овощи натуральные свежие (помидоры)	50 гр.	Овощи маринованные (помидоры)
Овощи маринованные (огурцы)	50 гр	Овощи маринованные (помидоры)
Сухофрукты	20-40гр	Фрукты свежие
Молоко цельное	100гр-70гр,7,7гр	Молоко сгущенное , сухое молоко
Яблоки свежие	100гр-90 гр	Сок яблочный
Яйцо кур	41гр-11,5	Яичный порошок
Мясо говядины	100гр-110гр	Куры 1-2 категории

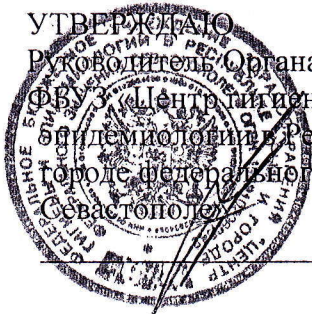
При составлении меню была использована литература:

1. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/
Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.:ДеЛи принт, 2011. – 544 с.

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в
Республике Крым и городе федерального значения Севастополе» (ФБУЗ «ЦГиЭ в Республике
Крым и городе федерального значения Севастополе»)

ОРГАН ИНСПЕКЦИИ
Уникальный номер записи в РАЛ
RA.RU.710101
Юридический адрес: 295034
г. Симферополь, ул. Набережная, д.67
тел.: (3652) 549-900, факс: (3652) 549-901
ИНН 9102034069 ОГРН 1149102060348
ОКПО 00711250 КПП 910201001
e-mail: fbuz_priemn@cge-crimea.ru
http://www.cge-crimea.ru
Фактический адрес: 295034
г. Симферополь, ул. Набережная, д.67

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель Органа инспекции
ФБУЗ «Центр гигиены и
эпидемиологии в Республике Крым и
городе федерального значения
Севастополе»
Р.В.Проскурнин



ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии санитарным правилам и нормативам перспективного меню
№1.2231/Э.930 от 19.08.2022 г.

- 1. Наименование учреждения:** Общество с ограниченной ответственностью «Феникс». Далее, сокращенно –ООО «Феникс».
- 2. Юридический адрес:** 297210 Республика Крым, район Красногвардейский, поселок городского типа Октябрьское, улица Тельмана, дом 36
- 3. Фактический адрес:** 297210 Республика Крым, район Красногвардейский, поселок городского типа Октябрьское, улица Тельмана, дом 36
- 4. Ф.И.О. руководителя:** Темный В.И. **Телефон** +7978-197 86 38
- 5. ИНН/КПП:** 910510690/910501001 **ОГРН:** 1159102036114
- 6. Основание для проведения экспертизы:** заявление №1.2231 от 07.07.2022 г.
- 7. Дата проведения инспекции:** 07.07.2022 г.-19.08.2022 г.
- 8. Документы, представленные для проведения экспертизы:**
 - пояснительная записка;
 - свидетельство о государственной регистрации юридического лица серия 91 №000487214 от 23.01.2015 г.;
 - примерное двухнедельное меню для обучающихся возрастной категории 12 лет и старше (завтрак)
 - технологические карты.
- 9.Перечень нормативной документации, на основании которой проводилась экспертиза:** - СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
- 10.Характеристика рациона питания:** Представленное меню разработано на 10дневный период (завтрак). Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание белков, жиров, углеводов, массы порций блюд (в граммах, мл.), указание номеров рецептов сборника рецептов в соответствии с Приложением 7,8 и табл. 1 Приложения 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Все блюда и кулинарные изделия, указанные в меню, соответствуют их наименованиям, указанным в технологических картах, что соответствует п. 2.8.СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Примерное меню разработано для следующих пищеблоков, работающих на сырьё

- МБОУ "Амурская школа имени А.К.Чикаренко"
- МБОУ "Краснознаменская школа"
- МБОУ "Полтавская школа"
- МБОУ "Восходненская школа имени В. И. Криворотова"

№ экспертного заключения 1.2231/Э.930

Подпись врача ОИ

ФИО Э.Р.Ваджипова

КОПИЯ ВЕРНА

ПОДПИСЬ



- МБОУ "Ровновская школа"
- МБОУ «Удачненская школа»
- МБОУ "Колодезянская школа"
- МБОУ "Янтарненская школа имени В.В. Кубракова"
- МБОУ "Марьяновская школа"
- МБОУ "Октябрьская школа №1" Красногвардейского района
- МБОУ "Пятихатская школа"
- МБОУ "Котельниковская школа"

Меню предназначено для реализации готовой продукции общественного питания для детей возрастной категории 12 лет и старше и предусматривает однократный прием пищи (завтрак) Для питания детей в соответствии с представленным меню, используются продукты, разрешенные при организации питания детей, что соответствует требованиям Приложения №6 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

11. Ссылка на рецептуры: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников» под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.- М. Де Ли плюс, 2011.

12. Повторение одних и тех же блюд в последующие 2-3 дня: в представленном меню не отмечается повторение одних и тех же блюд в последующие 2-3 дня

13. Распределение калорийности по приемам пищи в процентном соотношении (за 10 дней соответствует требованиям табл. 3 Приложения №10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Возраст детей 12 лет и старше	завтрак
Нормативное значение при 2-разовом при питании	20-25%
Фактическое значение	24%

14. Распределение пищевых веществ и калорийности (за 14 дней): соответствует требованиям таблицы 1 Приложения 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Возраст детей 12 лет и старше	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорийность (г)
Нормативное значение	18-22,5	18,4-23	76,6-96	544-680
Фактическое содержание	19,2	20,3	96	651,5

15. Объемы отдельных блюд для детей: соответствуют требованиям Приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Возраст детей 12 лет и старше	Фактический объем отдельных блюд	Нормативное значение
Каша, или овощное, творожное	200	200-250
Второе блюдо	100	100-120
гарнир	180	180-230
закуска	100	100-150
Третье блюдо	190	180-200
Фрукты	100	100

№ экспертного заключения 1.2231/9.930

Подпись врача ОИ _____

ФИО Э.Р. Ваджипова

КОПИЯ ВЕРНА
 ПОДПИСЬ *М.В.*



16. Среднесуточные количества продуктов в день на ребенка:

соответствует требованиям таблицы 2 приложения 7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Возраст детей 12 лет и старше	Фактическое количество продуктов	Нормативное значение
Хлеб ржаной	25	24-30
Хлеб пшеничный	40	40-50
Макаронные изделия	5	4-5
Крупы, бобовые	12	10-12,5
молоко	70	70-87,5
рыба	16	15,4-19,2
Фрукты свежие	40	37-46
соки	40	40-50
яйцо	24,4	24-30
птица	11	10,6-13,25
творог	13	12-15
чай	0,5	0,4-0,5

17. Продукты, включенные в рацион питания детей ежедневно: хлеб, напитки, крупы, (птица, овощи, фрукты, творог, молоко, сыр – 1-3 раз в неделю).


18. Заключение: Представленное перспективное меню на десятидневный период для обучающихся 12 лет и старше (завтраки)

- МБОУ «Амурская школа имени А.К.Чикаренко»
- МБОУ «Краснознаменская школа»
- МБОУ «Полтавская школа»
- МБОУ «Восходненская школа имени В. И. Криворотова»
- МБОУ «Ровновская школа»
- МБОУ «Удачненская школа»
- МБОУ «Колодезянская школа»
- МБОУ «Янтарненская школа имени В.В. Кубракова»
- МБОУ «Марьяновская школа»
- МБОУ «Октябрьская школа №1» Красногвардейского района
- МБОУ «Пятихатская школа»
- МБОУ «Котельниковская школа»,

ООО «Феникс» по адресу: 297210 Республика Крым, район Красногвардейский, поселок городского типа Октябрьское, улица Тельмана, дом 36

соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Врач по общей гигиене


(подпись)

Ваджипова Э.Р.
(ФИО)

Зам технического директора


(подпись)

Усманова Г.И.
(ФИО)

№ экспертного заключения 1.2231/3.930

Подпись врача ОИ _____

ФИО Э.Р. Ваджипова

КОПИЯ ВЕРНА
подпись 



Пронумеровано, пронумеровано и скреплено печатью
_ 15 (пятнадцать) листов

Директор ООО «Неман»



УЛДСГ

КОЛЫБЯ ВЕРХНЯЯ