

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 9

О.М. Ключко

Утверждено:

ИП Яркова Н.В.

ПРИМЕРНОЕ 20-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ОТ 19.09.2023 Г.

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ ДЕТЕЙ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

ПРИЕМ ПИЩИ: ЗАВТРАК, ОБЕД

МЕНЮ 1 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины (говядина, лук, томат паста, мука, масло растительное)	100	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные (макароны, масло слив)	150	5,15	4,13	36,64	200,08	№ 516-2004
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		22,67	15,52	75,15	537,01	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша пшеничная (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	200.10	11	9,58	49,87	313,6	№302-2004
Кофейный напиток (кофейный концентрат, молоко, сахар)	200	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	20.25	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	0,4	-	9,8	95	
Итого :		22,92	22,99	89,76	679,44	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамона»	60	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп гороховый с мясом (говядина, картофель, горох, лук, морковь, масло растительное)	10/250	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом (фарш говяжий, рис лук, мука, масло растительное,)	90/30	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		34,9	42,07	107,73	909,15	

МЕНЮ 2 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептур
Плов с курицы	250	24,22	15	29,03	352,06	№492-2004
Компот из шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,8	-	29,96	120,00	№705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,28	0,27	14,91	67,8	
Сок	125	-	-	14,37	57,5	
Итого :		27,3	15,27	88,27	597,36	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный (яйцо, молоко, масло/растит)	200,10	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2004
Какао на молоке (какао, молоко, сахар)	200	4,98	5,36	22,58	154,3	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		27,17	46,31	57,35	527,65	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белк и	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Солнечный зайчик»	60	1,1	3,05	5,71	54,25	
Щи с мясом, со сметаной (капуста свежая, говядина, картофель, морковь, лук, томатное пюре, масло растит.)	10/250/10	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Котлеты мясные с соусом (фарш говяжий, хлеб, лук, сухари, масло растительное, морковь, мука, томат паста, масло сливочное, сахар)	90,30	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные (макароны, масло сливочное)	150	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке (какао, молоко, сахар)	200	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		37,58	39,46	106,32	901,07	

МЕНЮ 3 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным (творог, манка, сахар, яйцо, мука, масло сливочное, м/р)	150,20	13,75	9,87	32,86	279,3	10/5-2011
Чай с сахаром (заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Выпечка	130	13,39	15,46	34,1	183,3	
Итого :		27,34	25,33	76,98	501,59	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	100	15,29	11,09	3,61	189,65	№437-2004
Макароны отварные (макароны, масло слив)	150	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном (заварка, сахар, лимон)	200,15,7	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,75	50,75	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		22,77	15,52	80,58	558,7	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит.	60	0,82	5,0	5,0	67,5	
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной (говядина, картофель, перловка, морковь, лук, огурец соленый, масло растительное)	10/250/10	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Бедро запеченное с соусом (бедро куриное, сметана, м/растит)	90	14,6	13,6	0,6	183,2	№ 494-2004
Каша гречневая рассыпчатая (гречка, масло сливочное)	150	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из свежемороженых ягод (вишня ; сахар)	200	0,16	-	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		37,19	33,85	108,73	876,83	

МЕНЮ 4 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жир ы	углевод ы	ЭЦ, кка л	№ рецептур ы
Овощи по сезону (помидоры свежие, м/растит)	60	0,63	3,0	2,17	38,37	№22-2013
Котлеты мясные с соусом (фарш говяжий, хлеб, лук, сухари, масло растительное, морковь, мука, томат паста, масло сливочное, сахар)	90,30	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	36,06	222,87	№259-2004
Компот из свежемороженых ягод (смородина, сахар)	200	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		24,54	26,62	91,04	698,0	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша вязкая «Дружба» (рис, пшено, молоко сахар, масло сливочное)	200.10	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток (кофейный концентрат, молоко, сахар)	200	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	20.25	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	0,4	-	9,8	95	
Итого :		21,46	21,78	83,52	667,3	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат степной	60	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Борщ с мясом и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук, томат паста, сахар, масло растительное, говядина)	10/250/10	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из мяса (говядина, рис, морковь, лук, масло растительное)	200	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с лимоном (заварка, сахар, лимон)	200.15.7	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		25,38	32,8	90,78	739,64	

МЕНЮ 5 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	жиры	углевод	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушенное (говядина, лук, морковь, томат паста, мука, масло растительное)	100	15,97	15,64	3,17	204,64	№433-2004
Каша гречневая рассыпчатая (гречка, масло сливочное)	150	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с лимоном (заварка, сахар, лимон)	200.15.7	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Фрукт	100	0,4	-	9,8	38	
Итого :		27,48	21,85	83,67	626,45	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченная со сметаной и сыром (минтай, мука, м/растит)	90	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Выпечка	50	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		33,84	22,14	87,88	686,81	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	1,11	3,13	8,94	59,45	
Рассольник домашний с мясом и сметаной (говядина, капуста, картофель, морковь, лук, огурец соленый, масло растительное)	10/250/10	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом (фарш говяжий, хлеб, лук, сухари, масло растительное, морковь, мука, томат паста, масло сливочное, сахар)	90,30	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной (крупа рис, масло сливочное)	150	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из смородины (смородина, сахар, вода)	200	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		32,22	35,35	115,19	873,88	

МЕНЮ 6 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	жиры	углевод	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Овоцы по сезону (огурец, помидор)	60	0,63	3,0	2,17	38,37	№22-2013
Курица тушеная	70,50	14,15	15,16	16,3	242,87	№413-2004
Макароны отварные	150	5,15	4,13	36,64	200,8	№333-2004
Чай с лимоном	200,15,7	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	-	-	14,37	57,5	
Итого :		22,26	22,59	95,18	650,29	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Шниц из говядины (говядина, рис, морковь, лук, масло растительное)	200	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	-	-	23	92,0	
Итого :		14,73	14,0	80,02	501,04	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	60	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 50-2004
Суп из овощей с мясом со сметаной (говядина, капуста, картофель, морковь, лук, горошек зелёный, масло растительное.)	10/250/10	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Шницеля рубленные запеченные, с соусом томатным (фарш говяжий, хлеб, лук, молоко, яйцо, мука, масло растительное, морковь, томат паста, сахар, масло сливочное)	90,30	14,6	17,78	9,85	251,66	№498-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая (гречка, масло сливочное)	150	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из свежемороженых ягод (вишня, сахар)	200	0,16	-	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		37,43	40,46	111,39	953,45	

МЕНЮ 7 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, лук, морковь, масло растительное)	200	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из свежемороженых ягод (вишня или смородина, сахар)	200	0,16	-	17,03	66,05	№511-2004
Хлеб ржаной	25	1,38	0,25	8,02	47,5	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		19,1	21,75	61,77	519,83	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша рисовая (рис, молоко, сахар, масло сливочное)	200.10	11,0	9,58	49,87	313,6	№302-2004
Кофейный напиток (кофейный концентрат, молоко, сахар)	200	4,78	7,7	22,07	151,34	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	20.25	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	0,4	-	9,8	95	
Итого :		22,92	22,99	89,76	679,44	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Полонезский»	60	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Салатка из птицы со сметаной (мясо птицы, картофель, лук, огурец соевый, маслины, томат паста, масло растительное)	250/10	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины (говядина, лук, томат паста, мука, масло растительное)	100	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные (макароны, масло сливочное)	150	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке (какао, молоко, сахар)	200	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		49,94	42,48	91,64	929,51	

МЕНЮ 8 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный (яйцо, молоко, масло/растит.)	200,10	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2004
Какао на молоке (какао, молоко, сахар)	200	4,98	5,36	22,58	154,3	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		27,17	46,31	57,35	527,65	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	100	15,29	11,09	3,61	189,65	№437-2004
Макароны отварные (макароны, масло слив)	150	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,75	50,75	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		22,67	15,52	75,4	537,69	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жир ы	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамона»	60	3,55	5,77	3,42	47,74	
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной (говядина, картофель, перловка, морковь, лук, огурец соленый, масло растительное)	10/250/10	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Бефстроганов (говядина, лук, сметана, мука, масло растит)	50.50	15,99	21,09	5,54	274,78	№423-2004
Каша гречневая рассыпчатая (гречка, масло сливочное)	150	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		41,35	42,11	105,08	921,59	

МЕНЮ 9 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Овощи по сезону (огурцы свежие, масло растит)	60	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным (грудка куриная, хлеб, лук, молоко, яйцо, мука, масло растительное, морковь, томат паста, сахар, масло сливочное)	90,30	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	36,06	222,87	№520-2004
Компот из свежемороженой ягод (смородина или вишня)	200	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		22,73	24,14	84,78	643,89	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептур ы
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным (творог, манка, сахар, яйцо, мука, масло сливочное, м.р)	180,20	16,5	11,85	39,43	335,16	10/5-2011
Чай с сахаром (заварка сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Варенка	130	13,39	15,46	34,1	183,3	
Итого :		30,09	27,31	83,55	557,45	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной (картофель, морковь, свекла, огурец соленый, лук, масло растительное)	60	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с мясом, со сметаной (капуста свежая, говядина, картофель, морковь, лук, томатное пюре, масло растит.)	10/250/1 0	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса (говядина, рис, морковь, лук, масло растительное)	200	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из вишни (вишня св. мор., сахар, вода.)	200	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		25,5	28,89	88,75	701,88	

МЕНЮ 10 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш с говядины	100	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая (гречка, масло сливочное)	150	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		26,3	17,3	83,51	609,99	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	90,30	16,2	15,1	16,85	272,29	№ 494-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	43,06	222,87	№259-2004
Чай с сахаром (заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		23,49	20,64	80,43	584,9	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Солнечный зайчик»	60	1,1	3,05	5,71	54,25	
Суп лапша домашняя с курицей (лапша, курица, лук, морковь, м/растит)	10/250	6,4	5,7	10,1	117,0	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, лук, морковь, масло растительное)	200	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб ржаной	50	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого за прием		28,61	30,8	84,15	735,03	

МЕНЮ 11 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша вязкая «Дружба» (рис, пшено, молоко сахар, масло сливочное)	200.10	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток (кофейный концентрат, молоко, сахар)	200	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	20.25	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	0.4	-	9,8	95	
Итого :		21,46	21,78	83,52	667,3	

Горячий завтрак 1 смена 2 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептур
Гуляш из говядины (говядина, лук, томат паста, мука, масло растительное)	100	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Макароны отварные (макароны, масло слив)	150	5,15	4,13	36,64	200,8	№516-2004
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		22,67	15,52	75,15	537,73	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	60	0,82	5,0	5,0	67,5	
Суп гороховый с мясом (говядина, картофель, горох, лук, морковь, масло растительное)	10/250	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом (фарш говяжий, рис лук, мука, масло растительное.)	90/30	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		32,17	41,3	109,31	928,91	

МЕНЮ 12 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	90,30	16,2	15,1	16,85	252,29	№ 494-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	36,06	222,87	№259-2004
Чай с сахаром (заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		23,49	20,64	63,23	564,9	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, лук, морковь, масло растительное)	200	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с лимоном (заварка, сахар, лимон)	200.15.7	0,3	-	15,2	60	№686-2004
Хлеб ржаной	50	2,75	0,5	16,04	95,0	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		20,61	22,05	67,96	561,28	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Рассольник ленинградский с мясом и сметаной (говядина, картофель, перловка, морковь, лук, огурец соленый, масло растительное)	10/250/10	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Гуляш из говядины	100	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая (гречка, масло сливочное)	150	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из свежемороженой ягод (смородина, сахар)	200	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		37,85	35,4	115,79	936,69	

МЕНЮ 13 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углевод ы	ЭЦ, кка л	№ рецептуры
Плов из мяса (говядина, рис, морковь, лук, масло растительное)	200	15,06	19,43	45,19	405,79	№370-2013
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,28	0,27	14,91	67,8	
Сок	200	-	-	23,0	92,0	
Итого :		17,54	19,70	93,12	604,58	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша вязкая «Дружба» (рис, пшено, молоко сахар, масло сливочное)	200.10	9,54	8,37	43,63	301,46	№302-2004
Кофейный напиток (кофейный концентрат, молоко, сахар)	200	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	20.25	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	0,4	-	9,8	95	
Итого :		21,46	21,78	83,52	667,3	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белк и	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат овощной	60	1,11	3,13	8,94	59,45	
Щи с мясом, со сметаной (капуста свежая, говядина, картофель, морковь, лук, томатное пюре, масло растит.)	10/250/10	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Биточки мясные с соусом (фарш говяжий, хлеб, лук, сухари, масло растительное, морковь, мука, томат паста, масло сливочное, сахар)	90,30	14,6	17,78	10,39	251,52	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные (макароны, масло сливочное)	150	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Компот из шиповника	200	0,8	-	29,96	120,0	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		33,41	34,18	116,93	871,79	

МЕНЮ 14 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом (фарш мясной, рис, мука, лук, масло растительное)	90,30	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Макаронные отварные (макаронные, масло сливочное)	150	5,15	4,13	36,64	200,8	№516-2004
Компот из шиповника (шиповник, сахар)	200	0,8	-	29,96	120,0	№705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Йогурт	95	0,4	-	9,8	95	
Итого :		21,24	27,05	1101,83,83	767,68	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	90,30	16,2	15,1	16,85	272,29	№ 494-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	43,06	222,87	№259-2004
Чай с сахаром (заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		23,49	20,64	80,43	584,9	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	60	3,85	8,27	3,91	105,78	№ 50-2004
Борщ с мясом и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, лук, томат паста, сахар, масло растительное, говядина)	10/250/10	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из мяса (говядина, рис, морковь, лук, масло растительное)	200	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с лимоном (заварка, сахар, лимон)	200.15.7	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		28,48	32,01	90,03	743,1	

МЕНЮ 15 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, лук, морковь, масло растительное)	200	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с лимоном (заварка, сахар, лимон)	200.15.7	0,3	-	15,2	60	№686-2004
Хлеб ржаной	50	2,75	0,5	16,04	95,0	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		20,61	22,05	67,96	561,28	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептур
Рыба запеченная со сметаной и сыром (минтай, мука, м/растит)	90	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Выпечка	50	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		33,84	22,14	87,88	686,81	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Рассольник домашний с мясом и сметаной (говядина, капуста, картофель, морковь, лук, огурец соленый, масло растительное)	10/250/10	7,98	8,74	13,02	150,52	№ 131-2004
Биточки мясные с соусом (фарш говяжий, хлеб, лук, сухари, масло растительное, морковь, мука, томат паста, масло сливочное, сахар)	90,30	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Рис отварной (крупа рис, масло сливочное)	150	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из смородины (смородина, сахар, вода)	200	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		31,57	35,22	107,73	848,81	

МЕНЮ 16 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	100	15,29	11,09	3,61	189,65	№437-2004
Макароны отварные (макароны, масло слив)	150	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с лимоном (заварка, сахар, лимон)	200.15.7	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,75	50,75	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		22,77	15,52	80,58	558,7	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша пшенная (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	200.10	11	9,58	49,87	313,6	№302-2004
Кофейный напиток (кофейный концентрат, молоко, сахар)	200	4,78	7,7	22,07	151,34	№692- 2004
Хлеб ржаной с сыром	20.25	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт	95	0,4	-	9,8	95	
Итого :		22,92	22,99	89,76	679,44	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих помидор	60	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной (мясо птицы, картофель, лук, огурец соленый, маслины, томат паста, масло растительное)	250/10	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Биточки рубленые с курицы с соусом	90.30	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 516-2004
Какао на молоке (какао, молоко, сахар)	200	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		46,5	45,1	101,95	983,97	

МЕНЮ 17 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица тушеная в соусе	70,50	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	150	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Чай с сахаром (заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№686-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		22,68	20,86	87,74	610,51	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный (яйцо, молоко, масло/растит)	200,10	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2004
Какао на молоке (какао, молоко, сахар)	200	4,98	5,36	22,58	154,3	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		27,17	46,31	57,35	527,65	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп из овощей с мясом со сметаной (говядина, капуста, картофель, морковь, лук, горошек зеленый, масло растительное.)	10/250/10	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Котлеты рубленые запеченные, с соусом томатным (фарш говяжий, хлеб, лук, молоко, яйцо, мука, масло растительное, морковь, томат паста, сахар, масло сливочное)	90,30	14,6	17,78	10,39	251,66	№498-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая (гречка, масло сливочное)	150	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из свежемороженых ягод (смородина, сахар)	200	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,06	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		37,21	37,96	115,83	912,96	

МЕНЮ 18 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жир ы	углевод ы	ЭЦ, кка л	№ рецен тур ы
Овощи по сезону (помидоры свежие, м/растит)	60	0,63	3,0	2,17	38,37	№22-2013
Котлеты мясные с соусом (фарш говяжий, хлеб, лук, сухари, масло растительное, морковь, мука, томат паста, масло сливочное, сахар)	90,30	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	36,06	222,87	№259-2004
Компот из свежемороженых ягод (смородина, сахар)	200	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого		24,54	26,62	91,04	698,0	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	жиры	углеводы	ЭЦ, кка л	№ рецептуры
Запеканка «Царская» с молоком сгущенным (творог, манка, сахар, яйцо, мука, масло сливочное, м/р)	150,20	13,75	9,87	32,86	279,3	10/5-2011
Чай с сахаром (заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Вилочка	130	13,39	15,46	34,1	183,3	
Итого :		27,34	25,33	76,98	501,59	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецен туры
Салат «Полонинский»	60	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Суп лапша домашняя с курицей (лапша, курица, лук, морковь, м/растит)	10/250	6,4	5,7	10,1	117	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, лук, морковь, масло растительное)	200	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб ржаной	50	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого за прием		28,18	33,75	81,43	749,36	

МЕНЮ 19 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белк н	жир ы	углевод ы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	100	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая (гречка, масло сливочное)	150	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром (заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№686-2013
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	200	-	-	23	92	
Итого :		26,3	17,3	92,13	644,49	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Овощи по сезону (огурцы свежие, масло растит)	60	0,46	3,0	1,48	34,38	№ 17-2013
Биточки рубленые из птицы запеченные, с соусом томатным (грудка куриная, хлеб, лук, молоко, яйцо, мука, масло растительное, морковь, томат паста, сахар, масло сливочное)	90,30	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	36,06	222,87	№520-2004
Компот из свежемороженых ягод (смородина, сахар)	200	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		22,73	24,14	84,78	643,89	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свежих помидор	60	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной (мясо птицы, картофель, лук, огурец соленый, маслины, томат паста, масло растительное)	250/10	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158- 2004
Курица тушеная в соусе	70,50	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Макароны отварные (макароны, масло сливочное)	150	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516- 2004
Какао на молоке (какао, молоко, сахар)	200	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		46,9	39,48	90,82	899,3	

МЕНЮ 20 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептур ы
Рыба запеченная со сметаной и сыром (минтай, мука, м/растит)	90	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром (чай заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№ 685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Выпечка	50	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого :		33,84	22,14	87,88	686,81	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептур ы
Плов с курицы	250	24,22	15	29,03	352,06	№ 492-2004
Компот из шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,8	-	29,96	120,00	№ 705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,28	0,27	14,91	67,8	
Сок	125	-	-	14,37	57,5	
Итого :		27,3	15,27	88,27	597,36	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной (картофель, морковь, свекла, огурец соленый, лук, масло растительное)	60	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с мясом, со сметаной (капуста свежая, говядина, картофель, морковь, лук, томатное пюре, масло растит.)	10/250/10	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса (говядина, рис, морковь, лук, масло растительное)	200	12,5	13,7	36,5	319,3	№ 370-2013
Компот из вишни (вишня св. мор., сахар, вода.)	200	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		25,5	28,89	88,75	701,88	

15-сф/м



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии
в Тюменской области» в городе Тобольске, Тобольском, Вагайском, Уватском, Яковском
районах

(Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области» в городе Тобольске,
Тобольском, Вагайском, Уватском, Яковском районах)
626150, Тюменская обл., г.Тобольск ул.Семена Ремезова, д.49В, строение 1
Тел/факс, (3456)25-00-41, (3456)24-65-18, E-mail: tobolsk@fguz-tyumen.ru
ОКПО 76835718 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001

УТВЕРЖДАЮ:

Главный врач филиала
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области» в городе Тобольске,
Тобольском, Вагайском, Уватском,
Яковском районах



М.П. Е.В. Горин

«19» сентября 2023 г.

Экспертное заключение № 50

1. Наименование услуги: экспертиза примерного двадцатидневного циклического меню для питания детей с 7 по 11 лет в общеобразовательных организациях (приемы пищи: завтрак, обед).

2. Заявитель: Индивидуальный предприниматель Якова Наталья Владимировна; юридический адрес: Тюменская область, город Тюмень, 8 микрорайон, дом 8-А, кв. 49; ИНН 720601969592, ОГРНИП 313723223900018.

3. Получатель: Индивидуальный предприниматель Якова Наталья Владимировна; юридический адрес: Тюменская область, город Тюмень, 8 микрорайон, дом 8-А, кв. 49; ИНН 720601969592, ОГРНИП 313723223900018.

4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:

На основании заявки № 000013490 от 07.08.2023 г. рассмотрено представленное примерное двадцатидневное циклическое меню для питания детей с 7 по 11 лет в общеобразовательных организациях (включает приемы пищи: завтрак, обед).

Меню разработано на основании:

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

При составлении меню использованы:

• Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г.

- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации - Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г.

- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть - Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011 г.

Представлены: аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую литературу, нормативные документы, пояснения к меню; накопительная ведомость; таблица распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблица суммарных объемов блюд по приемам пищи; таблица расхода соли и специй при приготовлении блюд и изделий; таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности.

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 20 дней (с учетом режима организации) для питания детей в общеобразовательных организациях возрастной группы с 7 по 11 лет в соответствии с рекомендуемой формой составления примерного меню (приложение N 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности (содержание белков, жиров и углеводов в каждом блюде). Приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептур.

Меню включает завтрак, обед. На долю завтрака приходится 25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю обеда 35%, что соответствует п. 8.1.2 (приложение N 7, таблица 2, приложение N 10 таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 7 по 11 лет (приложение N 7, таблица 2, приложение N 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20). В течение дня допускается отступление от норм калорийности рациона питания в пределах $\pm 5\%$, средний процент пищевой ценности за неделю соответствует норме (приложение N 10, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что отвечает требованиям пп. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Суммарный объем готовых блюд для указанных возрастов (с 7 по 11 лет) соответствует приложению N 9 таблице 3, п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Масса порций готовых блюд для указанных возрастов (с 7 по 11 лет) соответствует приложению N 9 таблице 1 п. 8.1.2. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Количество приемов пищи в представленном двадцатидневном циклическом меню (завтрак, обед) соответствует обязательному количеству, указанному в

приложении N 12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении N 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Представленное примерное двадцатидневное цикличное меню для питания детей с 7 по 11 лет в общеобразовательных организациях (приемы пищи: завтрак, обед) соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Врач по общей гигиене



Д.Р. Бариева