



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 12 И СТАРШЕ

ПРИЕМ ПИЩИ: ЗАВТРАК, ОБЕД

МЕНЮ 1 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход,гр	Белки	Жиры	Углев.	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 сливочное)	180	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 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 :		23,7	16,35	82,48	577,89	

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,гр	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	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	Углев.	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Плов из курицы (курица, рис, морковь, лук, масло растительное)	250	23,26	14,4	27,86	337,97	№492-2004
Компот из шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,8	-	29,96	120,0	№705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		26,09	14,7	82,7	566,22	

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	
Йогурт	95	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		27,57	46,31	52,77	565,15	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход,гр	Белки	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 паста 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	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
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
Выпечка	130	13,39	15,46	34,1	183,3	
Итого :		30,09	27,31	83,55	557,45	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев.	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)	180	6,18	4,96	43,97	240,96	№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 :		23,7	16,35	82,48	577,89	

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)	100	1,04	5,0	3,61	63,95	№22-2013
Котлеты мясные с соусом (фарш говяжий, хлеб, лук, сухари, масло растительное, морковь, мука, томат паста, масло сливочное, сахар)	100,30	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	6,07	6,29	43,27	267,44	№259-2004
Компот из свежемороженных 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 :		27,5	31,33	100,53	791,45	

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 р	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, гр	Белки	Жиры	Углев.	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,гр	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Овощи по сезону (огурцы, помидоры)	100	1,05	5,0	3,61	63,95	№22-2013
Курица тушеная	100,50	17,7	18,95	20,4	303,6	№413-2004
Макаронны отварные	180	6,18	4,96	43,97	240,96	№333-2004
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	
Итого :		27,26	29,21	93,68	719,26	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход,гр	белки	жиры	углевод ы	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Плов 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,гр	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 зеленый, масло растительное.)	10/250/10	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Шницеля рубленые запеченные, с соусом томатным (фарш говяжий, хлеб, лук, 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 свежемороженных 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 свежемороженных ягод (смородина или вишня, сахар)	200	0,16	-	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб ржаной	25	1,38	0,25	8,02	47,5	
Сок	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		19,1	21,8	61,77	519,83	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход,гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ,ккал	№ рецептур ы
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 «Полонинский»	60	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
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
Гуляш из говядины (говядина, лук, томат паста, мука, масло растительное)	50.50	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	
Йогурт	95	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		27,57	46,31	52,77	565,15	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев.	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)	180	6,18	4,96	43,97	240,96	№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 :		23,7	16,35	82,48	577,89	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	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)	100	0,76	5,0	2,47	57,3	№ 17-2013
Биточки рубленные из птицы запеченные, с соусом томатным (грудка куриная, хлеб, лук, молоко, яйцо, мука, масло растительное, морковь, томат паста, сахар, масло сливочное)	100,30	16,14	19,44	11,23	274,96	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	6,07	6,29	43,27	267,44	№520-2004
Компот из свежемороженых ягод (смородина или вишня)	200	0,16	-	17,03	66,05	№630-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		25,16	31,03	84,5	716,5	

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
Выпечка	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)	100	1,83	10,08	7,03	127,52	№ 71-2004
Щи с мясом, со сметаной (капуста свежая, говядина, картофель, морковь, лук, томатное паста 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)	250	15,4	15,9	48,7	399,5	№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		29,14	35,12	103,76	833,09	

МЕНЮ 10 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	189,69	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая (гречка, масло сливочное)	180	10,54	7,09	54,0	327,67	№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 :		28,06	18,48	92,51	664,6	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход,гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	100,30	18,0	16,77	18,72	280,3	№ 494-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	6,07	6,29	43,27	267,44	№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 :		26,3	23,36	82,51	637,48	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Солнечный зайчик»	100	1,83	3,41	9,51	90,41	
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		29,34	31,16	87,95	771,19	

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	Углев.	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)	180	6,18	4,96	43,97	240,96	№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 :		23,7	16,35	82,48	577,89	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	100	1,36	8,33	8,33	112,5	
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.)	100/30	14,2	24,81	16,27	329,92	№462-2004 №587-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 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		35,06	47,87	121,19	1047,27	

МЕНЮ 12 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход,гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	100,30	18,0	16,77	18,72	280,3	№ 494-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	6,07	6,29	43,27	267,44	№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 :		26,3	23,36	82,51	637,48	

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 (чай заварка, сахар, лимон)	200.15.7	0,3	-	15,2	60,0	№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»	100	1,26	15,11	7,78	170,53	№ 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)	180	10,54	7,09	54,0	327,64	№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		40,12	42,63	127,91	1058,48	

МЕНЮ 13 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, г	белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из мяса (рис, говядина, морковь, том.паста,масло раст.)	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	19,7	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	100	1,86	5,23	14,9	99,09	
Щи с мясом, со сметаной (капуста свежая, говядина, картофель, морковь, лук, томатное паста 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)	100,30	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные (макароны, масло сливочное)	180	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 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		36,73	38,77	131,06	975,03	

МЕНЮ 14 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углев .	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Тефтели 2 вариант с соусом (фарш мясной, рис, мука, лук, масло растительное)	100,30	14,2	24,81	16,27	329,92	№462-2004 №587-2004
Макароны отварные (макароны, масло слив)	180	6,18	4,96	43,97	240,96	№516-2004
Компот из шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Йогурт	95	0,4	-	9,8	95	
Итого :		23,61	30,07	110,5	836,63	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход,гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Куриное бедро запеченное	100,30	18,0	16,77	18,72	280,3	№ 494-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	6,07	6,29	43,27	267,44	№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 :		26,3	23,36	82,51	637,48	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с сыром	100	6,44	10,46	6,55	146,47	№ 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)	250	15,4	15,9	48,7	399,5	№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		33,97	36,4	104,87	863,99	

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 (чай заварка, сахар, лимон)	200.15.7	0,3	-	15,2	60,0	№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, 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 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	189,69	№437-2004
Макароны отварные (макароны, масло слив)	180	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Чай с лимоном (запарка, 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 :		23,08	16,35	87,91	598,9	

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 из свежих помидор	100	1,04	5,0	3,61	63,95	№ 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 куриные с соусом	100.30	16,64	17,33	17,02	280,32	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 516-2004
Какао на молоко (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		49,58	49,88	112,3	1082,15	

МЕНЮ 17 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица тушенная в соусе	100,50	17,7	18,95	20,4	303,6	№405-2013
Рис отварной	180	5,14	6,13	48,5	272,58	№ 511-2004
Чай с сахаром (заварка, сахар)	200	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб пшеничный йодированный	50	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		27,09	25,68	99,92	716,67	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	жир ы	углевод ы	ЭЦ, ккал	№ рецептур ы
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	
Йогурт	95	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		27,57	46,31	52,77	565,15	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Аргомоша»	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, г	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Овощи по сезону (помидоры свежие, м/растит)	100	1,04	5,0	3,61	63,95	№22-2013
Котлеты мясные с соусом (фарш говяжий, хлеб, лук, сухари, масло растительное, морковь, мука, томат паста, масло сливочное, сахар)	100,30	16,14	19,44	11,23	274,96	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	6,07	6,29	43,27	267,44	№259-2004
Компот из свежемороженных 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 :		27,5	31,33	100,53	791,45	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
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
Выпечка	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
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
Жирное 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	белки	жиры	углеводы	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	100	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Каша гречневая рассыпчатая (гречка, масло сливочное)	180	10,54	7,09	54,0	327,67	№508-2004
Чай с сахаром (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 :		28,06	18,48	92,51	664,6	

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	1,04	5,0	3,61	63,95	№ 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	100.50	17,7	18,95	20,4	303,6	№405-2013
Макароны отварные (макаронны, масло сливочное)	180	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 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		50,75	50,17	116,38	1078,95	

МЕНЮ 20 день

Горячий завтрак 1 вариант

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Рыба запеченная со сметаной и сыром (минтай, мука, м/растит)	130	30,9	21,0	6,2	336,86	№ 341-2013
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	6,07	6,29	43,27	267,44	№ 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 :		44,35	29,69	96,99	835,04	

Горячий завтрак 2 вариант

Наименование блюда	Выход,г	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Плов из курицы (курица, рис, морковь, лук, масло растительное)	250	23,26	14,4	27,86	337,97	№492-2004
Компот из шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,8	-	29,96	120,0	№705-2004
Хлеб пшеничный йодированный	25	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сек	125	-	-	14,38	57,5	
Итого :		26,09	14,7	82,7	566,22	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной (картофель, морковь, свекла, огурец соленый, лук, масло растительное)	100	1,83	10,08	7,03	127,52	№ 71-2004
Щи с мясом, со сметаной (капуста свежая, говядина, картофель, морковь, лук, томатное паста масло растит.)	10/250/10	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса (говядина, рис, морковь, лук, масло растительное)	250	15,4	15,9	48,7	399,3	№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		29,14	35,12	103,76	832,89	

Т-исфм



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, Ярковском
районах

(Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области» в городе Тобольске,
Тобольском, Вагайском, Уватском, Ярковском 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,

Ярковском районах



М.П.

Е.В. Горин

«19» сентября 2023 г.

Экспертное заключение № 51

1. Наименование услуги: экспертиза примерного двадцатидневного цикличного меню для питания детей с 12 лет старше в общеобразовательных организациях (приемы пищи: завтрак, обед).

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

3. Получатель: Индивидуальный предприниматель Яркова 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 цикличное меню для питания детей с 12 лет старше 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 12 лет старше 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 12 лет старше (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 соответствует 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 12 лет старше) 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 12 лет старше) 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 12 лет старше 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