

## Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Примерное десятидневное меню детский сад (55883)
2	Информация о возрастной группе детей	от 3 до 7 лет
3	Информация о характеристике питающихся	Без особенностей
4	Тип организации, для которого разработано меню	Уровень 1 - Общеобразовательная организация
5	Режим питания	Завтрак, второй завтрак, обед, полдник
6	Технологические карты на заявленные в меню блюда с указанием сборника рецептов предназначенных для питания детей	Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г.», «Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г.»,
7	Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах	Использование полуфабрикатов в меню не планируется
8	Информация о наличии в организации детей с сахарным диабетом, целиакией, пищевой аллергией, фенилкетонурией, муковисцидозом	Детей с Без особенностей в организации - 41.

### Информация об энергетической, пищевой и витаминно-минеральной ценности меню

#### Меню Завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	415	400	104%	21 %
Калорийность, ккал.	376.3	341.3-414	28%	18%
Количество белков (г)	11.66	35.1	33%	22%
Количество жиров (г)	12.67	39	32%	21%
Количество углеводов (г)	53.9	169.65	32%	21%
Витамин С, мг	1.2	32.5	4%	2%
Витамин В1, мг	0.17	0.59	29%	19%
Витамин В2, мг	0.26	0.65	40%	26%
Витамин А, мкг рэ	61.08	325	19%	12%
Кальций, мг	274.48	585	47%	30%
Магний, мг	65.32	130	50%	33%

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Завтрак (в %)	сутки (в %)
Железо, мг	2.32	6.5	36%	23%
Калий, мг	356.14	390	91%	59%
Йод, мкг	53.8	65	83%	54%
Селен, мкг	10.05	19.5	52%	34%

### Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Второй завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	148	100	148%	8 %
Калорийность, ккал.	93.6	85.3-117	7%	5%
Количество белков (г)	1.07	35.1	3%	2%
Количество жиров (г)	0.24	39	1%	0%
Количество углеводов (г)	21.79	169.65	13%	8%
Витамин С, мг	10.84	32.5	33%	22%
Витамин В1, мг	0.05	0.59	8%	6%
Витамин В2, мг	0.06	0.65	9%	6%
Витамин А, мкг рэ	165.32	325	51%	33%
Кальций, мг	23.72	585	4%	3%
Магний, мг	28.68	130	22%	14%
Железо, мг	0.49	6.5	8%	5%
Калий, мг	363.84	390	93%	61%
Йод, мкг	0.02	65	0%	0%
Селен, мкг	0.4	19.5	2%	1%

### Меню Обед

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Обед (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	717	600	120%	37 %
Калорийность, ккал.	625	540-793.8	47%	30%
Количество белков (г)	27.8	35.1	79%	51%
Количество жиров (г)	19.9	39	51%	33%
Количество углеводов (г)	83.68	169.65	49%	32%
Витамин С, мг	23.55	32.5	72%	47%
Витамин В1, мг	0.3	0.59	51%	33%

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Обед (в %)	сутки (в %)
Витамин В2, мг	0.23	0.65	35%	23%
Витамин А, мкг рэ	246.3	325	76%	49%
Кальций, мг	217.78	585	37%	24%
Магний, мг	97.91	130	75%	49%
Железо, мг	5	6.5	77%	50%
Калий, мг	1016.08	390	261%	169%
Йод, мкг	84.41	65	130%	84%
Селен, мкг	12.44	19.5	64%	41%

### Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Полдник (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	250	250	100%	13 %
Калорийность, ккал.	264.7	180-351	20%	13%
Количество белков (г)	12.76	35.1	36%	24%
Количество жиров (г)	8.8	39	23%	15%
Количество углеводов (г)	33.61	169.65	20%	13%
Витамин С, мг	1.48	32.5	5%	3%
Витамин В1, мг	0.11	0.59	19%	12%
Витамин В2, мг	0.32	0.65	49%	32%
Витамин А, мкг рэ	54.84	325	17%	11%
Кальций, мг	278.88	585	48%	31%
Магний, мг	37.48	130	29%	19%
Железо, мг	0.87	6.5	13%	9%
Калий, мг	320.56	390	82%	53%
Йод, мкг	28.54	65	44%	29%
Селен, мкг	9.59	19.5	49%	32%

### Информация о содержании соли и сахара в меню

#### Меню Завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Завтрак (в %)
Соль (г)	0.9	1.5	60%
Сахар (г)	9.7	10	97%

#### Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Второй завтрак (в %)
Соль (г)	0	0	0%
Сахар (г)	0		0%

### Меню Обед

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Обед (в %)
Соль (г)	1.1	1.5	73%
Сахар (г)	7.9	5	158%

### Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Полдник (в %)
Соль (г)	0.2	0.5	40%
Сахар (г)	2.7	7	39%

## Фрагмент заключительной части экспертного заключения

Рассмотренное меню соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 по следующим пунктам:

- 1. Меню безопасное** (запрещенных к употреблению в организованных детских коллективах блюд и продуктов - нет)
- 2. Меню разнообразное** (повторов блюд в течение дня и двух смежных дней нет);
- Калорийность меню **не ниже регламентированных значений** по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей)Второй завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Полдник - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 12.4%, 30.3%, и 57.3% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в второй завтрак 4.6%, 2.3%, и 93.2% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 17.8%, 28.7%, и 53.6% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 19.3%, 29.9%, и 50.8% соответственно.
- Потребность в витаминах и минеральных веществах **соответствует** регламентированным показателям:  
*Витамин С, мг Витамин В1, мг Витамин В2, мг Витамин А, мкг рэ Кальций, мг Магний, мг Железо, мг Йод, мкг Селен, мкг Калий, мг .*
- В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.**
- В меню отсутствуют колбасные изделия,бутерброды, консервированные томаты, консервированные огурцы.**

**7. В меню присутствуют кондитерские изделия, рекомендуем исключить их из меню.**

---

**Рассмотренное меню отвечает принципам здорового питания и требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и может быть предложено к утверждению и реализации.**

---

**Экспертное заключение сформировано в ПС "Мониторинг питания и здоровья" ФБУН Новосибирским НИИ гигиены Роспотребнадзора. Выдано для "МБОУ "Кинельская СОШ"" 30.08.23.**