

УТВЕРЖДАЮ

ИП Козлов В.И.

В.И. Козлов

« 26 » сентября

2023 год

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 22

Заморискин

«26 » сентября 2023 год

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ
(10-ти дневное)

ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКИЙ РАЙОН

Сезон: ОСЕННИЙ

Возраст : 7-11 лет

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

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептур	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1								
День 1								
завтрак	КАША вязкая молочная из риса и пшена	220	8,4	10,6	35,1	270,5	2011	175
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0,0	54,6	2011	15
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,9	40,2	2011	376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51,0	2008	ПР
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	2008	ПР
Итого за завтрак:		500	15,80	16,00	81,10	534,50		
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ или черносливом	60	0,6	0,1	5,2	25,2	2011	59
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4,0	10,0	82,7	2011	82
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	200	17,2	24,1	29,8	489,9	2015	263
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ.	200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011	389
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,6	82,9	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2008	ПР
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,3	47,5	2011	338.2
Итого за обед:		815	25,10	29,10	100,00	852,40		
Итого за день:		1315	40,9	45,1	181,1	1386,9		

слива* -допускается выдача иных фруктов

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептур	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1								
День 2								
завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,7	0,1	2,3	14,4	2011	71
	ГУЛЯШ	90	12,1	15,4	2,8	203,6	2011	260
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,8	33,6	199,1	2015	309/202
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных	200	0,1	0,1	10,9	45,0	2021	492
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2008	ПР
Итого за завтрак:		540	21	20,7	68,1	550,3		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	70	0,5	4,3	1,7	47,1	2011	20
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,1	2,3	15,8	92,6	2011	101
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	130	13,2	7,1	6,9	144,9	2011	229
	РИС ПРИПУШЕННЫЙ	150	3,6	4,7	37,7	207,7	2011	305
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	13,6	88,0	2021	465
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	2008	ПР
	ВАФЛИ	20						
Итого за обед:		830	27,2	22	119,8	786,6		
Итого за день:		1370	48,20	42,70	187,90	1336,90		

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептов	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 3 завтрак								
	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60	0,9	3,0	2,6	47,3	2008	29
	КОТЛЕТЫ, РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ с соусом молочным	105	12,7	10,2	10,3	183,7	2021	374
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,4	3,6	29,2	134,8	2021	227
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,2	17,6	75,1	2011	389
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2008	ПР
Итого за завтрак:		515	20,40	17,08	69,69	488,30		
обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,0	2,5	4,9	46,2	2011	53
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,8	4,3	15,1	117,7	2011	102
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11,1	13,8	11,4	204,6	2011	279
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,6	4,4	15,2	117,2	2011	321
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	28,3	115,4	2011	352
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2008	ПР
Итого за обед:		780	24,80	25,50	103,50	736,60		
Итого за день:		1295	45,2	42,58	173,19	1224,9		

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептур	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1								
День 4								
завтрак	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3,0	5,3	53,0	2011	45
	ВОК " МЯСО С ОВОЩАМИ"	200	16,4	17,3	24,5	344,2	2016	276
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	19,4	77,4	2011	349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2008	ПР
Итого за завтрак:		500	20,10	20,60	67,70	562,80		
обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	2011	71
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2,2	4,5	10,8	92,8	2011	113
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)	100	14,5	20,1	12,6	311,6	2011	269
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,9	3,2	23,1	137,1	2021	223
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0,0	10,1	42,2	2011	377
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4	2008	ПР
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)*	120	0,5	0,5	11,8	56,4	2011	338
Итого за обед:		915	27,90	29,00	109,80	838,30		
Итого за день:		1415	48	49,6	177,5	1401,1		

ЯБЛОКО * -допускается выдача иных фруктов

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет
пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептов	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 5 завтрак								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,7	0,1	2,3	14,4	2011	71
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	15,5	20,0	26,8	349,0	2011	291
	ЧАЙ	200	0,4	0,1	14,9	62,0	2021	458
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,0	0,1	6,4	30,6	2008	ПР
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*	100	0,4	0,3	10,0	45,6	2011	338.1
Итого за завтрак:		545	19,50	20,70	70,40	549,00		
обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0,7	3,7	2,3	46,0	2011	27
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4,0	10,0	82,7	2011	82
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	12,6	15,2	8,1	265,4	2011	297
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	21,4	146,3	2011	312
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011	389
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	2008	ПР
Итого за обед:		790	24,80	29,00	99,20	803,40		
Итого за день:		1335	44,3	49,7	169,6	1352,4		

груша * -допускается выдача иных фруктов

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	520,0	19,36	19,02	71,40	536,98
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		25,14	24,07	21,31	22,85

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого обеды за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:	826	25,96	26,92	106,46	803,46
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		26,95	27,63	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		33,71	34,09	31,78	34,19

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД = 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:		45,32	45,94	177,86	1340,44
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПин 75% от суточной нормы:		46,2	47,4	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		58,86	58,19	53,09	57,04

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

понедельник

понеделник		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептур	№ рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда		Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 День 6 завтрак								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	2011	71
	БИТОЧКИ "АППЕТИТНЫЕ"	90	11,6	16,7	25,0	338,9	2011	268-ттк
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,9	3,2	23,1	137,1	2021	223
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0,0	10,1	42,2	2011	377
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2008	
Итого за завтрак:		540	19,00	20,30	78,20	614,80		
обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,7	0,1	2,3	14,4	2011	71
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,2	4,3	18,4	125,1	2011	108
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	13,9	17,2	3,0	222,3	2011	290
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	4,8	33,9	200,4	2015	309/202
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011	389
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2008	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,3	47,5	2011	338.2
Итого за обед:		860	28,50	27,30	110,10	804,90		
Итого за день:		1400	47,5	47,5	188,3	1419,7		

слива* - допускается выдача иных фруктов

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептов	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 День 7 завтрак	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60	0,9	3,0	2,6	47,3	2008	29
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ТОМАТАМИ	105	10,6	8,7	1,6	129,2	2016	248
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	21,4	146,3	2011	312
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,2	0,2	27,0	111,1	2011	342.1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2008	
	Итого за завтрак:	555	17,7	17,52	71,07	522,05		
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ или черносливом	60	0,6	0,1	5,2	25,2	2011	59
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4,0	10,0	82,7	2011	82
	ПЛОВ ИЗ МЯСА	180	20,4	20,9	31,5	396,4	2011	265
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	28,3	115,4	2011	352
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	2008	ПР
	Итого за обед:	710	27,70	25,50	107,80	775,60		
Итого за день:		1265	45,4	43,12	178,87	1297,65		

сезон: осенний
возрастная категория: 7-11 лет

среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептур	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 День 8								
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	60	1,0	2,5	4,9	46,2	2011	53
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ТТК)	150	13,9	14,5	2,6	216,9	2011	210-ттк
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	200/15	0,1	0,0	14,7	59,3	2011	376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2008	ПР
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,3	47,5	2011	338.2
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	2008	
Итого за завтрак:		580	20	18,4	70,6	552,5		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,7	3,7	2,1	45,5	2011	23
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,6	4,3	15,1	117,7	2011	102
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	18,8	14,3	25,8	307,0	2021	328
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,2	0,2	27,0	111,1	2011	342.1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	2008	ПР
Итого за обед:		720	28,40	23,00	97,00	710,30		
Итого за день:		1300	48,4	41,4	167,6	1262,8		

слива * - допускается выдача иных фруктов

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

четверг

четверг								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептов	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2								
День 9								
завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	2011	71
	ГУЛЯШ	90	12,1	15,4	2,8	203,6	2011	260
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,2	4,4	25,5	150,0	2008	324
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	2011	389
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2008	
Итого за завтрак:		540	18,60	20,40	67,90	533,60		
обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3,0	5,3	53,0	2011	45
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,8	4,2	13,1	97,7	2011	96
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11,1	13,8	11,4	204,6	2011	279
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ п	150	4,4	3,6	29,2	134,8	2021	227
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	19,4	77,4	2011	349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	2008	
Итого за обед:		790	23,30	25,10	111,20	723,40		
Итого за день:								
		1330	41,9	45,5	179,1	1257		

СВЕТЛО-ОКРАШЕННЫЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептур	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2 День 10 завтрак	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущенным молоком	150	15,5	8,0	37,2	294,1	2012	236
	ТТК							
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	2011	15
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	74,8	2011	14
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2021	573
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0,0	10,1	42,2	2011	377
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)*	110	0,4	0,4	10,8	51,7	2011	338
Итого за завтрак:		500	20,00	19,80	68,20	546,60		
обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,7	0,1	2,3	14,4	2011	71
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4,0	10,0	82,7	2011	82
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ -ттк	100	14,9	18,0	14,5	279,7	2011	294-ттк
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	21,4	146,3	2011	312
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных п	200	0,1	0,1	10,9	45,0	2021	492
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	2008	ПР
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2008	ПР
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*	120	0,5	0,3	12,0	54,7	2011	338.1
Итого за обед:		900	26,00	28,30	104,70	782,00		
Итого за день:		1400	46	48,1	172,9	1328,6		

ЯБЛОКО "ГРУША" -допускается выдача иных фруктов

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней (неделя вторая) в среднем фактически:	543	19	19	71	554
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		24,75	24,41	21,25	23,57

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого обеды за 5 дней(неделя вторая) в среднем фактически:	796	26,78	25,86	106,16	759,24
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		34,78	32,73	31,69	32,31

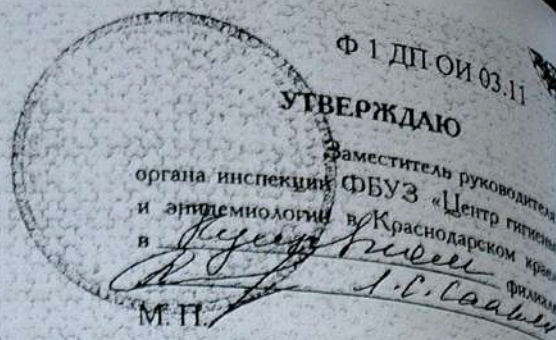
ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД = 50-60 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	1339	46	45	177	1313
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 50% от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		46,2	47,4	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		59,53	57,14	52,94	55,88

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД = 50-60 % ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД 10 ДНЕЙ					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 10 дней в среднем фактически:		45,58	45,54	177,61	1326,80
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 50% от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		46,2	47,4	201	1410
выход норм в % соотношении за 10 дней		59,19	57,65	53,02	56,46

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ	500	15,80	16,00	81,10	534,50
2 ДЕНЬ	540	21,00	20,70	68,10	550,30
3 ДЕНЬ	515	20,40	17,08	69,69	488,30
4 ДЕНЬ	500	20,10	20,60	67,70	562,80
5 ДЕНЬ	545	19,50	20,70	70,40	549,00
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	520	19	19	71	537
6 ДЕНЬ	540	19,00	20,30	78,20	614,80
7 ДЕНЬ	555	17,70	17,52	71,07	522,05
8 ДЕНЬ	580	20,00	18,40	70,60	552,50
9 ДЕНЬ	540	18,60	20,40	67,90	533,60
10 ДЕНЬ	500	20,00	19,80	68,20	546,60
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	543,0	19,1	19,3	71,2	553,9
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК)	532	19,21	19,15	71,30	545,45

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
	815	25	29	100	852
1 ДЕНЬ	830	27,2	22	119,8	786,6
2 ДЕНЬ	780	24,8	25,5	103,5	736,6
3 ДЕНЬ	915	27,9	29	109,8	838,3
4 ДЕНЬ	790	24,8	29	99,2	803,4
5 ДЕНЬ	826	26	27	106	803
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	860	28,5	27,3	110,1	804,9
6 ДЕНЬ	710	27,7	25,6	107,8	775,6
7 ДЕНЬ	720	28,4	23	97	710,3
8 ДЕНЬ	790	23,3	25,1	111,2	723,4
9 ДЕНЬ	900	26	28,3	104,7	782
10 ДЕНЬ	796	27	26	106	759
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	811,00	26,37	26,39	106,31	781,35
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕД)					

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



ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 1040/26 «26» сентября 2023 года

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы

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

Производство экспертизы начато: 26.09.2023г. в 09-00ч.

Производство экспертизы окончено: 26.09.2022г.в 11.50ч.

1. Основание: Заявление индивидуального предпринимателя Козлова В.И. зарегистрированное под Вх.№ 1048/930/ОИ от 16.09.2023г. в Кушевском филиале ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»;

2. Заявитель: Индивидуальный предприниматель Козлов Владимир Игоревич;

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

ИНН: 234703511402;

ОГРН: 305234702802112;

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

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

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

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

4. Цель экспертизы:

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

5. Перечень рассмотренных материалов:

- Основное (организованное) 10-дневное меню (завтрак + обед) на осенний сезон учебного года, разработанного индивидуальным предпринимателем В.И. Козловым (Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 26, кв. 9), для организации питания обучающихся 7-11 лет в общеобразовательных организациях муниципального образования Ленинградский район, в том числе, детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и детей-инвалидов;
- Технологические карты кулинарных изделий (блюд) с указанием рецептур и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий. Указана температура подачи готовых блюд.
- Ведомость контроля за рационом питания возрастной категории детей 7-11 лет.
- Ведомость среднесуточных наборов пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 11 лет.

6. Санитарно-эпидемиологическая оценка:

Представленное основное (организованное) 10-дневное меню (завтрак + обед) для организации питания учащихся от 7 до 11 лет общеобразовательных организаций муниципального образования Ленинградский район, разработано на основе следующих документов:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
- Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций», утвержденные Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А. Ю. Поповой;
- Сборник технических нормативов- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П. Могильного и В.А. -М.: Делта плюс, 2011. -544с.;
- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина.- Изд-е 4-е доп. и испр.-Пермь, 021-410с.;
- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга.- СПб:Речь, 2008.-800с.;
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГАУЗ НИЦД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ»/под редакцией член-корр.РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы.- М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016.-361с.;

Кучмы В.Р.

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Краснодарском крае»

АО «КБМ», г. Краснодар, ИНН 2308033891

- Скуонхин И.М., Тутельян В.А. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с.

По результатам экспертизы основного (организованного) 10-дневного меню (завтрак + обед) для обучающихся от 7 до 11 лет общеобразовательных организаций муниципального образования Ленинградский район на осенний сезон учебного года, установлено:

1. Основное (организованное) 10-дневное меню (завтрак + обед) для детей 7-11 лет разработано на основании сформированного рациона питания, включающего распределение перечня блюд, кулинарных, мучных, кондитерских и хлебобулочных изделий по отдельным приемам пищи (п.8.1.2, п.8.1.4 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
2. Представленное меню разработано с учетом сезонности (осенний период) на период двух недель (10 дней, предусмотрены с понедельника по пятницу) дифференцированного по возрасту обучающихся (7-11 лет) (п.8.1.4 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
3. В меню предусмотрено двухразовое питание: завтрак (20-25 %), обед (30-35%), от суточной калорийности (п.8.1.2 приложение № 12).
4. Меню разработано в соответствии с требованиями п.8.1.4 приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (рекомендуемый образец).
5. Примерное меню содержит информацию о наименовании и количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, приведены ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий (п.8.1.4 приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
6. Наименования блюд и кулинарных изделий, указанные в примерном меню, соответствуют наименованиям в использованных сборниках рецептов (технологических картах) (раздела II п.2.8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
7. Запрещенные блюда (пищевая продукция) в меню отсутствуют (п.8.1.9 приложение 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
8. В пояснительной записке отражена информация о профилактике йод-дефицитных заболеваний путем введения в рацион йодированной соли, что соответствует п.8.1.6 приложение 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
9. В примерном меню соблюдены требования по массе порций блюд и кулинарных изделий для учащихся 7-11 лет (п.8.1.2 приложение № 9 таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20):

Для учащихся 7-11 лет

Название блюд	масса порций блюд в граммах 7-11 лет	
	фактическая	нормируемая
Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо	150-220	150-200
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	60-70	60-100
Первое блюдо	200	200-250
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	90-130	90-120
Гарнир	150	150-200
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао, сок)	200	180-200
Фрукты	100-120	100

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

10. Суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют требованиям п.8-12 приложения № 9 таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20):

Для учащихся 7-11 лет

Название блюд	Фактические суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах) в среднем за 10 дней	Нормируемые суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах, не менее)
Завтрак	532	500
Обед	811	700

Завтрак по составу пищевых продуктов и готовых блюд состоит из закуски, горячих молочных супов, мясных/рыбных блюд, гарниров, творожных блюд, напитков, предусмотрена выдача фруктов, кондитерских изделий.

В состав ассортимента пищевой и готовой продукции, реализуемой в обед, включены закуски (салат или свежие овощи), горячее первое блюдо, второе блюдо состоящее из мясного/рыбного блюда (котлеты, биточки, плов, рагу), гарниров крупяных, макаронных изделий и пр., напитка (компот, кисель, соки).

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

1 неделя

Прием пищи	Дни недели					N %	Средняя калорийность за 5 дней	Средняя энергетическая ценность за 5 дней
	1	2	3	4	5			
завтрак	534,5	550,3	488,3	562,8	549	20-25	536,98	23
обед	852,4	786,6	736,6	838,3	803,4	30-35	803,46	34
итого	1386,9	1336,9	1224	1401,1	1352,4	50-60	1340,24	57
Суточная калорийность 2350 ккал- 100%, 470ккал -587,5 ккал 20%- 25%, 30%- 705 ккал, 35%- 822,5 ккал 1175 ккал, 60%- 1410 ккал								

2 неделя

Прием пищи	Дни недели					N %	Средняя калорийность за 5 дней	Средняя энергетическая ценность за 5 дней
	1	2	3	4	5			
завтрак	614,8	522,05	552,5	533,60	546,6	20-25	553,91	23
обед	804,9	737,6	710,3	723,4	782	30-35	751,64	32
итого	1419,7	1259,65	1262,8	1257	1328,6	50-60	1305,55	55
Суточная калорийность 2350 ккал- 100%, 470ккал -587,5 ккал 20%- 25%, 30%- 705 ккал, 35%- 822,5 ккал 1175 ккал, 60%- 1410 ккал								

13. Распределение суточной потребности в пищевых веществах, энергии по приемам пищи (завтрак + обед), учитывая пребывание детей в образовательных учреждениях 7-11 лет, соответствует нормам (приложение 10, таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20) 50-60 % от суточной калорийности, что составляет:

Керенко

филиал ФБУЗ «Центр питания и эпидемиологии в Краснодарском крае»

Нормы
показ
(в гра
менее)
167,5

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

Среднесуточный набор пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 11 лет (в нетто г, мл, на 1 ребёнка в сутки)		
Наименование группы продуктов	100%	56 % (средний показатель за период 10 дней)
Дрожжи	0,2	0,1
Какао	1	0,55
Картофель	187	106
Кисломолочная продукция	150	85
Кондитерские изделия	10	5,7
Кофейный напиток	2	1,3
Крахмал	3	1,7
Крупа	45	26
Макаронные изделия	15	9
Масло растительное	15	9
Масло сливочное	30	17
Молоко	300	175
Мука	15	9
Мясо	70	40
Овощи	280	159
Птица	35	19
Рыба	58	33
Сахар	30	17
Сметана	10	5,7
Сок	200	114
Соль	3	1,7
Субпродукты	30	16
Сухофрукты	15	9
Специи	2	1,3
Сыр	10	5,7

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии» в Краснодарском крае

Прошито и
Скреплено
печатью

В.И.Козлов

