



**УТВЕРЖДАЮ**  
ИП Козлов В.И.

В.И.Козлов

«15» МАРТА 2023 год

СОГЛАСОВАНО

Директор



СОШ № 27

«15» МАРТА 2023 год

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ  
( 10-ти дневное)  
ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКИЙ РАЙОН  
Сезон: зимне-весенний  
Возраст : 7-11 лет**

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

сезон: зима - весна  
 Возрастная категория: 7-11 лет  
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1								
День 1								
завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5,34	4,62	71,4	115	2013
	ГУЛЯШ	90	12,37	13,37	2,76	185,09	260	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,32	3,40	33,96	187,79	309	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	14,72	59,25	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,16	9,54	45,59	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
	ЯБЛОКО *	100	0,40	0,40	9,80	47,00	112	2013
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>640</b>	<b>22,13</b>	<b>22,91</b>	<b>82,08</b>	<b>630,92</b>		
обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,78	3,21	13,13	89,01	96	2011
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,95	3,06	4,94	52,58	47	2011
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (БИТОЧКИ)	90	14,37	13,38	13,10	230,00	268	2011
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,20	4,40	25,50	150,00	324	2008
	СОК ВИШНЕВЫЙ	200	1,36	0,39	22,12	98,94	442	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,59	0,27	16,70	79,78	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,36	10,02	52,20	109	2013
<b>Итого за обед:</b>		<b>765</b>	<b>25,24</b>	<b>25,07</b>	<b>105,51</b>	<b>752,51</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1405</b>	<b>47,37</b>	<b>47,98</b>	<b>187,59</b>	<b>1383,43</b>		

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов. МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

сезон: зима - весна  
 возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 2</b>								
завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,66	0,00	1,44	8,40	70	2011
	РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	9,83	3,64	3,71	87,81	229	2011
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	5,26	21,42	146,27	312	2011
	МАСЛО (ПОРЦИОННО)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	14	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,58	0,00	32,36	131,73	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>555</b>	<b>17,48</b>	<b>17,58</b>	<b>77,62</b>	<b>540,8</b>		
обед	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,58	4,60	9,94	89,69	82	2011
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,84	3,66	4,97	56,07	52	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	23,88	18,28	36,96	408,30	311	2008
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	24,42	141,00	382	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,23	14,32	68,39	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,30	8,35	43,50	109	2013
	МАНДАРИН *	100	0,80	0,20	7,50	38,00	112	2013
<b>Итого за обед:</b>		<b>815</b>	<b>34,73</b>	<b>30,28</b>	<b>106,46</b>	<b>844,95</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1370</b>	<b>52,21</b>	<b>47,86</b>	<b>184,08</b>	<b>1385,75</b>		

ЯБЛОНО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

сезон: зима - весна

возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1								
День 3								
завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с повидлом	155	11,56	7,37	38,03	273,78	223	2011
	МАСЛО (ПОРЦИОНАМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	14	2011
	СЫР (ПОРЦИОНАМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	15	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50	1,30	22,40	107,00	432	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
	МАНДАРИН *	100	0,80	0,20	7,50	38,00	112	2013
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>520</b>	<b>19,40</b>	<b>20,50</b>	<b>86,62</b>	<b>621,77</b>		
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>200</b>	<b>1,41</b>	<b>3,09</b>	<b>12,81</b>	<b>84,86</b>	<b>116</b>	<b>2011</b>
обед	СУП С КРУПНОЙ И ТОМАТОМ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	70	2011
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	200	17,23	21,99	18,15	339,83	309	2008
	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	0,69	0,19	41,88	172,72	358	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО НАТУРАЛЬНОГО	25	1,88	2,45	18,60	104,25	590	2013
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	0,23	14,32	68,39	108	2013
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,36	10,02	52,20	109	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	745	25,90	28,37	116,80	830,05		
	<b>Итого за обед:</b>	<b>1265</b>	<b>45,3</b>	<b>48,87</b>	<b>203,42</b>	<b>1451,82</b>		
	<b>Итого за день:</b>							

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

сезон: зима - весна  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1								
День 4								
завтрак	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	60	1,80	0,12	3,78	23,28	пр.пр-во	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЬИ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕНЬИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	90	10,60	12,96	9,69	220,06	316	2008
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,81	4,28	17,12	119,56	143	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,01	14,92	61,56	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>545</b>	<b>18,54</b>	<b>17,80</b>	<b>64,12</b>	<b>516,25</b>		
обед	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2,56	4,61	14,01	107,69	113	2011
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЬИ (ПОМИДОР)	60	0,66	0,00	1,44	8,40	70	2011
	БЕФСТРОГАНОВ	90	14,08	15,69	5,26	226,68	250	2011
	КАША РЖНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,13	5,74	25,07	172,81	184	2008
	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	0,97	0,00	24,64	106,70	442	2008
	ВЕРЛОНО *	100	0,40	0,40	9,80	47,00	112	2013
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,23	14,32	68,39	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,36	10,02	52,20	109	2013
<b>Итого за обед:</b>		<b>860</b>	<b>28,01</b>	<b>27,03</b>	<b>104,56</b>	<b>789,87</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1060</b>	<b>30,57</b>	<b>31,64</b>	<b>118,57</b>	<b>897,56</b>		

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

сезон: зима - весна  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 5								
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,85	3,66	4,97	56,08	52	
	ТЕФТЕЛИ (2-ОЙ ВАРИАНТ) с соусом томатным с овощами	100	8,59	10,30	11,52	186,18	284	2011
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,41	5,11	19,98	143,33	324	2008
	СОК ВИШНЕВЫЙ	200	1,36	0,39	22,12	98,94	442	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
<b>Итого за завтрак:</b>		555	18,38	19,89	77,20	576,32		
обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	1,02	4,07	7,63	71,34	102	2011
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,95	3,06	4,94	52,58	47	2011
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	90	10,41	12,02	5,77	181,85	233	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	5,26	21,42	146,27	312	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,58	0,00	32,36	131,73	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,23	14,32	68,39	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,30	8,35	43,50	109	2013
	МАНДАРИН *	100	0,80	0,20	7,50	38,00	112	2013
<b>Итого за обед:</b>		855	20,83	25,14	102,29	733,66		
<b>Итого за день:</b>		1410	39,21	45,03	179,49	1310		

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -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:	563,0	19,19	19,74	77,53	577,21
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		24,92	24,98	23,14	24,56

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:	808	26,94	27,18	107,12	790,21
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		34,99	34,40	31,98	33,63

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:		42,93	44,28	174,63	1285,71
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		55,76	56,05	52,13	54,71

сезон: зима - весна  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2								
День 6								
завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,95	3,06	4,94	52,58	47	2011
	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,50	12,15	10,00	194,68	271	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,13	3,78	25,79	153,56	164	2008
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ВИШНЯ)	200	0,31	0,08	18,63	78,23	342	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
<b>Итого за завтрак:</b>		555	20,06	19,50	77,97	570,84		
обед	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,13	3,23	14,56	96,01	112	2011
	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,52	3,07	1,57	36,98	21	2011
	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	200	16,81	16,78	15,93	282,03	274	2012
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	590	2013
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	14,72	59,25	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,96	0,31	19,09	91,18	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,30	8,35	43,50	109	2013
	ЯБЛОКО *	120	0,48	0,48	11,76	56,40	112	2013
<b>Итого за обед:</b>		865	26,16	26,13	100,86	748,75		
<b>Итого за день:</b>		1420	46,22	45,63	178,83	1319,59		

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов



сезон: зима - весна  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2								
День 7						8,40	70	2011
завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,66	0,00	1,44	284,44	259	2011
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	0,58	0,00	32,36	131,73	349	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	20	1,48	0,16	9,54	45,59	108	2013
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	112	2013
	МАНДАРИН *		21,38	17,15	74,82	542,96		
<b>Итого за завтрак:</b>		200	4,72	2,08	20,24	119,20	93	2008
обед	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	60	1,14	5,34	4,62	71,40	115	2013
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	90	9,52	11,19	10,44	182,64	279	2011
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	150	5,13	6,40	31,73	205,66	205	2011
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	200	1,50	1,30	22,40	107,00	432	2008
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	25	1,85	0,19	11,93	56,99	108	2013
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	745	25,18	26,74	108,04	777,69		
	<b>Итого за обед:</b>	1320	46,56	43,89	182,86	1320,65		
<b>Итого за день:</b>								

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

сезон: зима - весна  
 возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Неделя 2</b>								
<b>День 8</b>								
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,85	3,66	4,96	56,07	52	2011
	РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	9,83	3,64	3,71	87,81	229	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	5,26	21,42	146,27	312	2011
	МАСЛО(ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	14	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ФЛОВОДОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	0,69	0,19	38,01	157,24	359	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,16	9,54	45,59	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>17,41</b>	<b>21,4</b>	<b>84,4</b>	<b>602,58</b>	
обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,45	3,08	7,01	62,13	88	2011
	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,80	0,12	3,78	23,28	пр.пр-во	пр.пр-во
	МЯСО ТУШЕНОЕ	90	13,97	15,99	2,47	209,74	256	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,12	4,31	25,74	158,07	184	2008
	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	0,97	0,00	24,64	106,70	442	2008
	ЯБЛОКО *	120	0,48	0,48	11,76	56,40	112	2013
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,59	0,27	16,70	79,78	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,30	8,35	43,50	109	2013
<b>Итого за обед:</b>		<b>880</b>	<b>27,04</b>	<b>24,55</b>	<b>100,45</b>	<b>739,60</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>1430</b>	<b>44,45</b>	<b>45,95</b>	<b>184,85</b>	<b>1342,18</b>		

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

сезон: зима - весна  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2								
День 9								
завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЕЦ)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	70	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	90	12,60	13,30	11,48	216,35	295	2011
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,89	4,48	17,83	124,44	143	2011
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	442	2008
	ПЕЧЕНЬЕ	25	1,88	2,45	18,60	104,25	590	2013
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,16	9,54	45,59	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,24	6,68	34,80	109	2013
Итого за завтрак:		565	21,65	20,89	84,95	619,23		
обед	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2,56	4,61	14,01	107,69	113	2011
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,95	3,06	4,94	52,58	47	2011
	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ	200	23,88	18,28	36,96	408,30	311	2008
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,16	0,01	14,92	61,56	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,59	0,27	16,70	79,78	108	2013
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,30	8,35	43,50	109	2013
	Итого за обед:		720	31,80	26,53	95,88	753,41	
Итого за день:		1285	53,45	47,42	180,83	1372,64		

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -допускается выдача иных фруктов

сезон: зима - весна  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2								
День 10								
завтрак	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"							
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	200	8,36	7,68	47,44			
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	293,37	328	2008
	ЧАЙ С САХАРОМ	10	0,05	8,25	0,08	36,40	15	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,10	0,00	14,72	74,80	14	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,48	0,16	9,54	59,25	376	2011
	ЯБЛОКО *	20	1,32	0,24	6,68	45,59		108
Итого за завтрак:	100	0,40	0,40	9,80	34,80	109	2013	
					47,00	112	2013	
обед	СУП С КРУПОЙ	560	14,03	19,68	88,26	591,21		
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ПОМИДОРЫ)	200	1,49	4,20	9,79	83,04	115	2011
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ (КОТЛЕТЫ)	60	0,66	0,00	1,44	8,40	70	2011
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	110	11,27	11,19	12,57	200,08	234	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	3,23	10,58	22,66	203,34	142	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,58	0,00	32,36	131,73	349	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,59	0,27	16,70	79,78	108	2013
	МАНДАРИН *	25	1,66	0,30	8,35	43,50	109	2013
	Итого за обед:	100	0,80	0,20	7,50	38,00	112	2013
Итого за день:	880	22,28	26,74	111,37	787,87			
	1440	36,31	46,42	199,63	1379,08			

ЯБЛОКО \* -допускается выдача иных фруктов МАНДАРИН \* -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:	561	18,91	19,72	82,08	585,36
СанПиН 100% суточной нормы:		77,00	79,00	335,00	2350,00
норма по СанПиН 20% от суточной нормы:		15,40	15,80	67,00	470,00
норма по СанПиН 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		24,55	24,97	24,50	24,91

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней (неделя вторая) в среднем фактически:	818	26,49	26,14	103,32	761,464
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		34,41	33,09	30,84	32,40

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД = 50-60 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:		45,40	45,86	185,40	1346,83
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		58,96	58,05	55,34	57,31

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД = 50-60 % ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД 10 ДНЕЙ					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки и обеды за 10 дней в среднем фактически:		44,17	45,07	180,02	1316,27
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		57,36	57,05	53,74	56,01

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ И СТАРШЕ	7-11 ЛЕТ И	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ		640,00	22,13	22,91	82,08	630,92
2 ДЕНЬ		555	17,48	17,58	77,62	540,8
3 ДЕНЬ		520	19,4	20,5	86,62	621,77
4 ДЕНЬ		545	18,54	17,8	64,12	516,25
5 ДЕНЬ		555	18,38	19,89	77,20	576,32
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:		563,00	19,19	19,74	77,53	577,21
6 ДЕНЬ		555	20,06	19,5	77,97	570,84
7 ДЕНЬ		575	21,38	17,15	74,82	542,96
8 ДЕНЬ		550	17,41	21,4	84,4	602,58
9 ДЕНЬ		565	21,65	20,89	84,95	619,23
10 ДЕНЬ		560	14,03	19,68	88,26	591,21
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:		561,00	18,91	19,72	82,08	585,36
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК)		562	19,05	19,73	79,80	581,29

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ И СТАРШЕ	7-11 ЛЕТ	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ		765	25,24	25,07	105,51	752,51
2 ДЕНЬ		815	34,73	30,28	106,46	844,95
3 ДЕНЬ		745	25,90	28,37	116,80	830,05
4 ДЕНЬ		860	28,01	27,03	104,56	789,87
5 ДЕНЬ		855	20,83	25,14	102,29	733,66
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:		808,00	26,94	27,18	107,12	790,21
6 ДЕНЬ		865	26,16	26,13	100,86	748,75
7 ДЕНЬ		745	25,18	26,74	108,04	777,69
8 ДЕНЬ		880	27,04	24,55	100,45	739,6
9 ДЕНЬ		720	31,8	26,53	95,88	753,41
10 ДЕНЬ		880	22,28	26,74	111,37	787,87
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:		818,00	26,49	26,14	103,32	761,46
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕД)		813	26,717	26,658	105,222	775,836

Федеральная служба по надзору  
в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека  
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения  
«Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

Ф 1 ДП ОИ 03.11

УТВЕРЖДАЮ

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



Заместитель руководителя  
органа инспекции ФБУЗ «Центр гигиены  
и эпидемиологии в Краснодарском крае»  
филиале

*Ю.И. Козлов*  
М.П.

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 194/26 от 03 марта 2023 года

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы

Основного (организованного) меню (10-дневного) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Ленинградский район, сезон: зимне-весенний, возраст от 7 до 11 лет, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) (завтрак + обед) на 2022-2023 учебный год, разработанное индивидуальным предпринимателем В.И. Козловым (Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 100, кв. 26)

Производство экспертизы начато: 02.03.2023г. в 14-00ч.

Производство экспертизы окончено: 03.03.2023г. в 17.00ч.

1. Основание: Поручение № 58 от 27.02.2023г. начальника ТО Управления Роспотребнадзора по Краснодарскому краю в Кушевском, Крыловском, Павловском, Ленинградском районах А.Н. Козлова, зарегистрированное под Вх.№ 201/178/ОИ от 27.02.2023г. в Кушевском филиале ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

2. Заявитель: ТО Управления Роспотребнадзора по Краснодарскому краю в Кушевском, Крыловском, Павловском, Ленинградском районах;

Юридический адрес: Краснодарский край, 350000г. Краснодар, ул. Рашилевская, 100 ;  
ИНН: 2308105360;

ОГРН: 1052303653269;

фактический адрес: Краснодарский край, 352030, Кушевский район, станция Кушевская, пер. Школьный, 55.

3. Разработчик: индивидуальный предприниматель В.И. Козлов

Юридический адрес: Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 100, кв. 26.

Фактический адрес: Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 100, кв. 26.

*Ю.И. Козлов* \_\_\_\_\_  
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

Продолжение:  
Страницы № 2-5.

1796

00111

**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) меню (10-дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Ленинградский район, сезон: зимне-весенний, возраст от 7 до 11 лет, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) (завтрак + обед) на 2022-2023 учебный год, разработанное индивидуальным предпринимателем В.И. Козловым (Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 100, кв. 26)

**6. Санитарно-эпидемиологическая оценка:** представленное основное (организованное) меню (10-дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Ленинградский район, сезон: зимне-весенний, возраст от 7 до 11 лет, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) (завтрак + обед) разработано на основе следующих документов:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
- Сборник технических нормативов- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П. Могильного и В.А. -М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.
- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга.- Спб:Речь, 2008.- 800с.
- Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации. 5-е издание, переработанное и дополненное/ А.Я.Перевалов и др.- Пермь, 2013.

По результатам экспертизы основного (организованного) 10-дневного меню (завтрак+ обед) для обучающихся от 7 до 11 лет общеобразовательных организаций муниципального образования Ленинградский район на 2022-2023 учебный год, установлено:

1. Основное (организованное) 10-дневное меню (завтрак +обед) для детей 7-11 лет в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) 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 (зимне-весенний) 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).

*Козлов В.И.* Физлиц ФНУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»



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 рецепты 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 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):

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

9. Суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют требованиям п.8.1.2 приложение № 9 таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20):

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	562	500
Обед	813	700

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

В состав ассортимента пищевой и готовой продукции, реализуемой в обед, включены закуска, горячее первое блюдо, второе блюдо состоящее из мясного/рыбного штучного блюда (котлеты, шницель), гарниров крупяных, макаронных изделий и пр., напитки.

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):

*Курочкина* д.школа ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

от

1 неделя

Прием пищи	Дни недели					N %	Средняя калорийность за 5 дней	Средний пищевой ценности неделю
	1	2	3	4	5			
завтрак	630,92	540,8	621,77	516,25	576,32	20-25	577,21	24,5
обед	752,51	844,95	830,05	789,87	733,66	30-35	790,21	34
итого	1383,43	1385,75	14751,82	1306,12	1310	50-60	1367,42	58,5

Суточная калорийность 2350 ккал- 100%

2 неделя

Прием пищи	Дни недели					N %	Средняя калорийность за 5 дней	Средний % пищевой ценности за неделю
	1	2	3	4	5			
завтрак	570,84	542,96	602,58	619,23	591,21	20-25	586,06	25
обед	748,75	777,69	739,60	753,41	787,87	30-35	761,464	32,4
итого	1319,59	1320,65	1342,18	1372,64	1379,08	50-60	1347,524	57,4

Суточная калорийность 2350 ккал- 100%

Распределение суточной потребности в пищевых веществах, энергии по приемам пищи, учитывая пребывание детей в образовательных учреждениях 7-11 лет соответствует нормам (приложение 10, таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что составляет:

Возраст	Энергетическая ценность ккал, завтрак		Белки, г/завтрак		Жиры, г/завтрак		Углеводы, г/завтрак	
	Фактические показатели (в ккал)	Нормируемые показатели (в ккал, не менее) 20-25%	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее) 20-25%	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее) 20-25%	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее) 20-25%
7-11 лет	581,29	470-587,5	19,05	15,4-19,25	19,73	15,8-19,75	79,80	67-83,75

Возраст	Энергетическая ценность ккал, завтрак+обед		Белки, г/завтрак+обед		Жиры, г/завтрак+обед		Углеводы, г/завтрак+обед	
	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в ккал, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)	Фактические показатели (в граммах)	Нормируемые показатели (в граммах, не менее)
7-11 лет	1316,27	1175-1410	44,17	38,5-46,2	45,07	39,5-47,4	180,02	167,5-201

*Кузнецов* филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

ОТМ

7. Вывод: основное (организованное) меню (10-дневное) питания обучающихся в общеобразовательных организациях муниципального образования Ленинградский район, сезон: зимне-весенний, возраст от 7 до 11 лет, в том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) (завтрак + обед) на 2022-2023 учебный год, разработанное индивидуальным предпринимателем В.И. Козловым, Краснодарский край, 353860, г. Приморско-Ахтарск, ул. 50 лет Октября, дом № 100, кв. 26, соответствует требованиям раздела II п.2.8; раздела VIII, п.8.1, п.8.1.2, п. 8.1.2.4, 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.

Врач по общей гигиене

Т.Н. Пожиленкова

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

0111

**Пояснительная записка к примерному 10-ти дневному  
меню для обучающихся 1-4 классов и 12-ти дневному  
меню для обучающихся 5-11 классов в  
общеобразовательных учреждениях Ленинградского  
района.**

В настоящем меню учтены пожелания родителей и детей, при этом сохранив рациональное питание и учитывая требования санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием:

- Сборник Методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - Спб: Речь, 2008. - 800 с;
- Сборник технических нормативов — Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М: ДеЛи плюс, 2011. - 544 с;
- Сборник технологических 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. 5-е издание, переработанное и дополненное/ А.Я.Перевалов и др. - Пермь, 2013.;

В настоящем меню при приготовлении блюд используется йодированная соль.

Получено и секретовано  
Козляк Владимир \*  
В.И. Козляков

Исполнитель Козляков Владимир Игоревич \*  
ИД № 300233470280

ИД № 300233470280