

| | | |
|--|--|-----------------|
| ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Курской области» | Ф 01 ДП ОИ-02-03-07-2021 | Страница 1 из 5 |
| | Система менеджмента качества ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ РАБОТ ПО ИНСПЕКЦИИ органа инспекции | |

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

**Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Курской области»**

Почтовая ул., д. 3, Курск, 305000

тел./факс: (4712) 70-01-09, e-mail: cge@kursktelecom.ru, <http://46cge.rospotrebnadzor.ru/>
ОКПО 74399360, ОГРН 1054639017344, ИНН/КПП 4632050564/463201001

Аттестат аккредитации
в качестве органа инспекции
№ RA.RU.710041 выдан 04 июня 2015 г.
Федеральной службой по аккредитации.

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель органа инспекции,
заместитель главного врача



И. Б. Агеева

М.п. « 25 » августа 2023 г.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № ОИ 10-03-02(01)/1144.

- 1. Наименование и/или вид оценки соответствия объекта инспекции:** санитарно-эпидемиологическая экспертиза примерного десятидневного меню для обучающихся общеобразовательных школ Железнодорожного района на осенне-зимний период, предназначенного для организации питания детей в возрасте 7-11 лет.
- 2. На основании:** заявления Управления образования, по делам молодежи, по физической культуре и спорту Администрации Железнодорожного района Курской области вх регистрационный номер 46-20-24/695-2023 от 14.08.2023г и письма Филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Курской области в городе Железнодорожске» вх регистрационный номер 46-20/5299-2023 от 17.08.2023г
- 3. Заявитель (наименование юридического лица, ИП):** Управление образования, по делам молодежи, по физической культуре и спорту Администрации Железнодорожного района Курской области
ИНН 4633017591, ОГРН 1064633000046.
- 4. Адрес юридического лица:** 307170, Курская область, г. Железнодорожск, ул. 21 Партсъезда, д. 17
- 5. Сведения о специалисте ОИ, проводившего инспекцию:** Кузнецова Наталья Андреевна, врач по общей гигиене.
- 6. При проведении оценки соответствия примерного десятидневного меню для обучающихся общеобразовательных школ Железнодорожного района на осенне-зимний период, предназначенного для организации питания детей в возрасте 7-11 лет требованиям п. 8.1.2, п.8.1.3, п.8.1.4, п. 8.1.6, п. 8.1.9.**

| | | |
|--|---|-----------------|
| ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Курской области» | Ф 01 ДП ОИ-02-03-07-2021 | Страница 2 из 5 |
| | Система менеджмента качества ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ РАБОТ ПО ИНСПЕКЦИИ органа инспекции | |

раздела VIII СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» установлено:

Общие сведения:

К рассмотрению представлено примерное десятидневного меню для обучающихся общеобразовательных школ Железногорского района на осенне-зимний период, предназначенного для организации питания детей в возрасте 7-11 лет, утверждённое Начальником Управления образования, по делам молодежи, по физической культуре и спорту Администрации Железногорского района.

В общеобразовательных учреждениях детей в возрасте 7 - 11 лет предусматривается посредством реализации основного (организованного) меню, включающего горячее питание и организован 2-х разовый режим питания (завтрак и обед) с учетом длительности пребывания детей согласно требованиям п. 8.1.2. Приложение N 12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Анализ представленной документации показал, что примерное 10-ти дневное меню, предназначенного для организации питания детей в возрасте 7 11 лет содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности.

Вместе с тем не представлена информация о режиме пребывания обучающихся в общеобразовательных школах Железногорского района (пяти / шестидневная учебная неделя), что не позволяет оценить соответствие представленного 10-ти дневное меню рекомендуемой форме меню (на период не менее двух недель) согласно требованиям п. 8.1.4 и приложения № 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20

В представленном меню приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборниками рецептов (Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М. П. Могильного и В. А. Тутельяна – М. 2017).

Примерное меню учитывает требования, направленные на предотвращение возникновения и распространение инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений). В меню не используются продукты из перечня пищевой продукции, которая не допускается при организации питания детей, согласно п.8.1.9. приложения № 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В соответствии с п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение N 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

С учетом возраста обучающихся в примерном меню не соблюдены требования по массе порций блюд в соответствии с таблицей 1 Приложения N 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

| Название блюд | Масса порций в граммах для детей 7-11 лет | |
|--|---|---------|
| | Фактически | Норма |
| Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)* | 70*-260 | 150-200 |
| Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.) | 100 | 60-100 |
| Первое блюдо | 250 | 200-250 |
| Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) | 100 | 90-120 |
| Гарнир | 180 | 150-200 |
| Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок) | 200 | 180-200 |
| Фрукты | 100 - 120 | 100 |

В нарушение требований п. 8.1.2. приложение № 9, таблицы № 1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в примерном меню завышены массы порций блюд:

- каша или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака) – 1, 3, 4, 5, 6, 7, 9 и 10 дня на завтрак,
- фрукты – 2, 8, 10 дни на завтрак.

В примерном меню суммарная масса блюд по приемам пищи соответствуют требованиям таблицы 3 Приложения N 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и составляет

Суммарные объемы блюд для детей 7 -11 лет по приемам пищи в среднем за 12 дней (в граммах - не менее)

| Показатели | Фактическое | Норма |
|------------|-------------|-------|
| Завтрак | 550 - 660 | 500 |
| Обед | 860 - 960 | 700 |

| | | |
|--|---|-----------------|
| ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Курской области» | Ф 01 ДП ОИ-02-03-07-2021 | Страница 4 из 5 |
| | Система менеджмента качества ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ РАБОТ ПО ИНСПЕКЦИИ органа инспекции | |

Согласно представленным данным за 10 дней примерное меню обеспечивает суточную потребность детей от 7 до 11 лет в пищевых веществах (белки / жиры / углеводы) и энергии на 63,8 – 66,7 % в соответствии с п. 8.1.2 приложения № 10 таблице № 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

| Показатели | Возраст 7 -11 лет | |
|------------------------------------|--------------------------------|-------|
| | Фактически/ % от сут. нормы | Норма |
| белки (г/сут) | 51,3 / 66,7 % | 77 |
| жиры (г/сут) | 51,7 / 65,4 % | 79 |
| углеводы (г/сут) | 213,7 / 63,8 % | 335 |
| энергетическая ценность (ккал/сут) | 1519,5 / 64,66 % | 2350 |

С учетом норм возрастной физиологической потребности в энергии детей возраста 7 - 11 лет (2350 ккал) при процентном распределении рациона по отдельным приемам пищи (обед) представленное меню не обеспечивает доли суточной потребности в пищевых веществах и энергии согласно требованиям п. 8.1.2 приложения № 10 таблице № 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

| Тип организации | Прием пищи | Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии | |
|---------------------------------|------------|---|-----------|
| | | Фактически ккал / % | Норма в % |
| Общеобразовательные организации | завтрак | 586,83 / 25 % | 20-25 % |
| | обед | 932,68 / 39,7 % | 30-35 % |

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами используется йодированные продукты: соль, хлеб, молоко, обогащенное йодказеином согласно требованиям п.8.1.6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

К рассмотрению не представлена накопительная ведомость / ведомость контроля за рационом питания, что не позволяет оценить среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей и полноценность вложения пищевой продукции в утвержденное примерное меню в нарушение требований п. 8.1.2. приложение № 7 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

7. **Заключение:** примерное десятидневное меню для обучающихся общеобразовательных школ Железнодорожного района на осенне-зимний период, предназначенное для организации питания детей в возрасте 7-11 лет **не соответствует** требованиям раздела VIII СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»:

- не представлена информация о режиме пребывания обучающихся в общеобразовательных школах Железнодорожного района (пяти / шестидневная учебная неделя), что не позволяет оценить соответствие представленного 10-ти дневное меню рекомендуемой форме меню (на период не менее двух недель) согласно требованиям п. 8.1.4 и приложения № 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20;

- не соблюдены требования по массе порций блюд в соответствии с таблицей 1 Приложения N 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20: завышены массы порций блюд каша или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака) – 1, 3, 4, 5, 6, 7, 9 и 10 дня на завтрак и фрукты – 2, 8, 10 дни на завтрак;

- с учетом норм возрастной физиологической потребности в энергии детей возраста 7 - 11 лет представленное меню (в обед) не обеспечивает доли суточной потребности в пищевых веществах и энергии согласно требованиям п. 8.1.2 приложения № 10 таблице № 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20;

- не представлена накопительная ведомость / ведомость контроля за рационом питания, что не позволяет оценить среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей и полноценность вложения пищевой продукции в утвержденное примерное меню в нарушение требований п. 8.1.2. приложение № 7 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Врач по общей гигиене



Н. А. Кузнецова.

Заведующая отделом обеспечения
санитарного надзора и экспертиз,
врач по общей гигиене



Л. А. Завгородняя.

Утверждаю Начальник Управления
образования, по делам молодежи, по физической
культуре и спорту Железнодорожного района
/Л.В.Ольховская/
2023г



Примерное Десятидневное меню

Для обучающихся общеобразовательных школ
Железнодорожного района на осенне-зимний

период

(от 7 до 11 лет)

1й День

| Наименование блюда | Выход гр | Пищевые вещества | | | Эн.ценно сть(ккал) | Витамины,мг | | | | | | Минеральные вещества,мг | | | | | | | | | | | | |
|---|----------|------------------|------|-------|--------------------|-------------|------|-------|------|-------|-------|-------------------------|------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | | | | | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный с рисовой крупой Рецептура блюда №121-2017г. | 220 | 5,79 | 6,02 | 16,91 | 155,1 | 0,04 | 0,74 | 29,7 | 0,48 | 143,5 | 102,3 | 15,9 | 0,14 | | | | | | | | | | | |
| Оладьи с яблоками Рецептура блюда№403/400-2017г. | 100 | 4,92 | 9,42 | 29,9 | 229,6 | 0,09 | 0,71 | 10,9 | 9,08 | 50,9 | 73,8 | 20,5 | 1,01 | | | | | | | | | | | |
| Компот из смеси сухофруктов Рецептура блюда№349-2017г. | 200 | 0,85 | 0,09 | 40,2 | 166,0 | 0,02 | 0,73 | 0,00 | 0,0 | 32,5 | 23,4 | 17,5 | 0,70 | | | | | | | | | | | |
| Батон йодированный | 25 | 2,37 | 0,30 | 14,5 | 77,1 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 5,75 | 21,8 | 8,25 | 0,28 | | | | | | | | | | | |
| Вафли | 40 | 4,40 | 4,92 | 29,9 | 191,4 | 0,04 | 0,00 | 27,0 | 0,61 | 16,9 | 35,2 | 6,84 | 0,51 | | | | | | | | | | | |
| Всего | 585 | 18,3 | 20,8 | 131,4 | 819,2 | 0,22 | 2,18 | 67,6 | 10,6 | 249,6 | 256,5 | 69,0 | 2,64 | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат картофельный с морковью,луцом и зел.горошком | 100 | 9,36 | 6,39 | 9,55 | 132,7 | 0,09 | 8,37 | 19,8 | 5,94 | 19,6 | 0,09 | 24,1 | 0,90 | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда№40-2017г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с горохом Рецептура блюда№102-2017г. | 250 | 5,49 | 5,27 | 18,5 | 198,3 | 0,23 | 5,83 | 0,00 | 1,00 | 42,7 | 88,1 | 35,6 | 2,05 | | | | | | | | | | | |
| Шницель Рецептура блюда№268-2017г. | 100 | 11,09 | 18,3 | 10,3 | 254,1 | 0,23 | 2,69 | 12,6 | 0,70 | 15,9 | 103,0 | 21,9 | 1,31 | | | | | | | | | | | |
| Макаронь отварные с овощами Рецептура блюда№202/205-2017г. | 180 | 10,21 | 7,19 | 34,2 | 226,1 | 0,09 | 3,25 | 0,00 | 1,41 | 23,3 | 61,1 | 20,8 | 1,24 | | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном Рецептура блюда№377-2017г. | 200 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 71,3 | 0,00 | 2,86 | 0,00 | 0,00 | 14,2 | 4,40 | 2,40 | 0,36 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной поджаренный | 30 | 1,85 | 0,36 | 16,3 | 75,9 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,30 | 7,59 | 34,9 | 8,25 | 1,02 | | | | | | | | | | | |
| Всего | 860 | 38,1 | 37,5 | 104,1 | 958,4 | 0,67 | 23,0 | 32,4 | 9,35 | 123,3 | 291,6 | 115,5 | 6,88 | | | | | | | | | | | |
| Итого | 1445 | 56,4 | 58,3 | 235,5 | 1777,6 | 0,89 | 25,9 | 100,0 | 20,0 | 372,9 | 548,1 | 184,5 | 9,52 | | | | | | | | | | | |

2й день

| Наименование блюда | Выход гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины, мг | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | | | | | | | | |
|--|-------------|------------------|--------------|--------------|--------------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------|--------------|-------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | | | | | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный с манной крупы Рецептура блюда №121-2017г. | 200 | 6,97 | 7,57 | 6,15 | 147,9 | 0,04 | 0,66 | 26,4 | 2,02 | 127,6 | 90,9 | 14,1 | 0,12 | | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром и витамином С Рецептура блюда №376-2017г. | 200 | 0,53 | 0,00 | 15,0 | 71,3 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,1 | 2,80 | 1,40 | 0,28 | | | | | | | | | | | |
| Батон йодированный | 35 | 3,32 | 0,42 | 20,3 | 107,9 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 0,55 | 8,05 | 30,4 | 11,6 | 0,39 | | | | | | | | | | | |
| Сыр российский | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,7 | 0,01 | 0,11 | 39,0 | 0,08 | 132,0 | 75,0 | 5,25 | 0,15 | | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 110 | 0,67 | 0,67 | 14,7 | 86,0 | 0,28 | 10,2 | 0,00 | 0,20 | 21,2 | 11,3 | 9,26 | 2,26 | | | | | | | | | | | |
| Всего | 560 | 15,0 | 13,09 | 56,2 | 467,8 | 0,37 | 11,0 | 65,4 | 2,85 | 300,0 | 210,4 | 41,6 | 3,20 | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежель отварной Рецептура блюда №52-2017г. | 100 | 3,41 | 6,01 | 8,26 | 92,8 | 0,02 | 6,65 | 0,00 | 0,83 | 35,4 | 40,6 | 20,6 | 1,32 | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картошкой Рецептура блюда №82-2017г. | 250 | 3,80 | 4,92 | 16,9 | 127,0 | 0,05 | 10,7 | 0,00 | 2,43 | 49,7 | 54,6 | 26,1 | 1,23 | | | | | | | | | | | |
| Плов из птицы Рецептура блюда №291-2017г. | 280 | 23,7 | 16,8 | 51,0 | 423,7 | 0,19 | 8,40 | 2,63 | 1,14 | 64,9 | 240,9 | 75,5 | 2,63 | | | | | | | | | | | |
| Компот из смеси сухофруктов Рецептура блюда №349-2017г. | 200 | 0,85 | 0,09 | 40,2 | 166,0 | 0,02 | 0,73 | 0,00 | 0,0 | 32,5 | 23,4 | 17,5 | 0,70 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной йодированный | 30 | 1,85 | 0,36 | 16,3 | 75,9 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,30 | 7,59 | 34,9 | 8,25 | 1,02 | | | | | | | | | | | |
| Всего | 860 | 33,6 | 28,2 | 132,7 | 885,4 | 0,31 | 26,5 | 2,63 | 4,70 | 190,1 | 394,4 | 148,0 | 6,90 | | | | | | | | | | | |
| Итого | 1420 | 48,6 | 41,3 | 188,9 | 1353,2 | 0,68 | 37,5 | 68,0 | 7,55 | 490,1 | 604,8 | 189,6 | 10,1 | | | | | | | | | | | |

4й день

| Наименование блюда | Выход гр | Пищевые вещества | | | Эн.ценно сть(ккал) | Витамины,мг | | | | | | | Минеральные вещества,мг | | | | | |
|---|----------|------------------|-------|-------|--------------------|-------------|------|-------|------|-------|-------|-------|-------------------------|--|--|--|--|--|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | | | | | |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный с хлопьев «Геркулес» Рецептура блюда№121-2017г. | 230 | 4,16 | 5,00 | 8,61 | 129,7 | 0,05 | 0,92 | 37,0 | 2,61 | 178,6 | 127,3 | 19,8 | 0,17 | | | | | |
| Оладьи с творогом Рецептура блюда№404-2017г. | 75 | 8,88 | 14,45 | 29,1 | 232,3 | 0,10 | 0,25 | 35,5 | 6,98 | 69,5 | 100,1 | 22,3 | 0,89 | | | | | |
| Сыр российский | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 71,6 | 0,00 | 0,14 | 52,0 | 0,10 | 176,0 | 100,0 | 7,00 | 0,20 | | | | | |
| Чай с сахаром и витамином С Рецептура блюда№376-2017г. | 200 | 0,53 | 0,00 | 15,0 | 71,3 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,1 | 2,80 | 1,40 | 0,28 | | | | | |
| Батон йодированный | 25 | 2,37 | 0,30 | 14,5 | 77,1 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 5,75 | 21,7 | 8,25 | 0,28 | | | | | |
| Всего | 550 | 20,6 | 25,7 | 67,2 | 582,0 | 0,18 | 1,34 | 124,5 | 10,1 | 440,9 | 351,9 | 58,8 | 1,82 | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты Рецептура блюда№45-2017г. | 100 | 3,32 | 5,27 | 11,50 | 70,40 | 0,02 | 17,0 | 0,00 | 0,83 | 24,9 | 29,0 | 0,06 | 0,47 | | | | | |
| Суп картофельный с рисовой крупой Рецептура блюда№101-2017г. | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,1 | 135,8 | 0,09 | 8,25 | 0,00 | 0,37 | 26,7 | 56,0 | 22,8 | 0,88 | | | | | |
| Зразы рубленые с яйцом Рецептура блюда№274-2017г. | 100 | 16,6 | 17,1 | 8,48 | 256,9 | 0,19 | 3,76 | 10,2 | 0,21 | 26,1 | 80,7 | 15,9 | 5,89 | | | | | |
| Сыр сметанный Рецептура блюда№330-2017г. | 40 | 0,70 | 2,49 | 2,93 | 37,1 | 0,01 | 0,02 | 16,9 | 0,15 | 13,7 | 11,4 | 2,64 | 0,10 | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая Рецептура блюда№171-2017г. | 180 | 11,96 | 12,7 | 34,8 | 285,0 | 0,24 | 0,00 | 45,0 | 0,00 | 29,7 | 236,6 | 158,1 | 5,32 | | | | | |
| Чай с сахаром и витамином С Рецептура блюда№376-2017г. | 200 | 1,52 | 1,35 | 15,9 | 81,0 | 0,04 | 1,33 | 10,0 | 0,11 | 126,6 | 92,8 | 15,4 | 0,41 | | | | | |
| Хлеб ржаной йодированный | 30 | 1,85 | 0,36 | 16,3 | 75,9 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,30 | 7,59 | 34,9 | 8,25 | 1,02 | | | | | |
| Всего | 900 | 37,9 | 42,0 | 102,0 | 942,1 | 0,62 | 30,4 | 82,1 | 1,97 | 255,3 | 541,4 | 223,2 | 14,1 | | | | | |
| Итого | 1450 | 58,5 | 67,7 | 169,2 | 1524,1 | 0,80 | 31,7 | 206,6 | 12,1 | 696,2 | 893,3 | 282,0 | 15,9 | | | | | |

5й День

| Наименование блюда | Выход гр | Пищевые вещества | | | | Эн.ценно с(ккал) | Витамины, мг | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------------|------------------|------|-------|----------|---------------------|--------------|------|------|-------|-------|-------|------|----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | Б | Ж | У | ст(ккал) | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Мг | Fe | | | | | | | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Запеканка манная с изюмом Рецептура блюда №186-2017г. | 225 | 16,8 | 20,3 | 57,7 | 266,4 | 0,09 | 0,02 | 71,1 | 16,1 | 166,0 | 172,6 | 32,1 | 1,33 | | | | | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром и витамином С Рецептура блюда №376-2017г. | 200 | 0,53 | 0,00 | 15,0 | 71,3 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,1 | 2,80 | 1,40 | 0,28 | | | | | | | | | | | | | | |
| Батон йодированный | 25 | 2,37 | 0,30 | 14,5 | 77,1 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 5,75 | 21,7 | 8,25 | 0,28 | | | | | | | | | | | | | | |
| Фрукт | 100 | 0,58 | 0,58 | 12,3 | 76,4 | 0,03 | 12,0 | 0,00 | 0,25 | 18,5 | 13,2 | 10,8 | 2,65 | | | | | | | | | | | | | | |
| Всего | 550 | 20,3 | 21,2 | 99,5 | 491,2 | 0,15 | 12,05 | 71,1 | 16,7 | 201,4 | 210,3 | 51,2 | 4,54 | | | | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат картофельный с морковью, яйцом и зел. горошком | 100 | 9,36 | 6,39 | 9,55 | 132,7 | 0,09 | 8,37 | 19,8 | 5,94 | 19,6 | 0,09 | 24,1 | 0,90 | | | | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №40-2017г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ци из свежей капусты с картофелем Рецептура блюда №88-2017г. | 250 | 2,31 | 4,95 | 12,9 | 119,7 | 0,05 | 15,8 | 0,00 | 3,00 | 49,3 | 49,0 | 22,1 | 0,83 | | | | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №229-2017г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Рыба тушеная в томате с овощами Рецептура блюда №229-2017г. | 100 | 11,75 | 4,95 | 13,80 | 152,2 | 0,05 | 3,77 | 5,82 | 1,35 | 39,1 | 162,2 | 48,5 | 0,85 | | | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия отварные Рецептура блюда №202/203-2017г. | 180 | 10,55 | 6,94 | 36,6 | 234,9 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,56 | 14,6 | 45,1 | 9,77 | 0,98 | | | | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №202/203-2017г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Кисель из яблочк | 200 | 0,11 | 0,12 | 25,1 | 119,2 | 0,01 | 1,83 | 0,00 | 0,18 | 11,5 | 6,62 | 3,64 | 0,57 | | | | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №352-2017г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной йодированный | 40,0 | 2,47 | 0,48 | 21,7 | 101,2 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 10,2 | 46,5 | 11,0 | 1,36 | | | | | | | | | | | | | | |
| Всего | 870 | 36,6 | 23,8 | 199,7 | 859,9 | 0,31 | 29,7 | 25,6 | 11,4 | 144,3 | 309,5 | 119,1 | 5,49 | | | | | | | | | | | | | | |
| Итого | 1420 | 56,9 | 45,0 | 219,2 | 1351,1 | 0,46 | 41,8 | 96,7 | 28,1 | 345,7 | 519,8 | 170,3 | 10,0 | | | | | | | | | | | | | | |

6й день

| Наименование блюда | Выход гр | Пищевые вещества | | | Эн.ценно сть(ккал) | Витамины, мг | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|-------------|------------------|------|-------|-----------------------|--------------|------|-------|------|-------|-----------------------------|-------|------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | | | | | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный с гречневой крупой | 250 | 6,78 | 7,56 | 19,84 | 155,8 | 0,05 | 0,84 | 33,7 | 2,38 | 162,6 | 115,9 | 18,0 | 0,16 | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №121-2017г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром и витамином С | 200 | 0,53 | 0,00 | 15,0 | 71,30 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,1 | 2,80 | 1,40 | 0,28 | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №376-2017г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 0,10 | 7,20 | 0,13 | 65,7 | 0,00 | 0,00 | 40,0 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | | | | | | | |
| Батон йодированный | 50 | 4,74 | 0,60 | 29,0 | 154,3 | 0,06 | 0,00 | 0,00 | 0,78 | 11,5 | 43,4 | 16,5 | 0,56 | | | | | | | | | | | |
| Печенье | 40 | 5,40 | 6,52 | 27,9 | 185,8 | 0,04 | 0,00 | 26,0 | 0,56 | 16,4 | 34,8 | 6,00 | 0,40 | | | | | | | | | | | |
| Всего | 550 | 17,6 | 21,9 | 91,9 | 632,9 | 0,15 | 0,87 | 99,7 | 3,82 | 194,0 | 199,9 | 41,9 | 1,40 | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной | 100 | 3,41 | 6,01 | 8,26 | 92,8 | 0,02 | 6,65 | 0,00 | 0,83 | 35,4 | 40,6 | 20,6 | 1,32 | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №52-2017г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп крестьянский с крупой | 250 | 2,48 | 4,92 | 12,09 | 116,3 | 0,04 | 9,88 | 0,00 | 0,37 | 35,9 | 33,6 | 14,2 | 0,58 | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №98-2017г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Запеканка картофельная с овощами | 230 | 6,82 | 16,7 | 30,9 | 322,0 | 0,20 | 7,40 | 69,2 | 3,40 | 57,2 | 142,4 | 44,1 | 1,56 | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №161-2017г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Сочус сметанный | 40 | 0,70 | 2,49 | 2,93 | 37,1 | 0,01 | 0,02 | 16,9 | 0,15 | 13,7 | 11,4 | 2,64 | 0,10 | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №330-2017г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша с молоком | 200 | 4,06 | 3,54 | 17,6 | 123,4 | 0,06 | 1,59 | 24,4 | 0,00 | 152,2 | 124,6 | 21,3 | 0,48 | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №382 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной йодированный | 30 | 1,85 | 0,36 | 16,3 | 75,9 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,30 | 7,59 | 34,9 | 8,25 | 1,02 | | | | | | | | | | | |
| Рисово запеченое | 110 | 0,87 | 0,87 | 21,5 | 114,6 | 0,05 | 18,0 | 0,00 | 0,38 | 27,8 | 19,8 | 16,2 | 3,98 | | | | | | | | | | | |
| Рецептура блюда №372 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Всего | 960 | 20,2 | 34,9 | 109,6 | 882,1 | 0,41 | 43,5 | 110,5 | 5,43 | 339,6 | 407,3 | 87,3 | 9,04 | | | | | | | | | | | |
| Итого | 1510 | 37,8 | 56,8 | 201,5 | 1515,0 | 0,56 | 44,4 | 210,2 | 9,25 | 523,8 | 607,2 | 129,2 | 10,4 | | | | | | | | | | | |

8й День

| Наименование блюда | Выход гр | Пищевые вещества | | | Эн.ценно сть(ккал) | Витамины, мг | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | | | | | | | | | |
|--|------------|------------------|-------------|-------------|--------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------------------|-------------|-------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Мг | Fe | | | | | | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный с пшеном Рецептура блюда №121-2017г | 200 | 5,36 | 6,06 | 6,97 | 103,7 | 0,05 | 0,74 | 29,9 | 1,97 | 144,6 | 103,0 | 16,0 | 0,14 | | | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром и витамином С Рецептура блюда №376-2017г. | 200 | 0,53 | 0,00 | 15,0 | 71,30 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,1 | 2,80 | 1,40 | 0,28 | | | | | | | | | | | | |
| Сыр российский | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 53,7 | 0,00 | 0,11 | 39,0 | 0,08 | 132,0 | 75,0 | 5,30 | 0,15 | | | | | | | | | | | | |
| Батон йодированный | 30 | 2,84 | 0,36 | 17,4 | 92,6 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 0,47 | 6,90 | 26,0 | 9,90 | 0,34 | | | | | | | | | | | | |
| Фрукт | 120 | 0,70 | 0,70 | 14,8 | 91,7 | 0,04 | 14,4 | 0,00 | 0,30 | 22,2 | 15,8 | 13,0 | 3,18 | | | | | | | | | | | | |
| Всего 40-00 | 565 | 12,9 | 11,6 | 54,2 | 413,0 | 0,13 | 15,3 | 68,9 | 2,82 | 316,8 | 222,6 | 45,6 | 4,09 | | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты Рецептура блюда №45-2017г. | 100 | 3,32 | 5,27 | 11,50 | 70,4 | 0,02 | 17,0 | 0,00 | 0,83 | 24,9 | 29,0 | 0,06 | 0,47 | | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с рисовой крупой Рецептура блюда №101-2017г. | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,1 | 135,8 | 0,09 | 8,25 | 0,00 | 0,37 | 26,7 | 56,0 | 22,8 | 0,88 | | | | | | | | | | | | |
| Тертель мясные с соусом Рецептура блюда №279/3312017г. | 100/50 | 17,5 | 20,2 | 117,2 | 323,5 | 0,30 | 1,95 | 23,2 | 1,14 | 30,6 | 83,2 | 19,8 | 6,10 | | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия отварные Рецептура блюда №202/203 2017г. | 180 | 10,55 | 6,94 | 36,6 | 234,9 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,56 | 14,6 | 45,1 | 9,77 | 0,98 | | | | | | | | | | | | |
| Компот из смеси сухофруктов Рецептура блюда №319 2017г. | 200 | 0,85 | 0,09 | 40,2 | 166,0 | 0,02 | 0,73 | 0,00 | 0,0 | 32,5 | 23,4 | 17,5 | 0,70 | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной йодированный | 30 | 1,85 | 0,36 | 16,3 | 75,9 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,30 | 7,59 | 34,9 | 8,25 | 1,02 | | | | | | | | | | | | |
| Всего | 910 | 36,0 | 35,6 | 228,9 | 1006,5 | 0,53 | 27,9 | 23,2 | 3,20 | 136,9 | 271,6 | 78,2 | 9,72 | | | | | | | | | | | | |
| Итого | 1475 | 48,9 | 47,2 | 283,1 | 1419,5 | 0,66 | 43,2 | 92,1 | 6,02 | 453,7 | 494,2 | 123,8 | 13,8 | | | | | | | | | | | | |

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

**Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Курской области»**

Почтовая ул., д. 3, Курск, 305000

тел./факс: (4712) 70-01-09, e-mail: cge@kursktelecom.ru, <http://46cge.rospotrebnadzor.ru/>

ОКПО 74399360, ОГРН 1054639017344, ИНН/КПП 4632050564/463201001

Аттестат аккредитации
в качестве органа инспекции
№ RA.RU.710041 выдан 04 июня 2015 г.
Федеральной службой по аккредитации.

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель органа инспекции,
заместитель главного врача



И. Б. Агеева

М.п. « 25 » августа 2023 г.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № ОИ 10-03-02(02)/1144.

- 1. Наименование и/или вид оценки соответствия объекта инспекции:** санитарно-эпидемиологическая экспертиза примерного десятидневного меню для обучающихся общеобразовательных школ Железнодорожного района на осенне-зимний период, предназначенного для организации питания детей в возрасте 12 лет и старше.
- 2. На основании:** заявления Управления образования, по делам молодежи, по физической культуре и спорту Администрации Железнодорожного района Курской области вх регистрационный номер 46-20-24/695-2023 от 14.08.2023г и письма Филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Курской области в городе Железнодорожске» вх регистрационный номер 46-20/5299-2023 от 17.08.2023 г.
- 3. Заявитель (наименование юридического лица, ИП):** Управление образования, по делам молодежи, по физической культуре и спорту Администрации Железнодорожного района Курской области
ИНН 4633017591, ОГРН 1064633000046.
- 4. Адрес юридического лица:** 307170, Курская область, г. Железнодорожск, ул. 21 Партсъезда, д. 17
- 5. Сведения о специалисте ОИ, проводившего инспекцию:** Кузнецова Наталья Андреевна, врач по общей гигиене.
- 6. При проведении оценки соответствия примерного десятидневного меню для обучающихся общеобразовательных школ Железнодорожного района на осенне-зимний период, предназначенного для организации питания детей в возрасте 12 лет и старше требованиям п. 8.1.2, п.8.1.3, п. 8.1.4, п. 8.1.6, п.**

| | | |
|--|---|-----------------|
| ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Курской области» | Ф 01 ДП ОИ-02-03-07-2021 | Страница 2 из 5 |
| | Система менеджмента качества ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ РАБОТ ПО ИНСПЕКЦИИ органа инспекции | |

8.1.9. раздела VIII СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» установлено:

Общие сведения:

К рассмотрению представлено примерное десятидневного меню для обучающихся общеобразовательных школ Железногорского района на осенне-зимний период, предназначенного для организации питания детей в возрасте 12 лет и старше, утверждённое Начальником Управления образования, по делам молодежи, по физической культуре и спорту Администрации Железногорского района.

В общеобразовательных учреждениях детей в возрасте 12 лет и старше предусматривается посредством реализации основного (организованного) меню, включающего горячее питание и организован 2-х разовый режим питания (завтрак и обед) с учетом длительности пребывания детей согласно требованиям п. 8.1.2. Приложение N 12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Анализ представленной документации показал, что примерное 10-ти дневное меню, предназначенного для организации питания детей в возрасте 12 лет и старше содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности.

Вместе с тем не представлена информация о режиме пребывания обучающихся в общеобразовательных школах Железногорского района (пяти / шестидневная учебная неделя), что не позволяет оценить соответствие представленного 10-ти дневное меню рекомендуемой форме меню (на период не менее двух недель) согласно требованиям п. 8.1.4 и приложения № 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20

В представленном меню приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборниками рецептур (Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М. П. Могильного и В. А. Тутельяна – М. 2017).

Примерное меню учитывает требования, направленные на предотвращение возникновения и распространение инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений). В меню не используются продукты из перечня пищевой продукции, которая не допускается при организации питания детей, согласно п.8.1.9. приложения № 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В соответствии с п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение N 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

С учетом возраста обучающихся в примерном меню соблюдены требования по массе порций блюд в соответствии с таблицей 1 Приложения N 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

| Название блюд | Масса порций в граммах для детей 12-18 лет | |
|--|---|-----------|
| | Фактически | Норма |
| Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)* | 70*-260 | 200 - 250 |
| Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.) | 100 | 100 - 150 |
| Первое блюдо | 250 | 250 - 300 |
| Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) | 100 | 100 - 120 |
| Гарнир | 180 | 180 - 230 |
| Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, напиток из шиповника, сок) | 200 | 180 - 200 |
| Фрукты | 100 - 120 | 100 |

В нарушение требований п. 8.1.2. приложение № 9, таблицы № 1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в примерном меню завышены массы порций блюд:

- каша или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака) – 3 дня на завтрак,
- фрукты – 2, 8, 10 дни на завтрак.

В примерном меню суммарная масса блюд по приемам пищи соответствуют требованиям таблицы 3 Приложения N 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и составляет

Суммарные объемы блюд для детей 12 -18 лет по приемам пищи в среднем за 12 дней (в граммах - не менее)

| Показатели | Фактическое | Норма |
|------------|-------------|-------|
| Завтрак | 550 - 660 | 550 |
| Обед | 860 - 960 | 800 |

Согласно представленным данным за 10 дней примерное меню обеспечивает суточную потребность детей от 12 до 18 лет в пищевых веществах (белки / жиры / углеводы) и энергии на 55,8 – 57 % в соответствии с п. 8.1.2 приложения № 10 таблице № 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

| Показатели | Возраст 7 -11 лет | |
|------------------------------------|--------------------------------|-------|
| | Фактически/ % от сут. нормы | Норма |
| белки (г/сут) | 51,3 / 57 % | 90 |
| жиры (г/сут) | 51,7 / 56,2 % | 92 |
| углеводы (г/сут) | 213,7 / 55,8 % | 383 |
| энергетическая ценность (ккал/сут) | 1519,5 / 55,9 % | 2720 |

С учетом норм возрастной физиологической потребности в энергии детей возраста 12- 18 лет (2720 ккал) при процентном распределении рациона по отдельным приемам пищи представленное меню обеспечивает доли суточной потребности в пищевых веществах и энергии согласно требованиям п. 8.1.2 приложения № 10 таблице № 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

| Тип организации | Прием пищи | Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии | |
|---------------------------------|------------|---|-----------|
| | | Фактически ккал / % | Норма в % |
| Общеобразовательные организации | завтрак | 586,83 / 21,6 % | 20-25 % |
| | обед | 932,68 / 34, 3% | 30-35 % |

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами используется йодированные продукты: соль, хлеб молоко, обогащенное йодказеином согласно требованиям п.8.1.6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

К рассмотрению не представлена накопительная ведомость / ведомость контроля за рационом питания, что не позволяет оценить среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей и полноценность вложения пищевой продукции в утвержденное примерное меню в нарушение требований п. 8.1.2. приложение № 7 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

7. **Заключение:** примерное десятидневное меню для обучающихся общеобразовательных школ Железногорского района на осенне-зимний период, предназначенное для организации питания детей в возрасте 12 лет и старше **не соответствует** требованиям раздела VIII СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»:

- не представлена информация о режиме пребывания обучающихся в общеобразовательных школах Железногорского района (пяти / шестидневная учебная неделя), что не позволяет оценить соответствие представленного 10-ти дневное меню рекомендуемой форме меню (на период не менее двух недель) согласно требованиям п. 8.1.4 и приложения № 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20;

- не соблюдены требования по массе порций блюд в соответствии с таблицей 1 Приложения N 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20: завышены массы порций блюд каша или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака) – 3 дня на завтрак и фрукты – 2, 8, 10 дни на завтрак;

- не представлена накопительная ведомость / ведомость контроля за рационом питания, что не позволяет оценить среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей и полноценность вложения пищевой продукции в утвержденное примерное меню в нарушение требований п. 8.1.2. приложение № 7 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Врач по общей гигиене

Н. А. Кузнецова.

Заведующая отделом обеспечения
санитарного надзора и экспертиз,
врач по общей гигиене

Л. А. Завгородняя.

Утверждаю Начальник Управления
образования, по делам молодежи, по физической

культуре и спорту Железнодорожного района

/Л.В.Ольховская/

2023г



Примерное Десятидневное меню

Для обучающихся общеобразовательных школ

Железнодорожного района на осенне-зимний

период

(12 лет и старше)

2й день

| Наименование блюда | Выход гр | Пищевые вещества | | | Эн.ценно сть(ккал) | Витамины,мг | | | | | Минеральные вещества,мг | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------------|------------------|--------------|--------------|-----------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------------------|--------------|-------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный с манной крупы Рецептура блюда№121-2017г. | 200 | 6,97 | 7,57 | 6,15 | 147,9 | 0,04 | 0,66 | 26,4 | 2,02 | 127,6 | 90,9 | 14,1 | 0,12 | | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром и витамином С Рецептура блюда№376-2017г. | 200 | 0,53 | 0,00 | 15,0 | 71,3 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,1 | 2,80 | 1,40 | 0,28 | | | | | | | | | | | |
| Батон йодированный | 35 | 3,32 | 0,42 | 20,3 | 107,9 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 0,55 | 8,05 | 30,4 | 11,6 | 0,39 | | | | | | | | | | | |
| Сыр российский | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,7 | 0,01 | 0,11 | 39,0 | 0,08 | 132,0 | 75,0 | 5,25 | 0,15 | | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 110 | 0,67 | 0,67 | 14,7 | 86,0 | 0,28 | 10,2 | 0,00 | 0,20 | 21,2 | 11,3 | 9,26 | 2,26 | | | | | | | | | | | |
| Всего | 560 | 15,0 | 13,09 | 56,2 | 467,8 | 0,37 | 11,0 | 65,4 | 2,85 | 300,0 | 210,4 | 41,6 | 3,20 | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной Рецептура блюда№52-2017г. | 100 | 3,41 | 6,01 | 8,26 | 92,8 | 0,02 | 6,65 | 0,00 | 0,83 | 35,4 | 40,6 | 20,6 | 1,32 | | | | | | | | | | | |
| Борщ с капустой и картошкой Рецептура блюда№82-2017г. | 250 | 3,80 | 4,92 | 16,9 | 127,0 | 0,05 | 10,7 | 0,00 | 2,43 | 49,7 | 54,6 | 26,1 | 1,23 | | | | | | | | | | | |
| Плов из птицы Рецептура блюда№291-2017г. | 280 | 23,7 | 16,8 | 51,0 | 423,7 | 0,19 | 8,40 | 2,63 | 1,14 | 64,9 | 240,9 | 75,5 | 2,63 | | | | | | | | | | | |
| Компот из смеси сухофруктов Рецептура блюда№349-2017г. | 200 | 0,85 | 0,09 | 40,2 | 166,0 | 0,02 | 0,73 | 0,00 | 0,0 | 32,5 | 23,4 | 17,5 | 0,70 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной йодированный | 30 | 1,85 | 0,36 | 16,3 | 75,9 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,30 | 7,59 | 34,9 | 8,25 | 1,02 | | | | | | | | | | | |
| Всего | 860 | 33,6 | 28,2 | 137,7 | 885,4 | 0,31 | 26,5 | 2,63 | 4,70 | 140,1 | 344,4 | 148,0 | 6,90 | | | | | | | | | | | |
| Итого | 1420 | 48,6 | 41,3 | 188,9 | 1353,2 | 0,68 | 37,5 | 68,0 | 7,55 | 290,1 | 604,8 | 189,6 | 10,1 | | | | | | | | | | | |

Дй День

| Наименование блюда | Выход гр | Пищевые вещества | | | Эн.ценно сть(ккал) | Витамины,мг | | | | | | | Минеральные вещества,мг | | | | | | | | | | | |
|---|-------------|------------------|-------|-------|-----------------------|-------------|------|-------|------|-------|-------|-------|-------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Мг | Fe | | | | | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный с хлопьев «Геркулес» Рецептура блюда№121-2017г. | 230 | 4,16 | 5,00 | 8,61 | 129,7 | 0,05 | 0,92 | 37,0 | 2,61 | 178,6 | 127,3 | 19,8 | 0,17 | | | | | | | | | | | |
| Оладьи с творогом Рецептура блюда№404-2017г. | 75 | 8,88 | 14,45 | 29,1 | 232,3 | 0,10 | 0,25 | 35,5 | 6,98 | 69,5 | 100,1 | 22,3 | 0,89 | | | | | | | | | | | |
| Сыр российский | 20 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 71,6 | 0,00 | 0,14 | 52,0 | 0,10 | 176,0 | 100,0 | 7,00 | 0,20 | | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром и витамином С Рецептура блюда№376-2017г. | 200 | 0,53 | 0,00 | 15,0 | 71,3 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,1 | 2,80 | 1,40 | 0,28 | | | | | | | | | | | |
| Батон йодированный | 25 | 2,37 | 0,30 | 14,5 | 77,1 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,39 | 5,75 | 21,7 | 8,25 | 0,28 | | | | | | | | | | | |
| Всего | 550 | 20,6 | 25,7 | 67,2 | 582,0 | 0,18 | 1,34 | 124,5 | 10,1 | 440,9 | 351,9 | 58,8 | 1,82 | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты Рецептура блюда№45-2017г. | 100 | 3,32 | 5,27 | 11,50 | 70,40 | 0,02 | 17,0 | 0,00 | 0,83 | 24,9 | 29,0 | 0,06 | 0,47 | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с рисовой крупой Рецептура блюда№101-2017г. | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,1 | 135,8 | 0,09 | 8,25 | 0,00 | 0,37 | 76,7 | 56,0 | 22,8 | 0,88 | | | | | | | | | | | |
| Зрты рубленые с яйцом Рецептура блюда№274-2017г. | 100 | 16,6 | 17,1 | 8,48 | 256,9 | 0,19 | 3,76 | 10,2 | 0,21 | 26,1 | 80,7 | 15,9 | 5,89 | | | | | | | | | | | |
| Соус сметанный Рецептура блюда№330-2017г. | 40 | 0,70 | 2,49 | 2,93 | 37,1 | 0,01 | 0,02 | 16,9 | 0,15 | 13,7 | 11,4 | 2,64 | 0,10 | | | | | | | | | | | |
| Каша гречневая рассыпчатая Рецептура блюда№171-2017г. | 180 | 11,96 | 12,7 | 34,8 | 285,0 | 0,24 | 0,00 | 45,0 | 0,00 | 29,7 | 236,6 | 158,1 | 5,32 | | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром и витамином С Рецептура блюда№376-2017г. | 200 | 1,52 | 1,35 | 15,9 | 81,0 | 0,04 | 1,33 | 10,0 | 0,11 | 126,6 | 92,8 | 15,4 | 0,41 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной йодированный | 30 | 1,85 | 0,36 | 16,3 | 75,9 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,30 | 7,59 | 34,9 | 8,25 | 1,02 | | | | | | | | | | | |
| Всего | 900 | 37,9 | 42,0 | 102,0 | 942,1 | 0,62 | 30,4 | 82,1 | 1,97 | 255,3 | 541,4 | 223,2 | 14,1 | | | | | | | | | | | |
| Итого | 1450 | 58,5 | 67,7 | 169,2 | 1524,1 | 0,80 | 31,7 | 206,6 | 12,1 | 756,2 | 893,3 | 282,0 | 15,9 | | | | | | | | | | | |

6й день

| Наименование блюда | Выход гр | Пищевые вещества | | | Энергическая ценность (ккал) | Витамины, мг | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | | | | | | |
|---|-------------|------------------|-------------|--------------|------------------------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------------------|-------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | | | | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный с гречневой крупой Рецептура блюда №121-2017г. | 250 | 6,78 | 7,56 | 19,84 | 155,8 | 0,05 | 0,84 | 33,7 | 2,38 | 162,6 | 115,9 | 18,0 | 0,16 | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром и витамином С Рецептура блюда №376-2017г. | 200 | 0,53 | 0,00 | 15,0 | 71,30 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,1 | 2,80 | 1,40 | 0,28 | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 0,10 | 7,20 | 0,13 | 65,7 | 0,00 | 0,00 | 40,0 | 0,10 | 2,40 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | | | | | | | | | | |
| Батон йодированный | 50 | 4,74 | 0,60 | 29,0 | 154,3 | 0,06 | 0,00 | 0,00 | 0,78 | 11,5 | 43,4 | 16,5 | 0,56 | | | | | | | | | | |
| Печенье | 40 | 5,40 | 6,52 | 27,9 | 185,8 | 0,04 | 0,00 | 26,0 | 0,56 | 16,4 | 34,8 | 6,00 | 0,40 | | | | | | | | | | |
| Всего | 550 | 17,6 | 21,9 | 91,9 | 632,9 | 0,15 | 0,87 | 99,7 | 3,82 | 194,0 | 199,9 | 41,9 | 1,40 | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежесы отварной Рецептура блюда №52-2017г. | 100 | 3,41 | 6,01 | 8,26 | 92,8 | 0,02 | 6,65 | 0,00 | 0,83 | 35,4 | 40,6 | 20,6 | 1,32 | | | | | | | | | | |
| Суп крестьянский с крупой Рецептура блюда №98-2017г. | 250 | 2,48 | 4,92 | 12,09 | 116,3 | 0,04 | 9,88 | 0,00 | 0,37 | 35,9 | 33,6 | 14,2 | 0,58 | | | | | | | | | | |
| Запеканка картофельная с овощами Рецептура блюда №161-2017г. | 230 | 6,82 | 16,7 | 30,9 | 322,0 | 0,20 | 7,40 | 69,2 | 3,40 | 57,2 | 142,4 | 44,1 | 1,56 | | | | | | | | | | |
| Соч. сметанный Рецептура блюда №330-2017г. | 40 | 0,70 | 2,49 | 2,93 | 37,1 | 0,01 | 0,02 | 16,9 | 0,15 | 13,7 | 11,4 | 2,64 | 0,10 | | | | | | | | | | |
| Каша с молоком Рецептура блюда №382 | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,6 | 123,4 | 0,06 | 1,59 | 24,4 | 0,00 | 152,2 | 124,6 | 23,3 | 0,48 | | | | | | | | | | |
| Хлеб белый йодированный | 30 | 1,85 | 0,36 | 16,3 | 75,9 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,30 | 7,59 | 34,9 | 8,25 | 1,02 | | | | | | | | | | |
| Яблоко запеченное Рецептура блюда №372 | 110 | 0,87 | 0,87 | 21,5 | 114,6 | 0,05 | 18,0 | 0,00 | 0,38 | 27,8 | 19,8 | 16,2 | 3,98 | | | | | | | | | | |
| Всего | 960 | 20,2 | 34,9 | 109,6 | 882,1 | 0,41 | 43,5 | 110,5 | 5,43 | 329,8 | 407,3 | 87,3 | 9,04 | | | | | | | | | | |
| Итого | 1510 | 37,8 | 56,8 | 201,5 | 1515,0 | 0,56 | 44,4 | 210,2 | 9,25 | 523,8 | 607,2 | 129,2 | 10,4 | | | | | | | | | | |

8й день

| Наименование блюда | Выход гр | Пищевые вещества | | | Эн.ценно сб(ккал) | Витаминь,мг | | | | | | | Минеральные вещества,мг | | | | | | | | | | | |
|---|----------|------------------|------|-------|----------------------|-------------|------|------|------|-------|-------|-------|----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe | | | | | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный с пшеном Рецептура блюда№121-2017г | 200 | 5,36 | 6,06 | 6,97 | 103,7 | 0,05 | 0,74 | 29,9 | 1,97 | 144,6 | 103,0 | 16,0 | 0,14 | | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром и витамином С Рецептура блюда№376-2017г. | 200 | 0,53 | 0,00 | 15,0 | 71,30 | 0,00 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 11,1 | 2,80 | 1,40 | 0,28 | | | | | | | | | | | |
| Сыр российский | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 53,7 | 0,00 | 0,11 | 39,0 | 0,08 | 132,0 | 75,0 | 5,30 | 0,15 | | | | | | | | | | | |
| Батон йодированный | 30 | 2,84 | 0,36 | 17,4 | 92,6 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 0,47 | 6,90 | 26,0 | 9,90 | 0,34 | | | | | | | | | | | |
| Фрукт | 120 | 0,70 | 0,70 | 14,8 | 91,7 | 0,04 | 14,4 | 0,00 | 0,30 | 22,2 | 15,8 | 13,0 | 3,18 | | | | | | | | | | | |
| Всего 40-00 | 565 | 12,9 | 11,6 | 54,2 | 413,0 | 0,13 | 15,3 | 68,9 | 2,82 | 316,8 | 222,6 | 45,6 | 4,09 | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты Рецептура блюда№45-2017г. | 100 | 3,32 | 5,27 | 11,50 | 70,4 | 0,02 | 17,0 | 0,00 | 0,83 | 24,9 | 29,0 | 0,06 | 0,47 | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с рисовой крупой Рецептура блюда№101-2017г. | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,1 | 135,8 | 0,09 | 8,25 | 0,00 | 0,37 | 26,7 | 56,0 | 22,8 | 0,88 | | | | | | | | | | | |
| Телефеи мясные с соусом Рецептура блюда№279/3312017г. | 100/50 | 17,5 | 20,2 | 112,2 | 323,5 | 0,30 | 1,95 | 73,2 | 1,14 | 40,6 | 83,2 | 19,8 | 6,10 | | | | | | | | | | | |
| Макаронные изделия отварные Рецептура блюда№202/203 2017г. | 180 | 10,55 | 6,94 | 36,6 | 234,9 | 0,07 | 0,09 | 0,00 | 0,56 | 14,6 | 45,1 | 9,77 | 0,98 | | | | | | | | | | | |
| Колбас из смеси свиной/говяди Рецептура блюда№232 2017г. | 200 | 0,85 | 0,09 | 40,2 | 166,0 | 0,02 | 0,73 | 0,00 | 0,0 | 32,5 | 23,4 | 17,5 | 0,70 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной йодированный | 30 | 1,85 | 0,36 | 16,3 | 75,9 | 0,03 | 0,00 | 0,00 | 0,30 | 7,29 | 34,9 | 8,25 | 1,02 | | | | | | | | | | | |
| Всего | 910 | 36,0 | 35,6 | 226,9 | 1006,5 | 0,53 | 27,9 | 23,2 | 3,20 | 136,9 | 271,6 | 78,2 | 9,77 | | | | | | | | | | | |
| Итого | 1475 | 48,9 | 47,2 | 283,1 | 1419,5 | 0,66 | 43,2 | 92,1 | 6,02 | 453,7 | 494,2 | 123,8 | 13,6 | | | | | | | | | | | |

9й день

| Наименование блюда | Выход гр | Пищевые вещества | | | Эн.ценно сть(ккал) | Витамины,мг | | | | | Минеральные вещества,мг | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|-------------|------------------|------|-------|-----------------------|-------------|------|-------|------|-------|----------------------------|-------|------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Мg | Fe | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями Рецептура блюда№120-2017г. | 250 | 12,47 | 8,75 | 18,0 | 165,0 | 0,09 | 0,83 | 33,0 | 1,99 | 163,0 | 136,9 | 26,7 | 0,65 | | | | | | | | | | | | | |
| Омлет натуральный Рецептура блюда№210-2017г. | 70 | 6,51 | 11,6 | 4,23 | 135,2 | 0,05 | 0,12 | 151,5 | 3,01 | 48,1 | 105,4 | 48,1 | 1,23 | | | | | | | | | | | | | |
| Компот из смеси сухофруктов Рецептура блюда№349-2017г. | 200 | 0,85 | 0,09 | 40,2 | 166,0 | 0,02 | 0,73 | 0,00 | 0,00 | 32,5 | 23,4 | 17,5 | 0,70 | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной гидроованный | 40 | 2,47 | 0,48 | 21,7 | 101,2 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | 0,40 | 10,1 | 46,5 | 11,0 | 1,36 | | | | | | | | | | | | | |
| Всего | 560 | 22,3 | 20,9 | 81,1 | 567,4 | 0,20 | 1,68 | 184,5 | 5,40 | 253,7 | 312,2 | 103,3 | 3,94 | | | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Икра стекольная Рецептура блюда№75-2017г. | 100 | 5,38 | 4,10 | 22,8 | 185,3 | 0,03 | 5,68 | 0,00 | 0,90 | 59,3 | 60,9 | 30,1 | 1,69 | | | | | | | | | | | | | |
| Суп из овощей Рецептура блюда№99-2017г. | 250 | 1,59 | 4,99 | 9,15 | 135,3 | 0,07 | 10,4 | 0,00 | 0,37 | 34,9 | 49,3 | 20,8 | 0,78 | | | | | | | | | | | | | |
| Голубцы с мясом и соусом Рецептура блюда№287/321-2017г. | 100/40 | 19,0 | 15,2 | 21,9 | 339,1 | 0,06 | 13,6 | 22,7 | 2,42 | 52,4 | 124,3 | 31,9 | 1,12 | | | | | | | | | | | | | |
| Пюре картофельное Рецептура блюда№312-2017г. | 180 | 4,68 | 5,26 | 24,5 | 174,7 | 0,17 | 21,8 | 0,00 | 0,18 | 44,4 | 103,4 | 33,3 | 1,21 | | | | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром и ванилином Рецептура блюда№376-2017г. | 200 | 0,12 | 0,00 | 19,0 | 14,3 | 0,00 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 11,1 | 2,00 | 1,40 | 0,20 | | | | | | | | | | | | | |
| Чай фруктовый гидроованный Всего | 50 | 1,08 | 0,60 | 27,2 | 126,5 | 0,05 | 0,09 | 0,40 | 0,50 | 12,7 | 58,2 | 13,8 | 1,20 | | | | | | | | | | | | | |
| Итого | 920 | 29,3 | 30,7 | 120,6 | 1032,2 | 0,38 | 51,5 | 27,7 | 4,37 | 234,8 | 399,4 | 131,3 | 6,28 | | | | | | | | | | | | | |
| | 1800 | 51,0 | 51,6 | 201,4 | 2599,6 | 0,58 | 53,2 | 23,2 | 9,77 | 488,5 | 711,6 | 266,6 | 10,3 | | | | | | | | | | | | | |

