Начальник территориального отдела Управления Федеральной службы по надзору в сфере запиты прав потребителей и благополучия человека по Орловской области в п.Кромы

Э.Л. Иванова

2020 1

Утверждаю

Начальник управления образования администрации Глазуновского района Орловской области

_{По} Е.А. Денисова

2020 r.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области

(7 - 11 лет)

Составлено на основе:

1. Сборника рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Москва "Хлебпродинформ", 2004 г.

2. Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко, М.И.

Пересичный. – К.:А.С.К., 2005 г.

3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений. /Под ред. М.П. Могильного и · В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015 г.

4. Методических рекомендаций MP 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций» (утв. Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 18 мая 2020 г.)

День: первый

День: <u>первый</u>
Неделя: <u>первая</u>
Сезон: <u>осенне-зимний</u>
Возрастная категория: <u>7-11 лет</u>

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищен	вые веп	цества	Энергетическая ценность		Colora Inna Sala	мины		Мин	еральн	ые веп мг)	цества
020	A STATE OF THE STA	78 70	Б	Ж	У	(ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	завтрак													
168	Каша гречневая молочная	150	3,09	0,9	6,63	38,91	0	0	0	0	2,76	1,6	1,2	0,2
959	Какао с молоком	200	6,36	4,2	19,94	140,8	0,21	4,5	0,01	0,10	170,2	90,00	14,00	0,17
153	Бутерброд с маслом и сыром	30/5	2,40	4,80	10,80	118,30	0,00	0,00	0,00	0,78	0,00	0,38	0,73	1,47
847	Фрукты	100	4,37	7,07	12,3	112,20	0,08	0,00	0,04	0,72	12,21	44,56	7,35	0,61
	ВСЕГО:		16,22	16,07	49,67	410,21	0,29	4,5	0,05	1,6	185,17	136,54	8,55	14,73
	обед													
33	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,30	3,40	6,00	85,00	0,01	0,74	0,00	3,76	30,49	32,11	16,21	1,04
206	Суп картофельный с бобовыми	200	3,36	2,36	15,6	103,2	0,19	5,68	14,16	0,24	25,13	81,4	30,48	1,52
688	Макароны отварные	150/5	2,2	2,42	18,92	117,25	0,052	0,84	29,49	1,02	58,26	165,99	45,94	1,31
268	Котлета мясная	80	14,20	16,0	8,80	317,00	0,24	0,75	64,92	1,10	26,56	187,43	28,34	2,38
480	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	10,08	80,2	0,12	0,00	0,00	0,78	34,50	49,50	13,05	3,00
481	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	8,50	40,6	0,027	0,00	0,00	0,73	7,00	28,70	6,30	0,66
943	Чай с сахаром и витамином С	200	0,60	0,00	14,40	76,00	0,08	4,6	0,01	0,02	16,00	14,00	10,00	0,24
	ВСЕГО:		22,76	25,38	82,3	819,25	0,719	12,61	108,58	7,65	197,94	559,13	150,32	10,15

День: <u>второй</u>
Неделя: <u>первая</u>
Сезон: <u>осенне-зимний</u>
Возрастная категория: <u>7-11 лет</u>

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищен	вые веп	цества	Энергетическая ценность			мины		Мин	еральн (м	ые веп г)	цества
			Б	Ж	У	(ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	завтрак													
93	Суп молочный с вермишелью	150	10,6	9,16	13,07	101,16	0,07	0,72	24,48	0	129,29	110,38	19,31	0,40
951	Кофейный напиток	200	0,60	0,00	12,40	76,00	0,08	1,80	0,01	0,02	16,00	14,00	10,00	0,24
153	Бутерброд с маслом	30/5	2,40	4,80	10,80	98,30	0,00	0,00	0,00	0,78	0,00	0,38	0,73	1,47
847	Фрукты	100	0,28	0,28	27,15	112,20	0,03	4,60	0,00	0,24	14,84	11,09	8,66	1,86
	ВСЕГО:		13,88	14,24	63,42	387,66	0,18	7,12	24,49	1,04	160,13	135,85	38,7	3,97
	обед													
71	Салат из моркови с растительным маслом	60	1,60	0,64	2,68	33,60	0,02	8,00	0,00	1,39	18,40	29,80	11,20	0,48
170	Борщ с капустой и картофелем	200/10	1,52	3,4	7,6	84,00	0,03	6,36	21,36	0,20	29,63	38,48	16,77	0,77
679	Каша рассыпчатая гречневая	150/5	3,15	4,7	25,42	184,00	0,14	0,84	29,49	0,65	55,72	146,05	69,24	1,86
244	Рыба, припущенная с овощами	80/30	14,80	13,30	3,80	246,00	0,14	0,28	17,04	0,00	17,51	168,85	20,68	0,58
480	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	10,08	80,2	0,12	0,00	0,00	0,78	34,50	49,50	13,05	3,00
481	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	8,50	40,60	0,027	0,00	0,00	0,73	7,00	28,70	6,30	0,66
859	Компот из свежих плодов	200	0,40	0,10	31,40	141,00	0,04	0,80	0,00	2,75	70,93	63,51	45,68	1,44
	ВСЕГО:		25,27	23,34	89,48	809,4	0,517	16,28	67,89	6,5	233,69	524,89	182,92	8,79

День: **третий**

Неделя: **первая**Сезон: **осенне-зимний**Возрастная категория: **7-11 лет**

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищев	вые веп (г)	цества	Энергетическая ценность			мины 1Г)		Мин		ые веш п)	цества
		100	Б	Ж	У	(ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	завтрак													
424	Яйцо отварное	40	3,08	2,60	0,28	52,80	0,5	0,00	3,2	0,2	2,45	11,9	1,4	1,1
358	Сырники из творога	100	12,80	15,3	21,20	223,00	0,05	0,09	72,80	0,03	188,64	248,34	28,95	0,78
943	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	13,70	53,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,04
847	Фрукты	100	0,28	0,28	17,15	102,24	0,03	4,60	0,00	0,24	14,84	11,09	8,66	1,86
	ВСЕГО:		16,36	16,18	52,33	431,04	0,58	4,69	76	0,47	206,33	271,33	39,01	3,78
	обед			No.										
43	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	60	1,90	3,50	9,20	74,00	0,02	9,34	0,00	2,41	50,94	28,86	15,25	0,61
204	Суп картофельный с пшеном	200	1,68	2,24	11,52	84,4	0,064	5,28	1,18	1,03	10,23	40,96	16,02	0,62
353	Каша рисовая рассыпчатая	150/5	3,45	3,43	32,03	164,5	0,05	0,85	29,49	0,69	46,35	100,48	51,52	1,02
637	Куры отварные	80	13,71	15,00	0,43	245,71	0,06	0,91	50,56	0,73	19,59	168,64	19,97	1,87
480	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	10,08	80,2	0,12	0,00	0,00	0,78	34,50	49,50	13,05	3,00
481	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	8,50	40,60	0,027	0,00	0,00	0,73	7,00	28,70	6,30	0,66
291	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с витамином С	200	0,00	0,00	10,00	119,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03
	ВСЕГО:		24,54	25,37	81,76	808,41	0,321	7,04	81,23	3,96	117,87	388,28	106,86	-7,2

День: <u>четвертый</u>
Неделя: <u>первая</u>
Сезон: <u>осенне-зимний</u>
Возрастная категория: <u>7-11 лет</u>

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищев	вые веп	цества	Энергетическая ценность			мины		Мине	еральн (м	ые веш г)	ества
			Б	Ж	У	(ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	завтрак													
93	Каша овсяная молочная с маслом	150	4,9	5,5	15,17	155,3	0,12	1,29	0,00	0,00	129,5	0,00	0,00	0,77
439	Ряженка	150	5,80	5,00	8,40	98,00	0,00	0,60	44,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20
480	Хлеб пшеничный	20	2,06	0,9	10,9	70,3	0,06	0,00	0,00	0,00	14,80	87,20	26,05	1,1
42	Сыр	10	2,32	3,32	0,00	33,1	0,02	0,00	0,00	0,12	3,90	27,80	4,45	0,55
847	Фрукты	100	0,28	0,28	27,15	112,24	0,03	4,60	0,00	0,24	14,84	11,09	8,66	1,86
	ВСЕГО:		15,36	15,0	61,62	468,94	0,23	6,49	44,00	0,36	411,04	310,09	67,16	4,48
	обед													
101	Консервы овощные закусочные	60	1,00	5,00	10,50	102,00	0,02	7,00	0,00	0,00	41,00	37,00	15,00	0,70
197	Рассольник петербургский	200/10	1,92	2,56	18,56	95,8	0,06	5,36	21,36	0,23	18,51	54,70	18,55	0,69
304	Плов из курицы	200	14,48	14,9	29,25	452,23	0,08	0,75	44,44	0	27,87	258,91	50,59	2,37
480	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	10,08	80,2	0,12	0,00	0,00	0,78	34,50	49,50	13,05	3,00
481	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	8,50	40,60	0,027	0,00	0,00	0,73	7,00	28,70	6,30	0,66
407	Сок	200	1,0	0,20	21,80	36,0	0,02	4,0	0	0,20	14,0	14,0	8,0	2,8
	ВСЕГО:		22,2	23,86	98,69	806,83	0,327	17,11	65,8	1,94	142,88	442,81	111,49	10,22

День: <u>пятый</u>

Неделя: <u>первая</u>
Сезон: <u>осенне-зимний</u>
Возрастная категория: <u>7-11 лет</u>

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищев	ые веп (г)	ества	Энергетическая ценность		Витан (м	мины		Мин	еральн (м	ые веп г)	цества
			Б	Ж	У	(ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	завтрак													
355	Вареники ленивые отварные	100	12,1	12,5	17,4	225,5	0,05	0,09	72,8	0,03	188,64	248,34	28,95	0,78
943	Чай с сахаром с витамином С	200	0,20	0,00	13,70	53,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,04
847	Фрукты	100	0,28	0,28	17,15	112,24	0,03	4,60	0,00	0,24	14,84	11,09	8,66	1,86
424	Яйцо отварное	40	3,08	2,60	0,28	52,80								
	ВСЕГО:		15,66	15,38	48,53	443,54	0,08	4,69	72,8	0,27	203,88	259,43	37,61	2,68
	обед													
61	Салат из белокочанной капусты	60	1,90	2,50	6,20	74,00	0,02	9,34	0,00	2,41	50,94	28,86	15,25	0,61
204	Суп картофельный с крупой	200	1,16	2,08	10,44	80,40	0,07	5,6	8,49	0,22	12,64	63,04	19,20	0,73
679	Каша рассыпчатая гречневая	150/5	1,15	2,70	23,42	204,00	0,14	0,84	29,49	0,65	55,72	146,05	69,24	1,86
244	Рыба, припущенная с овощами	80/30	17,80	15,30	2,80	266,00	0,14	0,28	17,04	0,00	17,51	168,85	20,68	0,58
480	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	10,08	80,20	0,12	0,00	0,00	0,78	34,50	49,50	13,05	3,00
481	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	8,50	40,60	0,027	0,00	0,00	0,73	7,00	28,70	6,30	0,66
859	Компот из свежих плодов	200	0,20	0,10	25,4	109,00	0,01	1,60	0,00	0,08	6,27	3,83	3,13	0,83
	ВСЕГО:		26,01	24,88	86,84	854,2	0,527	17,66	55,02	4,87	184,58	488,83	146,85	8,27

День: **шестой** Неделя: вторая

Сезон: <u>осенне-зимний</u> Возрастная категория: <u>7-11 лет</u>

<i>№</i> рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пище	зые веп	цества	Энергетическая ценность			мины иг)	80	Мин		ые веп п)	цества
			Б	Ж	У	(ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	завтрак													
168	Каша рисовая молочная	150	3,84	5,96	14,45	127,59	0,05	1,04	0,03	0,12	98,88	107,79	22,77	0,33
959	Какао с молоком	200	9,36	5,2	19,94	140,8	0,21	4,5	0,01	0,10	170,2	90,00	14,00	0,17
153	Бутерброд с маслом	30/5	2,40	4,80	10,80	98,30	0,00	0,00	0,00	0,78	0,00	0,38	0,73	1,47
847	Фрукты	100	0,28	0,28	17,15	92,24	0,03	4,60	0,00	0,24	14,84	11,09	8,66	1,86
	ВСЕГО:		15,88	16,24	61,62	458,93	0,29	4,5	0,05	1,6	_	136,54		14,73
	обед													
23	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	60	1,98	3,19	6,00	83,60	0,09	0,11	98,5	0,68	21,45	59,95	20,80	0,68
206	Суп картофельный с бобовыми	200	3,36	1,36	15,6	103,20	0,19	5,68	14,16	0,24	25,13	81,4	30,48	1,52
759	Пюре картофельное	150/5	2,92	5,12	15,80	125,87	0,09	1,27	19,23	0,19	13,30	75,72	29,81	1,17
536	Сосиска отварная	80	10,64	11,80	8,56	312,00	0,04	0,50	6,28	0,00	32,66	127,96	26,03	1,12
480	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	10,08	80,20	0,12	0,00	0,00	0,78	34,50	49,50	13,05	3,00
481	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	8,50	40,60	0,027	0,00	0,00	0,73	7,00	28,70	6,30	0,66
705	Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,3	20,0	122,9	0,01	0,26	9,00	0,05	53,33	39,15	6,09	0,10
	ВСЕГО:		23,4	22,97	84,54	868,37	0,567	7,82	147,17	2,67			132,56	8,25

День: <u>седьмой</u>
Неделя: <u>вторая</u>
Сезон: <u>осенне-зимний</u>
Возрастная категория: <u>7-11 лет</u>

<i>№</i> рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищен	вые веп	цества	Энергетическая ценность			мины 1Г)	±1	Мин		ые веп іг)	дества
			Б	Ж	У	(ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	завтрак													
424	Яйцо отварное	40	3,08	2,60	0,28	52,80	0,5	0,00	3,2	0,2	2,45	11,9	1,4	1,1
358	Сырники из творога	100	12,80	14,3	21,20	223,00	0,05	0,09	72,80	0,03	188,64	248,34	28,95	0,78
943	Чай с сахаром и витамином С	200	0,60	0,00	13,70	53,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,04
847	Фрукты	100	0,28	0,28	17,15	112,24	0,03	4,60	0,00	0,24	14,84	11,09	8,66	1,86
	ВСЕГО:		16,76	17,18	52,33	441,04	0,58	4,69	76	0,47		271,33	39,01	3,78
	обед													
	Салат из свеклы с растительным										1			
33	маслом	60	0,30	1,40	6,00	75,00	0,01	0,74	0,00	3,76	30,49	32,11	16,21	1,04
187	Щи из свежей капусты	200	1,45	3,89	7,49	74,75								
688	Макароны отварные	150/5	1,2	1,42	17,92	107,25	0,052	0,84	29,49	1,02	58,26	165,99	45,94	1,31
268	Котлета мясная	80	15,25	15,0	8,80	327,00	0,24	0,75	64,92	1,10	26,56	187,43	28,34	2,38
480	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	10,08	80,2	0,12	0,00	0,00	0,78	34,50	49,50	13,05	3,00
481	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	8,50	40,60	0,027	0,00	0,00	0,73	7,00	28,70	6,30	0,66
959	Какао с молоком	200	7,36	3,2	37,94	150,8	0,21	4,5	0,01	0,10	170,2	90,00	14,00	0,17
	ВСЕГО:		26,86	26,11	96,73	855,6	0,699	20,45	115,78	5,32	344,55	589,9	135,6	8,77

День: восьмой Неделя: вторая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищев	вые веп	цества	Энергетическая ценность			мины		Мин	еральн (м	U1040	дества
			Б	Ж	У	(ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	завтрак													
168	Каша гречневая молочная	150	8,09	3,2	6,63	78,91	0	0	0	0	2,76	1,6	1,2	0,2
951	Кофейный напиток	200	0,60	0,00	12,40	76,00	0,08	1,80	0,01	0,02	16,00	14,00	10,00	0,24
153	Бутерброд с маслом	30/5	2,40	4,80	10,80	98,30	0,00	0,00	0,00	0,78	0,00	0,38	0,73	1,47
	Кондитерские изделия	60	4,37	7,07	36,80	178,20	0,08	0,00	0,04	0,72	12,21	44,56	7,35	0,61
	ВСЕГО:		15,46	15,07	66,63	431,41	0,29	4,5	0,05	1,6	185,17	136,54	23,28	2,45
	обед								an.		415			
33	Салат витаминный	60	0,7	3,3	6,1	60	0,3	14,9	0,1	0,0	15,8	52,5	13,1	0,4
206	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	3,36	3,36	15,6	142,2	0,19	5,68	14,16	0,24	25,13	81,4	30,48	1,52
160	Картофель отварной с маслом	150/5	2,92	3,12	20,80	135,87	0,09	1,27	19,23	0,19	13,30	75,72	29,81	1,17
244	Рыба, припущенная с овощами	80/30	14,80	13,30	3,80	256,00	0,14	0,28	17,04	0,00	17,51	168,85	20,68	0,58
480	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	10,08	80,20	0,12	0,00	0,00	0,78	34,50	49,50	13,05	3,00
481	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	8,50	40,60	0,027	0,00	0,00	0,73	7,00	28,70	6,30	0,66
407	Сок	200	0,60	0,00	35,40	106,00	0,08	1,80	0,01	0,02	16,00	14,00	10,00	0,24
	ВСЕГО:		26,18	24,28	100,28	820,87	0,947	23,93	50,54	1,96	129,24	470,67	123,42	7,57

День: <u>девятый</u>

Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пище	вые веп	цества	Энергетическая ценность			мины 1Г)	80	Мин	еральн (м	ые веп п)	цества
		287	Б	Ж	У	(ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	завтрак													
168	Каша манная молочная с маслом	150	4,52	4,07	25,46	167	0,04	0,0	20	0,0	10,7	38,6	7,9	0,47
439	Ряженка	150	5,80	5,00	5,40	98,00	0,00	0,60	44,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20
480	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,9	10,8	80,2	0,06	0,00	0,00	0,00	14,80	87,20	26,05	1,1
42	Сыр	10	2,32	5,32	0,00	33,1	0,02	0,00	0,00	0,12	3,90	27,80	4,45	0,55
847	Фрукты	100	0,28	0,28	16,15	95,24	0,03	4,60	0,00	0,24	14,84	11,09	8,66	1,86
	ВСЕГО:		15,32	15,57	57,81	473,54	0,15	5,2	64	0,36		348,69	75,06	4,18
	обед													
45	Винегрет овощной	60	1,40	2,30	7,70	67,00	0,05	12,69	0,00	0,14	25,78	40,43	18,20	0,76
208	Суп картофельный с	200	2,16	2,08	25,12	98,8	0,06	5,28	8,49	0,25	10,95	44,59	16,73	0,68
	макаронными изделиями													
336	Капуста тушёная	150	3,22	4,87	14,10	128,25	0,12	10,44	22,63	0,20	35,67	83,58	28,55	1,04
637	Куры отварные	80	13,71	15,00	0,43	255,71	0,06	0,91	50,56	0,73	19,59	168,64	19,97	1,87
480	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	10,08	80,20	0,12	0,00	0,00	0,78	34,50	49,50	13,05	3,00
481	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	8,50	40,60	0,027	0,00	0,00	0,73	7,00	28,70	6,30	0,66
291	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с витамином С	200	0,00	0,00	30,00	139,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	0,03
	ВСЕГО:		24,29	25,46	95,93	809,56	0,43	29,32	81,68	2,83	133,69	415,44	102,8	8,04

День: десятый Неделя: вторая Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищев	вые веп	цества	Энергетическая ценность			мины	(A)	Мин	еральн (м	ые веп п)	ества
			Б	Ж	У	(ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	завтрак													
168	Каша рисовая молочная	150	8,84	6,96	14,45	127,59	0,05	1,04	0,03	0,12	98,88	107,79	22,77	0,33
943	Чай с сахаром и витамином С	200	0,20	0,00	12,70	53,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,04
153	Бутерброд с маслом	30/5	5,40	7,80	14,80	108,30	0,00	0,00	0,00	0,78	0,00	0,38	0,73	1,47
847	Фрукты	100	0,28	0,28	22,15	112,24	0,03	4,60	0,00	0,24	14,84	11,09	8,66	1,86
	ВСЕГО:		14,72	15,04	64,1	401,13	0,08	5,64	0,03	1,14	114,12	119,26	32,16	3,7
	обед													
101	Консервы овощные закусочные	60	1,00	5,00	8,50	102,00	0,02	7,00	0,00	0,00	41,00	37,00	15,00	0,70
187	Щи из свежей капусты	200	3,75	4,89	8,49	84,75	0,05	14,77	0,00	0,00	43,33	47,63	22,25	0,8
304	Плов из курицы	200	14,48	14,9	29,25	452,23	0,08	0,75	44,44	0	27,87	258,91	50,59	2,37
480	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	10,08	80,2	0,12	0,00	0,00	0,78	34,50	49,50	13,05	3,00
481	Хлеб ржаной	20	1,40	0,30	8,50	40,60	0,027	0,00	0,00	0,73	7,00	28,70	6,30	0,66
705	Напиток из сухофруктов	200	0,7	0,3	20,0	122,9	0,01	0,26	9,00	0,05	53,33	39,15	6,09	0,10
	ВСЕГО:		23,73	26,29	84,82	882,68	0,307	22,78	53,44	1,56	207,07	460,89	113,28	7,63

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ «ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ»

ул. Карачевская, 56-а г. Орел, 302001 тел./факс (4862) 77 07 27, e-mail:gigiena@orel.ru ОКПО 75663847 ОГРН 1055752020610 ИНН/КПП 5752036348/ 575201001 Аккредитованный орган инспекции

Запись в реестре аккредитованных лиц №RA.RU.710023 выдан 23 апреля 2015г. Юридический адрес: г. Орел, ул. Карачевская, 56-а, тел/факс (4862) 77-07-27

«Утверждаю»

Главный врач филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Орловской области в п. Кромы»

В.В.Борисова

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ №86-168-ГЗ-К-162-10.09/2020 от 15.09.2020

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы меню

- 1. Наименование документации: перспективное 10-дневное меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет).
- 2. Заявитель: территориальный отдел управления Роспотребнадзора по Орловской области в п. Кромы; юридический адрес заявителя: г. Орел, Наугорское шоссе, 2а; фактический адрес заявителя: Орловская область, п. Кромы, ул. 30 лет Победы, д. 38.
- 3. Представленные документы: перспективное 10-дневное меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет).
- 4. Документация разработана: отделом образования администрации Сосковского района Орловской области. Юридический и фактический адрес организации разработчика: Орловская область, пгт. Глазуновка, ул. Ленина, д. 120.
- 5. Основание: поручение №145 от 09.09.2020 г. территориального отдела управления Роспотребнадзора по Орловской области в п. Кромы (идентификационный код №168-ГЗ-К-162-10.09.2020.
- 6. При проведении экспертизы установлено: для обеспечения здоровым питанием учащихся 7-11 лет Муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области представленное перспективное 10-дневное меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет), составлено юридическим лицом – отделом образования администрации Глазуновского района Орловской области, дифференцировано для возрастной группы обучающихся 7-11 лет, что соответствует требованиям приложения 2 к п.2.5. МР 2.4.0179-20, утвержденных Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А. Ю. Поповой «18» мая 2020 г. и п. 6.6 СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (далее по тексту - СанПиН 2.4.5.2409-08). Перспективное 10-дневное меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет) разработано с Экспертное заключение № 86-168-ГЗ-К-162-10.09.2020 от 15.09.2020 1 стр. из 3

учетом сезонности (осенне-зимний сезон), что соответствует требованиям п. 6.6. СанПиН 2.4.5.2409 -08. Форма перспективного 10-дневного меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет) соответствует рекомендуемой форме и требованиям приложения 2 СанПиН 2.4.5.2409 -08. В представленном перспективном 10-дневном меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет) имеются ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 6.10. СанПиН 2.4.5.2409 -08, указан сборник рецептур используемых блюд и кулинарных изделий.

В представленном перспективном 10-дневном меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет) соблюдены требования приложения 3 к п.6.9 СанПиН 2.4.5.2409-08 и приложения 1 МР 2.4.0179-20 по массе порций блюд для обучающихся 7-11 лет.

В представленном перспективном 10-дневном меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет) отсутствуют повторения одного и того же блюда в 1-й и последующий 2-й день, что соответствует требованиям п.6.13. СанПиН 2.4.5.2409-08 и п.2.5. МР 2.4.0179-20.

В представленном перспективном 10-дневном меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет) в среднем в день энергетическая ценность завтрака составляет: для детей с 7до 11 лет - 434,74 ккал (при норме 400-550 ккал); энергетическая ценность обеда составляет-833,51ккал (при норме 600-750 ккал), что соответствует требованиям п.2.6.1. МР 2.4.0179-20.

В представленном перспективном 10-дневном меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет) выдерживаются нормативы по включению в меню яйца, творога, кисломолочных продуктов (рекомендуется включать 1 раз в 2 - 3 дня).

В соответствии с требованиями пункта 6.18. СанПиН 2.4.5.2409-08 и п. 2.3. МР 2.4.0179-20, утвержденных Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А. Ю. Поповой «18» мая 2020 г. в представленном перспективном 10-дневном меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет), в представленном меню завтраки состоят из горячего блюда, напитка и фрукта.

В соответствии с требованиями пункта 6.19. СанПиН 2.4.5.2409-08 и п. 2.4. МР 2.4.0179-20, утвержденными Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А. Ю. Поповой «18» мая 2020 г., в обеды включены салаты с добавлением растительного масла (салат или свежие овощи), винегрет, 1 блюдо,2 блюдо и напиток. В соответствии с требованиями п.6.17. СанПиН 2.4.5.2409-08 в рационы питания обучающихся включается хлеб (ржаной и пшеничный) с каждым приемом пищи.

В соответствии с требованиями п. 9.2. СанПиН 2.4.5.2409- 08 и п.2.5. МР 2.4.0179-20, для обеспечения физиологической потребности в витаминах проводится дополнительно обогащение рационов питания обучающихся микронутриентами, включающие в себя витамины и другие микронутриенты.

В представленном перспективном 10-дневном меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет) отсутствуют пищевые продукты и блюда, указанные в приложении 7 СанПиН 2.4.5.2409-08, что соответствует требованиям приложения 7 к п.6.25. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Вывод:

перспективное 10-дневное меню для питания обучающихся общеобразовательных учреждений Глазуновского района Орловской области (7-11лет) (юридический адрес: Орловская область, пгт. Глазуновка, ул. Ленина, д. 120) соответствует требованиям СанПиН 2.4.5.2409 -08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» и MP 2.4.0179-20, утвержденных Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А. Ю. Поповой «18» мая 2020 г.

(Результаты экспертизы относятся исключительно к указанным в экспертном заключении образцам)

Врач-эксперт

Л.П.Котова

Экспертное заключение № 86-168-ГЗ-К-162-10.09.2020 от 15.09.2020

3 стр. из 3