

## Гигиеническая оценка меню:

| № | Перечень детализируемой информации                                                                                          | Детализация информации                                                                                                                                                                                                       |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Название меню                                                                                                               | Меню для детей в возрасте 7--11 лет(67216)                                                                                                                                                                                   |
| 2 | Информация о возрастной группе детей                                                                                        | от 7 до 11 лет                                                                                                                                                                                                               |
| 3 | Информация о характеристике питающихся                                                                                      | Без особенностей                                                                                                                                                                                                             |
| 4 | Тип организации, для которого разработано меню                                                                              | Уровень 1 - Общеобразовательная организация                                                                                                                                                                                  |
| 5 | Режим питания                                                                                                               | Завтрак, обед                                                                                                                                                                                                                |
| 6 | Технологические карты на заявленные в меню блюда с указанием сборника рецептов предназначенных для питания детей            | Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г.», |
| 7 | Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах                                                                     | Использование полуфабрикатов в меню не планируется                                                                                                                                                                           |
| 8 | Информация о наличии в организации детей с сахарным диабетом, целиакией, пищевой аллергией, фенилкетонурией, муковисцидозом | Детей с ОВЗ в организации - 2. Детей с Без особенностей в организации - 46.                                                                                                                                                  |

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

#### Меню Завтрак

| Показатели               | Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак) | Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак) | Удельный вес от рекомендуемой величины на |             |
|--------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------|
|                          |                                                     |                                                       | Завтрак (в %)                             | сутки (в %) |
| Масса(г)                 | 595                                                 | 500                                                   | 119%                                      | 25 %        |
| Калорийность, ккал.      | 527.7                                               | 470-675.6                                             | 104%                                      | 21%         |
| Количество белков (г)    | 20.27                                               | 15.4                                                  | 132%                                      | 26%         |
| Количество жиров (г)     | 14.39                                               | 15.8                                                  | 91%                                       | 18%         |
| Количество углеводов (г) | 79.27                                               | 67                                                    | 118%                                      | 24%         |
| Витамин С, мг            | 24.85                                               | 12                                                    | 207%                                      | 41%         |
| Витамин В1, мг           | 0.27                                                | 0.24                                                  | 113%                                      | 23%         |
| Витамин В2, мг           | 0.39                                                | 0.28                                                  | 139%                                      | 28%         |
| Витамин А, мкг рэ        | 102.8                                               | 140                                                   | 73%                                       | 15%         |
| Кальций, мг              | 334.4                                               | 220                                                   | 152%                                      | 30%         |
| Магний, мг               | 89.08                                               | 50                                                    | 178%                                      | 36%         |
| Железо, мг               | 5.71                                                | 2.4                                                   | 238%                                      | 48%         |
| Калий, мг                | 716.74                                              | 220                                                   | 326%                                      | 65%         |
| Йод, мкг                 | 51.32                                               | 20                                                    | 257%                                      | 51%         |
| Селен, мкг               | 34.37                                               | 6                                                     | 573%                                      | 115%        |

#### Меню Обед

| Показатели               | Фактические значения по меню в среднем за (Обед) | Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед) | Удельный вес от рекомендуемой величины на |             |
|--------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------|
|                          |                                                  |                                                    | Обед (в %)                                | сутки (в %) |
| Масса(г)                 | 804.2                                            | 700                                                | 115%                                      | 34 %        |
| Калорийность, ккал.      | 779.5                                            | 705-1036.4                                         | 103%                                      | 31%         |
| Количество белков (г)    | 35.41                                            | 23.1                                               | 153%                                      | 46%         |
| Количество жиров (г)     | 22.92                                            | 23.7                                               | 97%                                       | 29%         |
| Количество углеводов (г) | 107.9                                            | 100.5                                              | 107%                                      | 32%         |
| Витамин С, мг            | 28.59                                            | 18                                                 | 159%                                      | 48%         |
| Витамин В1, мг           | 0.43                                             | 0.36                                               | 119%                                      | 36%         |
| Витамин В2, мг           | 0.31                                             | 0.42                                               | 74%                                       | 22%         |
| Витамин А, мкг рэ        | 564.06                                           | 210                                                | 269%                                      | 81%         |
| Кальций, мг              | 272.31                                           | 330                                                | 83%                                       | 25%         |
| Магний, мг               | 150.28                                           | 75                                                 | 200%                                      | 60%         |
| Железо, мг               | 7                                                | 3.6                                                | 194%                                      | 58%         |
| Калий, мг                | 1330.48                                          | 330                                                | 403%                                      | 121%        |
| Йод, мкг                 | 91.51                                            | 30                                                 | 305%                                      | 92%         |
| Селен, мкг               | 29.65                                            | 9                                                  | 329%                                      | 99%         |

Информация о содержании соли и сахара в меню

Меню Завтрак

| Показатели | Фактические значения (г)                      |                                                | Рекомендуемые значения (г) | Удельный вес от рекомендуемой величины (в %) |
|------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------|
|            | Добавленные при приготовлении блюд и напитков | Содержащиеся в продукции промышленного выпуска |                            |                                              |
| Соль       | 0.8                                           | 0                                              | 1                          | 80%                                          |
| Сахар      | 10.1                                          | 0                                              | 10                         | 101%                                         |

Меню Обед

| Показатели | Фактические значения (г)                      |                                                | Рекомендуемые значения (г) | Удельный вес от рекомендуемой величины (в %) |
|------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------|
|            | Добавленные при приготовлении блюд и напитков | Содержащиеся в продукции промышленного выпуска |                            |                                              |
| Соль       | 1.3                                           | 0                                              | 1.5                        | 87%                                          |
| Сахар      | 8.3                                           | 0                                              | 10                         | 83%                                          |

В сумме за все приемы пищи

| Показатели | Фактические значения (г)                      |                                                | Рекомендуемые значения (г) | Удельный вес от рекомендуемой величины (в %) |
|------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------|
|            | Добавленные при приготовлении блюд и напитков | Содержащиеся в продукции промышленного выпуска |                            |                                              |
| Соль       | 2.1                                           | 0                                              | 2.5                        | 84%                                          |
| Сахар      | 18.4                                          | 0                                              | 20                         | 92%                                          |

Фрагмент заключительной части экспертного заключения

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

- 1. Меню безопасное (запрещенных к употреблению в организованных детских коллективах блюд и продуктов – нет)
- 2. Меню разнообразное (повторов блюд в течение дня и двух смежных дней нет);
- 3. Калорийность меню не ниже регламентированных значений по приемам пищи: Завтрак - 12 дня(ей)Обед - 12 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 15.4%, 24.5%, и 60.1% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 18.2%, 26.5%, и 55.4% соответственно.
- 4. Потребность в витаминах и минеральных веществах соответствует регламентированным показателям:  
Витамин С, мг Витамин В1, мг Витамин В2, мг Витамин А, мкг рэ Кальций, мг Магний, мг Железо, мг Йод, мкг Селен, мкг Калий, мг .
- 5. В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.
- 6. В меню отсутствуют колбасные изделия,кондитерские изделия,бутерброды, консервированные томаты, .
- 7. В меню присутствуют консервированные огурцы, рекомендуем исключить их из меню.

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

Экспертное заключение сформировано в ПС "Мониторинг питания и здоровья", разработанном ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора. Выдано для "Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Никольская средняя общеобразовательная школа"" 28.05.25.