

## Гигиеническая оценка меню:

| № | Перечень детализируемой информации                                                                                          | Детализация информации                                                                                                                                                                                                       |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Название меню                                                                                                               | начальные классы(105220)                                                                                                                                                                                                     |
| 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                                                                                                               | Обед,                                                                                                                                                                                                                        |
| 6 | Технологические карты на заявленные в меню блюда с указанием сборника рецептур предназначенных для питания детей            | Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Пособие. Сборник рецептур 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 Без особенностей в организации - 1.                                                                                                                                                                                  |

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

#### 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)                 | 811.5                                            | 700                                                | 116%                                      | 34 %        |
| Калорийность, ккал.      | 748.5                                            | 705-1036.4                                         | 99%                                       | 30%         |
| Количество белков (г)    | 32.58                                            | 23.1                                               | 141%                                      | 42%         |
| Количество жиров (г)     | 22.43                                            | 23.7                                               | 95%                                       | 28%         |
| Количество углеводов (г) | 104.08                                           | 100.5                                              | 104%                                      | 31%         |
| Витамин С, мг            | 24.31                                            | 18                                                 | 135%                                      | 41%         |
| Витамин В1, мг           | 0.38                                             | 0.36                                               | 106%                                      | 32%         |
| Витамин В2, мг           | 0.73                                             | 0.42                                               | 174%                                      | 52%         |
| Витамин А, мкг рэ        | 853.9                                            | 210                                                | 407%                                      | 122%        |
| Кальций, мг              | 331.19                                           | 330                                                | 100%                                      | 30%         |
| Магний, мг               | 138.87                                           | 75                                                 | 185%                                      | 56%         |
| Железо, мг               | 6.46                                             | 3.6                                                | 179%                                      | 54%         |
| Калий, мг                | 1234.17                                          | 330                                                | 374%                                      | 112%        |
| Йод, мкг                 | 76.57                                            | 30                                                 | 255%                                      | 77%         |
| Селен, мкг               | 50.95                                            | 9                                                  | 566%                                      | 170%        |

### Информация о содержании соли и сахара в меню

## 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       | 1.2                                           | 0                                              | 1.5                        | 80%                                          |
| Сахар      | 6                                             | 0                                              | 10                         | 60%                                          |

### 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       | 1.2                                           | 0                                              | 1.5                        | 80%                                          |
| Сахар      | 6                                             | 0                                              | 10                         | 60%                                          |

## 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: Обед - 10 дня(ей) Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 17.4%, 27%, и 55.6% 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 "МБОУ СОШ № 11 Шиловского Гарнизона" 03.09.26.**