

Меню Летний лагерь 1 комплекс

Возрастная категория: от 11 до 18 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
Неделя 1 Понедельник						
Завтрак						
23к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	250	8.6	8.6	40	271.6
22гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.4	22.3	133.4
./1	Булочка с сыром	100	12.3	9.1	40.4	292.6
ом.	Зефир	30	0.2	0	23.9	97
Итого за Завтрак		580	24.6	21.1	126.6	794.6
Рекомендуемая величина			19.8	20.24	84.26	598.4
Процентное соотношение БЖУ			1	0.86	5.15	
Обед						
1фрукты-2020	Фруктовая феерия	100	1.7	3.8	15.1	101.7
	Салат "Весна"	100	3.4	7.4	2.1	88.8
1 суп-2022	Борщ "Белорусский" с фасолью	250	9.3	9.6	19.7	202.9
2	Пельмени	280	21.7	32.8	28.7	496.8
	Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
Итого за Обед		990	41	54.3	121.5	1140.7
Рекомендуемая величина			34.65	35.42	147.455	1047.2
Процентное соотношение БЖУ			1	1.32	2.96	
Полдник						
07	Конвертики, запеченные в сметане	200	26.4	26.2	39.6	499.5
32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
Итого за Полдник		400	26.6	26.3	49.5	541.1
Рекомендуемая величина			14.85	15.18	63.195	448.8
Процентное соотношение БЖУ			1	0.99	1.86	
Итого за день		1970	92.2	101.7	297.6	2476.4
Неделя 1 Вторник						
Завтрак						
4т-2020	Пудинг из творога с яблоками	250	38.1	19.4	24	422.7
23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	3.5	11.1	91.1
3	Булочка классическая	100	8.5	3.1	50.5	263.7
ом.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
Итого за Завтрак		580	52.7	28.6	102.3	875.7
Рекомендуемая величина			19.8	20.24	84.26	598.4
Процентное соотношение БЖУ			1	0.54	1.94	
Обед						
	Салат из свежих помидор и перцев с зеленью	100	1.1	6.8	4.3	83.2
4/1	Желе "Шоколадно-ягодный рай"	210	11.1	3.2	14.1	129.9
2	Щи из свежей капусты с картофелем и говядиной	250	8.9	12	76.6	210.3
1г-2020	Макаронь отварные	180	6.4	6.6	39.3	242.4

2м-2020	Гуляш из оленины	100	17.8	10.9	4	185.1
13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0.6	0.2	15.1	65.4
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	1100	50.2	40.2	119.8	1044.3
	Рекомендуемая величина		34.65	35.42	147.455	1047.2
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.8	2.39	
	Полдник					
2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
1	Кокроки с картофелем	150	10.9	17	62.8	448.2
	Итого за Полдник	350	11.1	17	69.2	475
	Рекомендуемая величина		14.85	15.18	63.195	448.8
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.53	6.23	
	Итого за день	2030	114	85.8	291.3	2395
	Неделя 1 Среда					
	Завтрак					
3г-2020	Макароны отварные с сыром	250	13.2	11.9	47.7	351.1
гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.5	8.6	53.5
/3	Булочка с орехом	100	9.4	8.8	46	300.7
ом.	Пастила	30	0.2	0	24	96.6
	Итого за Завтрак	580	24.4	22.2	126.3	801.9
	Рекомендуемая величина		19.8	20.24	84.26	598.4
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.91	5.18	
	Обед					
6-2фрукты-2022	Фруктовое ассорти "Мечта о лете"	100	1.8	3.8	15.8	104.3
8з-2022	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1.7	10.1	5.8	120.6
	Суп гороховый с мясом, с гренками	250	14.9	6.7	40.9	283.5
-1гарнир-2022	Картофель отварной с луком	180	3.7	10	26.5	211.1
0	Фрикадельки рыбные	100	18.1	7.5	6.3	164.7
-3соус-2020	Соус красный основной	30	1	0.8	2.6	21.8
23хн-2020	Кисель из смородины	200	0.2	0.1	12.2	50.6
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
	Итого за Обед	1020	45.7	39.5	136.5	1084.6
	Рекомендуемая величина		34.65	35.42	147.455	1047.2
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.86	2.99	
	Полдник					
ом.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
ом.	Печенье	170	12.8	16.7	126.5	706.9
	Итого за Полдник	370	18.6	21.7	134.9	808.7
	Рекомендуемая величина		14.85	15.18	63.195	448.8
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.17	7.25	
	Итого за день	1970	88.7	83.4	397.7	2695.2
	Неделя 1 Четверг					
	Завтрак					
-1к-2020	Каша жидкая молочная кукурузная	250	7.3	8.6	41.1	271.1
-21гн-2020	Какао с молоком	200	4.7	4.3	12.4	107.2
3/4	Булочка с творогом	100	11.8	3.7	41.1	244.7

	Итого за Завтрак	550	23.8	16.6	94.6	623
	Рекомендуемая величина		19.8	20.24	84.26	598.4
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.7	3.97	
	Обед					
	Салат "Весна"	100	3.4	7.4	2.1	88.8
19с-2022	Борщ со стручковой фасолью и мясом	250	6.5	9.3	10	149.1
2/1	Желе "Полет фантазий"	210	11	3.2	11.2	117.8
-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	9.9	8.3	43.1	286.7
-9мясо-2022	Котлета мясо-картофельная по-пыльновски	100	17.1	18.4	8.6	268.2
39	Соус томатный с овощами	30	0.5	0.9	2.2	18.8
-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	1130	52.9	48.1	113.5	1099
	Рекомендуемая величина		34.65	35.42	147.455	1047.2
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.91	2.15	
	Полдник					
	Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
52	Хачапури слоеные	150	18	31.6	49.6	555.2
	Итого за Полдник	350	18.6	31.8	79.1	677.7
	Рекомендуемая величина		14.85	15.18	63.195	448.8
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.71	4.25	
	Итого за день	2030	95.3	96.5	287.2	2399.7
	Неделя 1 Пятница					
	Завтрак					
-1о-2022	Омлет натуральный с сыром	250	27.9	40.4	5.2	496.4
-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	3.5	11.1	91.1
3	Булочка классическая	100	8.5	3.1	50.5	263.7
ом.	Зефир	30	0.2	0	23.9	97
	Итого за Завтрак	580	40.5	47	90.7	948.2
	Рекомендуемая величина		19.8	20.24	84.26	598.4
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.16	2.24	
	Обед					
	Салат из свеклы, с черносливом, орехами и чесноком	100	4.1	15.9	13	211.9
6-3фрукты-2022	Нарезка из фруктов "Маленькая фруктовая радость"	100	1.9	3.8	16.1	105.6
-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными из оленины	250	12.1	9.3	21.9	219.8
-11г-2020	Картофельное пюре	180	3.7	7.3	23.7	175
1к	Куриные шашлычки	100	27.3	2.5	0.6	134.5
13	Соус красный основной №2	30	0.9	2.3	2.8	35.7
-20хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0.4	0.1	14.3	59.8
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	1020	54.7	41.7	118.8	1070.3
	Рекомендуемая величина		34.65	35.42	147.455	1047.2

	Процентное соотношение БЖУ		1	0.76	2.17	
	Полдник					
34гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	7.5	31.7
	Шанежка с картофелем	150	17.1	17	88.3	574.5
	Итого за Полдник	350	17.3	17.1	95.8	606.2
	Рекомендуемая величина		14.85	15.18	63.195	448.8
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.99	5.54	
	Итого за день	1950	112.5	105.8	305.3	2624.7
	Неделя 2 Понедельник					
	Завтрак					
1т-2020	Пудинг из творога с яблоками	250	38.1	19.4	25.6	428.8
1гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.5	8.6	53.5
/2	Булочка с кунжутом	100	9	4	50.7	274.9
ом.	Пастила	30	0.2	0	24	96.6
ом.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
	Итого за Завтрак	610	51.1	27.5	125.6	952
	Рекомендуемая величина		19.8	20.24	84.26	598.4
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.54	2.46	
	Обед					
ЕЗ	Желе "Шоколад и фрукты"	210	11.1	3.2	12.3	122.1
1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	17.3	71.2
	Салат из свежих огурцов с зеленью	100	0.8	3.1	2.5	41.2
15с-2022	Свекольник с олениной и сметаной	250	8	7.8	17.9	173.7
Е92	Пельмени	280	21.7	32.8	28.7	496.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
	Итого за Обед	1100	46.4	47.4	105.1	1033
	Рекомендуемая величина		34.65	35.42	147.455	1047.2
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.02	2.27	
	Полдник					
07	Конвертики, запеченные в сметане	200	26.4	26.2	39.6	499.5
ом.	Йогурт 2.5%	200	6.8	5	11	116.2
	Итого за Полдник	400	33.2	31.2	50.6	615.7
	Рекомендуемая величина		14.85	15.18	63.195	448.8
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.94	1.52	
	Итого за день	2110	130.7	106.1	281.3	2600.7
	Неделя 2 Вторник					
	Завтрак					
-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	250	8.5	10.8	30.6	253.3
-22гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.4	22.3	133.4
3/4	Булочка с творогом	100	11.8	3.7	41.1	244.7
	Итого за Завтрак	550	23.8	17.9	94	631.4
	Рекомендуемая величина		19.8	20.24	84.26	598.4
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.75	3.95	
	Обед					
-2з-2020	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
6-1фрукты-2020	Фруктовая феерия	100	1.7	3.8	15.1	101.7
8	Суп-лапша домашняя с курицей	250	19.9	18.3	14	300.1

5мясо-2022	Голубцы натуральные	280	21.5	29.7	19.8	433
1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	990	48.7	52.4	97.6	1057.9
	Рекомендуемая величина		34.65	35.42	147.455	1047.2
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.08	2	
	Полдник					
-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
32	Кокроки с капустой	150	12	23.2	55.9	480.5
	Итого за Полдник	350	12.2	23.2	62.3	507.3
	Рекомендуемая величина		14.85	15.18	63.195	448.8
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.9	5.11	
	Итого за день	1890	84.7	93.5	253.9	2196.6
	Неделя 2 Среда					
	Завтрак					
1	Запеканка из творога с рисом	250	36	23.2	40.9	516.8
-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	3.5	11.1	91.1
3/3	Булочка с орехом	100	9.4	8.8	46	300.7
ом.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
ом.	Зефир	30	0.2	0	23.9	97
	Итого за Завтрак	610	51.7	38.1	138.6	1103.8
	Рекомендуемая величина		19.8	20.24	84.26	598.4
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.74	2.68	
	Обед					
	Салат из свежих помидор и перцев с зеленью	100	1.1	6.8	4.3	83.2
/1	Желе "Шоколадно-ягодный рай"	210	11.1	3.2	14.1	129.9
022	Суп Волна с олениной и зеленью	250	10.8	9.1	15	185
-7мясо-2022	Плов из птицы	280	35.4	40.2	47.2	691.8
-20хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0.4	0.1	14.3	59.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
	Итого за Обед	1100	63.1	59.9	121.3	1277.7
	Рекомендуемая величина		34.65	35.42	147.455	1047.2
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.95	1.92	
	Полдник					
(1)-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	4.8	20.6
9	Шанежка с картофелем	150	17.1	17	88.3	574.5
	Итого за Полдник	350	17.3	17.1	93.1	595.1
	Рекомендуемая величина		14.85	15.18	63.195	448.8
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.99	5.38	
	Итого за день	2060	132.1	115.1	353	2976.6
	Неделя 2 Четверг					
	Завтрак					
-16к-2020	Каша "Дружба"	250	6.2	8.7	29.9	222.6
-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.5	8.6	53.5
3/1	Булочка с сыром	100	12.3	9.1	40.4	292.6
	Итого за Завтрак	550	20.1	19.3	78.9	568.7

	Рекомендуемая величина	19.8	20.24	84.26	598.4	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.96	3.93		
	Обед					
	Салат из свеклы, с черносливом, орехами и чесноком	100	4.1	15.9	13	211.9
6-2	Фруктовое ассорти "Мечта о лете"	100	1.8	3.8	15.8	104.3
15с-2020	Рассольник Ленинградский с олениной	250	9	8.2	17	178.3
1	Гарнир-2022	180	3.7	10	26.5	211.1
15м-2020	Тефтели из оленины с рисом "Ёжики"	100	13.8	9.5	12.3	189.9
	Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	990	37.3	48.1	140.5	1146
	Рекомендуемая величина	34.65	35.42	147.455	1047.2	
	Процентное соотношение БЖУ	1	1.29	3.77		
	Полдник					
1	Творог-2022	200	39.5	16	32.6	432
32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
	Итого за Полдник	400	39.7	16.1	42.5	473.6
	Рекомендуемая величина	14.85	15.18	63.195	448.8	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.41	1.07		
	Итого за день	1940	97.1	83.5	261.9	2188.3
	Неделя 2 Пятница					
	Завтрак					
7т-2020 - для детей с	Творожно-пшеничная запеканка	250	18.8	9.2	22.2	246.6
лиакией						
22гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.4	22.3	133.4
3/2	Булочка с кунжутом	100	9	4	50.7	274.9
ом.	Пастила	30	0.2	0	24	96.6
ом.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
	Итого за Завтрак	610	33.7	19.2	135.9	849.7
	Рекомендуемая величина	19.8	20.24	84.26	598.4	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.57	4.03		
	Обед					
8з-2022	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1.7	10.1	5.8	120.6
2/1	Желе "Полет фантазий"	210	11	3.2	11.2	117.8
5/2	Солянка домашняя с олениной	250	9.1	9.4	13.6	175.6
11г-2020	Картофельное пюре	180	3.7	7.3	23.7	175
-2022	Биточки из куриного филе	105	22.8	8	17.2	232.1
3соус-2020	Соус красный основной	30	1	0.8	2.6	21.8
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.3	86.6
	Итого за Обед	1135	54.6	39.5	120.7	1057.5
	Рекомендуемая величина	34.65	35.42	147.455	1047.2	

	Процентное соотношение БЖУ	1	0.72	2.21	
	Полдник				
1)-34гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	13.5
	Пицца школьная	200	27.5	18.6	493.8
	Итого за Полдник	400	27.7	18.7	507.3
	Рекомендуемая величина	14.85	15.18	63.195	448.8
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.68	2.05	
	Итого за день	2145	116	77.4	313.5

Итого за период	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
средние показатели за Завтрак	580	34.64	25.75	111.35	814.9
средние показатели за Обед	1057.5	49.46	47.11	119.53	1101.1
средние показатели за Полдник	372	22.23	22.02	73.39	580.77

Показатели	Среднее значение за период
Витамин С(мг)	28.19
Витамин В1(мг)	0.36
Витамин В2(мг)	0.31
Витамин А(мкг рет.экв)	264.27
Кальций(мг)	401.74
Магний(мг)	215.59
Железо(мг)	96.27
Цинк(мг)	5.2
Витамин В12(мкг)	827.53
Витамин РР(мкг)	67
Витамин Е(мкг)	34.84

группа по организации
ПИТАНИЯ
24 05 2022

Гигиеническая оценка меню:

№ детализируемой информации	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Меню Летний лагерь 1 комплекс
2	Информация о возрастной группе детей	от 11 до 18 лет
3	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 / Новосибирск, 2022 г.», «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций (от 1 до 7 лет)», «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Хлебпроект, 2004», «Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск.», «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Уральский региональный центр питания, 2013 г.», «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий, 2002, Москва, автор А.В. Румянцева», «Сборник на основании калькуляционных карт (отработка на производстве)», «Сборник рецептур (технологических карт) блюд гипопергенного питания детей дошкольного возраста г. Пермь, 2003», «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, Пермская государственная медицинская академия. Уральский региональный центр», «Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна-Москва, 2011»,
4	Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах	Планируется использование полуфабрикатов.

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)	580	550	105%	21 %
Калорийность, ккал.	814.9	598.4	136%	27%
Количество белков (г)	34.6	19.8	175%	35%
Количество жиров (г)	25.8	20.2	127%	25%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"
ID меню: 25929

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 %)
Количество углеводов (г)	111.3	84.3	132%	26%
Витамин С, мг	1.5	15.4	10%	2%
Витамин В1, мг	0.4	0.3	129%	26%
Витамин В2, мг	0.6	0.4	171%	34%
Витамин А, мкг рэ	139.9	198	71%	14%
Кальций, мг	496.7	264	188%	38%
Магний, мг	85.8	66	130%	26%
Железо, мг	4	3.7	107%	21%
Калий, мг	543.4	264	206%	41%
Йод, мкг	71.2	26.4	270%	54%
Селен, мкг	37.2	11	338%	68%

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)	1057.5	800	132%	39 %
Калорийность, ккал.	1101	1047.2	105%	37%
Количество белков (г)	49.6	34.7	143%	50%
Количество жиров (г)	47.2	35.4	133%	47%
Количество углеводов (г)	119.6	147.5	81%	28%
Витамин С, мг	83.6	27	310%	109%
Витамин В1, мг	0.6	0.5	111%	39%
Витамин В2, мг	0.7	0.6	113%	40%
Витамин А, мкг рэ	447.6	346.5	129%	45%
Кальций, мг	406.4	462	88%	31%
Магний, мг	180.6	115.5	156%	55%
Железо, мг	9.5	6.5	145%	51%
Калий, мг	1879.1	462	407%	142%
Йод, мкг	74.9	46.2	162%	57%
Селен, мкг	20.5	19.3	106%	37%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Полдник (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	372	350	106%	14 %

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"
ID меню: 25929

Группа по организации

ПИТАНИЯ

24 05 2022

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Полдник (в %)	сутки (в %)
Калорийность, ккал.	582.2	448.8	130%	19%
Количество белков (г)	22.3	14.9	150%	23%
Количество жиров (г)	22.1	15.2	146%	22%
Количество углеводов (г)	73.4	63.2	116%	17%
Витамин С, мг	6.1	11.6	53%	8%
Витамин В1, мг	0.3	0.2	130%	19%
Витамин В2, мг	0.4	0.3	154%	23%
Витамин А, мкг рэ	120.6	148.5	81%	12%
Кальций, мг	235.4	198	119%	18%
Магний, мг	49.7	49.5	100%	15%
Железо, мг	3.3	2.8	117%	18%
Калий, мг	568.3	198	287%	43%
Йод, мкг	38.6	19.8	195%	29%
Селен, мкг	13.6	8.3	165%	25%

Информация о содержании соли и сахара в 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 %)
Соль (г)	1.2	1.2	96%
Сахар (г)	10	11.6	86%

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 %)
Соль (г)	1.2	2.3	54%
Сахар (г)	8.6	11.7	73%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Полдник (в %)
Соль (г)	0.6	0.5	121%
Сахар (г)	5.6	3.5	160%

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. Суммарная масса блюд по приемам пищи (завтрак обед полдник завтрак обед полдник) соответствует регламентированным значениям.
4. Калорийность меню не ниже регламентированных значений по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Полдник - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 17%, 28.4%, и 54.6% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 18%, 38.6%, и 43.4% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 15.3%, 34%, и 50.4% соответственно.
5. Потребность в витаминах и минеральных веществах соответствует регламентированным показателям:
Витамин С Витамин В1 Витамин В2 Витамин А Кальций Магний Железо Калий Йод Селен .
6. В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.
7. В меню отсутствуют колбасные изделия,бутерброды, консервированные томаты, .
8. В меню присутствуют кондитерские изделия, 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" ФБУН Новосибирским НИИ гигиены Роспотребнадзора. Выдано для "МКУ Дирекция по АХО МСО" 24.05.22.

Меню Летний лагерь 2 комплекс

Возрастная категория: от 11 до 18 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
Неделя 1 Понедельник						
Завтрак						
16к-2020	Каша "Дружба"	250	6.2	8.7	29.9	222.6
22гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.4	22.3	133.4
/1	Булочка с сыром	100	12.3	9.1	40.4	292.6
ом.	Зефир	30	0.2	0	23.9	97
Итого за Завтрак		580	22.2	21.2	116.5	745.6
Рекомендуемая величина			18	18.4	76.6	544
Процентное соотношение БЖУ			1	0.95	5.25	
Обед						
5з-2020	Салат из свежих помидор и огурцов с зеленью	100	1	5.2	3.8	65.7
к-1фрукты-2020	Фруктовая феерия	100	1.7	3.8	15.1	101.7
7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250	7.3	6.9	19	167.7
11м-2020	Плов из отварной оленины	280	24.4	16.5	54	461.9
	Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
Итого за Обед		990	39.3	33.1	147.8	1047.5
Рекомендуемая величина			27	27.6	114.9	816
Процентное соотношение БЖУ			1	0.84	3.76	
Полдник						
7	Конвертики, запеченные в сметане	200	26.4	26.2	39.6	499.5
32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
Итого за Полдник		400	26.6	26.3	49.5	541.1
Рекомендуемая величина			9	9.2	38.3	272
Процентное соотношение БЖУ			1	0.99	1.86	
Итого за день		1970	88.1	80.6	313.8	2334.2
Неделя 1 Вторник						
Завтрак						
1	Запеканка из творога с рисом	250	36	23.2	40.9	516.8
23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	3.5	11.1	91.1
3	Булочка классическая	100	8.5	3.1	50.5	263.7
ом.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
Итого за Завтрак		580	50.6	32.4	119.2	969.8
Рекомендуемая величина			18	18.4	76.6	544
Процентное соотношение БЖУ			1	0.64	2.36	
Обед						
4/1	Желе "Шоколадно-ягодный рай"	210	11.1	3.2	14.1	129.9
	Салат из свежих огурцов с зеленью	100	0.8	3.1	2.5	41.2
-6с-2022	Суп картофельный с клецками и курицей	250	13.9	10.9	19.3	231.3

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

4мясо-2022	Голубцы в сметанном соусе	280	21.1	35.9	19.5	485
13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0.6	0.2	15.1	65.4
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
	Итого за Обед	1100	51.8	53.8	96.9	1080.8
	Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.04	1.87	
	Полдник					
1)-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	4.6	19.6
1	Кокроки с картофелем	150	10.9	17	62.8	448.2
	Итого за Полдник	350	11.1	17	67.4	467.8
	Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.53	6.07	
	Итого за день	2030	113.5	103.2	283.5	2518.4
	Неделя 1 Среда					
	Завтрак					
24к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	250	10.4	14.6	46.9	360
4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.5	8.6	53.5
/3	Булочка с орехом	100	9.4	8.8	46	300.7
ом.	Пастила	30	0.2	0	24	96.6
	Итого за Завтрак	580	21.6	24.9	125.5	810.8
	Рекомендуемая величина		18	18.4	76.6	544
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.15	5.81	
	Обед					
5-2фрукты-2022	Фруктовое ассорти "Мечта о лете"	100	1.8	3.8	15.8	104.3
3з-2020	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
022	Суп Волна с олениной и зеленью	250	10.8	9.1	15	185
г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	180	9.9	8.3	43.1	286.7
2м-2020	Гуляш из оленины	100	17.8	10.9	4	185.1
23хн-2020	Кисель из смородины	200	0.2	0.1	12.2	50.6
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	990	45.9	32.9	120.3	961.1
	Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.72	2.62	
	Полдник					
ом.	Печенье	170	12.8	16.7	126.5	706.9
ом.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
	Итого за Полдник	370	18.6	21.7	134.9	808.7
	Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.17	7.25	
	Итого за день	1940	86.1	79.5	380.7	2580.6
	Неделя 1 Четверг					
	Завтрак					
13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	250	10.1	13.5	48.1	354.3
21гн-2020	Какао с молоком	200	4.7	4.3	12.4	107.2
/4	Булочка с творогом	100	11.8	3.7	41.1	244.7
	Итого за Завтрак	550	26.6	21.5	101.6	706.2
	Рекомендуемая величина		18	18.4	76.6	544

Группа по организации питания

	Процентное соотношение БЖУ		1	0.81	3.82	
	Обед					
2з-2020	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
1	Желе "Полет фантазий"	210	11	3.2	11.2	117.8
/2	Солянка домашняя с олениной	250	9.1	9.4	13.6	175.6
2гарнир-2022	Овощное рагу с баклажанами с мясом	280	18.8	22.7	26.9	386.7
32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	1100	44.2	36	90.5	863.8
	Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.81	2.05	
	Полдник					
	Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
Е2	Хачапури слоеные	150	18	31.6	49.6	555.2
	Итого за Полдник	350	18.6	31.8	79.1	677.7
	Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.71	4.25	
	Итого за день	2000	89.4	89.3	271.2	2247.7
	Неделя 1 Пятница					
	Завтрак					
1о-2020	Омлет натуральный	250	21.1	32.3	5.2	395.6
23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	3.5	11.1	91.1
3	Булочка классическая	100	8.5	3.1	50.5	263.7
ом.	Зефир	30	0.2	0	23.9	97
	Итого за Завтрак	580	33.7	38.9	90.7	847.4
	Рекомендуемая величина		18	18.4	76.6	544
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.15	2.69	
	Обед					
8з-2022	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1.7	10.1	5.8	120.6
6-3фрукты-2022	Нарезка из фруктов "Маленькая фруктовая радость"	100	1.9	3.8	16.1	105.6
-суп-2022	Суп сырный с курицей	250	21.4	18.6	21.1	337.2
5/2	Рис пикантный	180	4.1	3.1	30.9	168.1
-14р-2021	Котлета рыбная Любительская	100	14.8	7.4	10.3	166.7
-20хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0.4	0.1	14.3	59.8
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	990	48.6	43.6	124.9	1086
	Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.9	2.57	
	Полдник					
-34гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	7.5	31.7
9	Шанежка с картофелем	150	17.1	17	88.3	574.5
	Итого за Полдник	350	17.3	17.1	95.8	606.2
	Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ

		Процентное соотношение БЖУ		1	0.99	5.54	
Итого за день		1920	99.6	99.6	311.4	2539.6	
Неделя 2 Понедельник							
Завтрак							
1к-2020	Каша жидкая молочная кукурузная	250	7.3	8.6	41.1	271.1	
4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.5	8.6	53.5	
/2	Булочка с кунжутом	100	9	4	50.7	274.9	
ом.	Пастила	30	0.2	0	24	96.6	
Итого за Завтрак		580	18.1	14.1	124.4	696.1	
Рекомендуемая величина			18	18.4	76.6	544	
		Процентное соотношение БЖУ		1	0.78	6.87	
Обед							
-3з-2020	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4	
3	Желе "Шоколад и фрукты"	210	11.1	3.2	12.3	122.1	
-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	17.3	71.2	
	Суп гороховый с мясом, с гречками	250	14.9	6.7	40.9	283.5	
-4мясо-2022	Голубцы в сметанном соусе	280	21.1	35.9	19.5	485	
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2	
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	
Итого за Обед		1100	53	46.5	120.2	1111.2	
Рекомендуемая величина			27	27.6	114.9	816	
		Процентное соотношение БЖУ		1	0.88	2.27	
Полдник							
07	Конвертики, запеченные в сметане	200	26.4	26.2	39.6	499.5	
ом.	Йогурт 2.5%	200	6.8	5	11	116.2	
Итого за Полдник		400	33.2	31.2	50.6	615.7	
Рекомендуемая величина			9	9.2	38.3	272	
		Процентное соотношение БЖУ		1	0.94	1.52	
Итого за день		2080	104.3	91.8	295.2	2423	
Неделя 2 Вторник							
Завтрак							
-25.1к-2020	Каша жидкая молочная рисовая	250	6.6	8.1	35.7	242.1	
-22гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.4	22.3	133.4	
3/4	Булочка с творогом	100	11.8	3.7	41.1	244.7	
Итого за Завтрак		550	21.9	15.2	99.1	620.2	
Рекомендуемая величина			18	18.4	76.6	544	
		Процентное соотношение БЖУ		1	0.69	4.53	
Обед							
-5з-2020	Салат из свежих помидор и огурцов с зеленью	100	1	5.2	3.8	65.7	
6-1фрукты-2020	Фруктовая феерия	100	1.7	3.8	15.1	101.7	
-6с-2022	Суп картофельный с клецками и курицей	250	13.9	10.9	19.3	231.3	
-1г-2020	Макаронны отварные	180	6.4	6.6	39.3	242.4	
-1м-2020	Бефстроганов из отварной оленины	100	17.6	12.2	2.4	189.8	
-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81	
оом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	
оом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2	
Итого за Обед		990	45.4	39.2	126.1	1039.9	

ГРУППА ТР ОРГАНИЗАЦИИ

	Рекомендуемая величина	27	27.6	114.9	816	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.86	2.78		
	Полдник					
2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
2	Кокроки с капустой	150	12	23.2	55.9	480.5
	Итого за Полдник	350	12.2	23.2	62.3	507.3
	Рекомендуемая величина	9	9.2	38.3	272	
	Процентное соотношение БЖУ	1	1.9	5.11		
	Итого за день	1890	79.5	77.6	287.5	2167.4
	Неделя 2 Среда					
	Завтрак					
ст-2020	Пудинг из творога с яблоками	250	38.1	19.4	25.6	428.8
23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	3.5	11.1	91.1
/3	Булочка с орехом	100	9.4	8.8	46	300.7
ом.	Зефир	30	0.2	0	23.9	97
ом.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
	Итого за Завтрак	610	53.8	34.3	123.3	1015.8
	Рекомендуемая величина	18	18.4	76.6	544	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.64	2.29		
	Обед					
2з-2020	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
/1	Желе "Шоколадно-ягодный рай"	210	11.1	3.2	14.1	129.9
суп-2022	Суп сырный с курицей	250	21.4	18.6	21.1	337.2
2г-2020	Макаронны отварные с овощами	180	5.6	8.4	31.8	225.1
9мясо-2022	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски	100	17.1	18.4	8.6	268.2
3соус-2020	Соус красный основной	30	1	0.8	2.6	21.8
20хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0.4	0.1	14.3	59.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
	Итого за Обед	1130	61.7	50.1	121.4	1184.1
	Рекомендуемая величина	27	27.6	114.9	816	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.81	1.97		
	Полдник					
(1)-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	4.8	20.6
9	Шанежка с картофелем	150	17.1	17	88.3	574.5
	Итого за Полдник	350	17.3	17.1	93.1	595.1
	Рекомендуемая величина	9	9.2	38.3	272	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.99	5.38		
	Итого за день	2090	132.8	101.5	337.8	2795
	Неделя 2 Четверг					
	Завтрак					
-23к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	250	8.6	8.6	40	271.6
-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.5	8.6	53.5
3/1	Булочка с сыром	100	12.3	9.1	40.4	292.6
	Итого за Завтрак	550	22.5	19.2	89	617.7
	Рекомендуемая величина	18	18.4	76.6	544	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.85	3.96		
	Обед					

Группа по организации

Питания

3-2	Фрукты-2022	Фруктовое ассорти "Мечта о лете"	100	1.8	3.8	15.8	104.3	
	1	салат-2022	Салат овощной со сладким перцем и зеленью	100	1.5	10.1	4.3	114.1
8			Уха по-королевски с фрикадельками	250	15.9	6.6	21.7	209.8
5/2			Рис пикантный	180	4.1	3.1	30.9	168.1
14р-2021			Котлета рыбная Любительская	100	14.8	7.4	10.3	166.7
			Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
ом.			Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.			Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
			Итого за Обед	990	43	31.7	138.9	1013.5
			Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
			Процентное соотношение БЖУ		1	0.74	3.23	
			Полдник					
1	творог-2022		Сырники из творога со сметаной и джемом	200	39.5	16	32.6	432
32хн-2020			Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
			Итого за Полдник	400	39.7	16.1	42.5	473.6
			Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272
			Процентное соотношение БЖУ		1	0.41	1.07	
			Итого за день	1940	105.2	67	270.4	2104.8
			Неделя 2 Пятница					
			Завтрак					
3г-2020			Макароны отварные с сыром	250	13.2	11.9	47.7	351.1
22гн-2020			Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.4	22.3	133.4
3/2			Булочка с кунжутом	100	9	4	50.7	274.9
ом.			Пастила	30	0.2	0	24	96.6
			Итого за Завтрак	580	25.9	19.3	144.7	856
			Рекомендуемая величина		18	18.4	76.6	544
			Процентное соотношение БЖУ		1	0.75	5.59	
			Обед					
3			Винегрет с зелёным горошком	100	1.4	7.7	6.6	101.4
8			Суп-лапша домашняя с курицей	250	19.9	18.3	14	300.1
2/1			Желе "Полет фантазий"	210	11	3.2	11.2	117.8
9м-2020			Жаркое по-домашнему с олениной	280	29.4	17.7	24.3	374.3
ом.			Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.			Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.			Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
			Итого за Обед	1100	67	47.6	102.7	1108.2
			Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
			Процентное соотношение БЖУ		1	0.71	1.53	
			Полдник					
(1)-34гн-2020			Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	2.9	13.5
3			Пицца школьная	200	27.5	18.6	54	493.8
			Итого за Полдник	400	27.7	18.7	56.9	507.3
			Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272
			Процентное соотношение БЖУ		1	0.68	2.05	
			Итого за день	2080	120.6	85.6	304.3	2471.5

Группа по организации

питания

24 05 2022

Итого за период	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Средние показатели за Завтрак	574	29.69	24.1	113.4	788.56
Средние показатели за Обед	1048	49.99	41.45	118.97	1049.61
Средние показатели за Полдник	372	22.23	22.02	73.21	580.05

Показатели	Среднее значение за период
Витамин С(мг)	15.26
Витамин В1(мг)	0.35
Витамин В2(мг)	0.3
Витамин А(мкг рет.экв)	186.45
Кальций(мг)	373.36
Магний(мг)	159.72
Железо(мг)	101.81
Цинк(мг)	6.01
Селен(мг)	780.86
Йод(мкг)	52.57
Фтор(мкг)	39.99

группа по организации

питания

24 05 2022

Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Меню Летний лагерь 2 комплекс
2	Информация о возрастной группе детей	от 11 до 18 лет
3	Технологические карты на заявленные в меню блюда с указанием сборника рецептов предназначенных для питания детей	Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск.», «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций (от 1 до 7 лет)», «Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.», «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Уральский региональный центр питания, 2013 г. », «Сборник на основании калькуляционных карт (отработка на производстве)», «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Хлебпроинформ., 2004», «Сборник рецептов (технологических карт) блюд гипоаллергенного питания детей дошкольного возраста г.Пермь, 2003», «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий, 2002, Москва, автор А.В.Румянцева», «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, Пермская государственная медицинская академия. Уральский региональный центр», «Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна -Москва, 2011»,
4	Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах	Использование полуфабрикатов в меню не планируется

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)	574	550	104%	21 %
Калорийность, ккал.	788.6	544	145%	29%
Количество белков (г)	29.7	18	165%	33%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"
ID меню: 26790

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 %)
Количество жиров (г)	24.1	18.4	131%	26%
Количество углеводов (г)	113.4	76.6	148%	30%
Витамин С, мг	1.3	14	9%	2%
Витамин В1, мг	0.4	0.3	143%	29%
Витамин В2, мг	0.5	0.3	156%	31%
Витамин А, мкг рэ	126.8	180	70%	14%
Кальций, мг	445	240	185%	37%
Магний, мг	83	60	138%	28%
Железо, мг	3.9	3.4	115%	23%
Калий, мг	517.2	240	216%	43%
Йод, мкг	73.5	24	306%	61%
Селен, мкг	32.9	10	329%	66%

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)	1048	800	131%	39 %
Калорийность, ккал.	1049.5	816	129%	39%
Количество белков (г)	50.1	27	186%	56%
Количество жиров (г)	41.6	27.6	151%	45%
Количество углеводов (г)	119	114.9	104%	31%
Витамин С, мг	76.9	21	366%	110%
Витамин В1, мг	0.6	0.4	143%	43%
Витамин В2, мг	0.8	0.5	167%	50%
Витамин А, мкг рэ	549.2	270	203%	61%
Кальций, мг	451	360	125%	38%
Магний, мг	159	90	177%	53%
Железо, мг	9.2	5.1	180%	54%
Калий, мг	1688	360	469%	141%
Йод, мкг	76.5	36	213%	64%
Селен, мкг	22.3	15	149%	45%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по Меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по Меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Полдник (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	372	350	106%	14 %
Калорийность, ккал.	581.5	272	214%	21%
Количество белков (г)	22.3	9	248%	25%
Количество жиров (г)	22.1	9.2	240%	24%
Количество углеводов (г)	73.3	38.3	191%	19%
Витамин С, мг	6.1	7	87%	9%
Витамин В1, мг	0.3	0.1	214%	21%
Витамин В2, мг	0.4	0.2	250%	25%
Витамин А, мкг рэ	120.6	90	134%	13%
Кальций, мг	235.4	120	196%	20%
Магний, мг	49.7	30	166%	17%
Железо, мг	3.3	1.7	194%	19%
Калий, мг	568.3	120	474%	47%
Йод, мкг	38.6	12	322%	32%
Селен, мкг	13.6	5	272%	27%

Информация о содержании соли и сахара в 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 %)
Соль (г)	1.2	1.2	104%
Сахар (г)	9.9	11.6	86%

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 %)
Соль (г)	1.4	2.3	59%
Сахар (г)	7.7	11.7	66%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Полдник (в %)
Соль (г)	0.6	0.5	121%
Сахар (г)	5.4	3.5	154%

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. Суммарная масса блюд по приемам пищи (завтрак обед полдник завтрак обед полдник) соответствует регламентированным значениям.
4. Калорийность меню не ниже регламентированных значений по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Полдник - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 15%, 27.5%, и 57.5% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 19.1%, 35.6%, и 45.3% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 15.3%, 34.1%, и 50.4% соответственно.
5. Потребность в витаминах и минеральных веществах соответствует регламентированным показателям:
Витамин С Витамин В1 Витамин В2 Витамин А Кальций Магний Железо Калий Йод Селен .
6. В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.
7. В меню отсутствуют колбасные изделия,бутерброды, консервированные томаты, .
8. В меню присутствуют кондитерские изделия, 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" ФБУН Новосибирским НИИ гигиены Роспотребнадзора. Выдано для "МКУ Дирекция по АХО МСО" 24.05.22.

Меню Летний лагерь 3 комплекс

Возрастная категория: от 11 до 18 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
Неделя 1 Понедельник						
Завтрак						
22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	250	8.5	10.8	30.6	253.3
22гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.4	22.3	133.4
/1	Булочка с сыром	100	12.3	9.1	40.4	292.6
м.	Зефир	30	0.2	0	23.9	97
Итого за Завтрак		580	24.5	23.3	117.2	776.3
Рекомендуемая величина			18	18.4	76.6	544
Процентное соотношение БЖУ			1	0.95	4.78	
Обед						
1салат-2022	Салат овощной со сладким перцем и зеленью	100	1.5	10.1	4.3	114.1
1фрукты-2020	Фруктовая феерия	100	1.7	3.8	15.1	101.7
15с-2020	Рассольник Ленинградский с олениной	250	9	8.2	17	178.3
28м-2020	Жаркое по-домашнему из курицы	280	34.7	9.5	24.6	322.8
	Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
м.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
м.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
Итого за Обед		990	51.8	32.3	116.9	967.4
Рекомендуемая величина			27	27.6	114.9	816
Процентное соотношение БЖУ			1	0.62	2.26	
Полдник						
7	Конвертики, запеченные в сметане	200	26.4	26.2	39.6	499.5
32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
Итого за Полдник		400	26.6	26.3	49.5	541.1
Рекомендуемая величина			9	9.2	38.3	272
Процентное соотношение БЖУ			1	0.99	1.86	
Итого за день		1970	102.9	81.9	283.6	2284.8
Неделя 1 Вторник						
Завтрак						
1о-2022	Омлет натуральный с сыром	250	27.9	40.4	5.2	496.4
23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	3.5	11.1	91.1
	Булочка классическая	100	8.5	3.1	50.5	263.7
Итого за Завтрак		550	40.3	47	66.8	851.2
Рекомендуемая величина			18	18.4	76.6	544
Процентное соотношение БЖУ			1	1.17	1.66	
Обед						
1	Желе "Шоколадно-ягодный рай"	210	11.1	3.2	14.1	129.9
з-2022	Салат из белокочанной капусты с помидорами, огурцами и зеленью	100	2.3	11	3.8	123.7
/2	Солянка домашняя с олениной	250	9.1	9.4	13.6	168
/2	Рис пикантный	180	4.1	3.1	30.9	168

курица-2022	Чахохбили	100	14.7	17.1	5.4	233.9
13хн-2020	Напиток из шиповника	200	0.6	0.2	15.1	65.4
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	1100	46.2	44.5	109.3	1024.6
	Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.96	2.37	
	Полдник					
1)-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	4.6	19.6
1	Кокроки с картофелем	150	10.9	17	62.8	448.2
	Итого за Полдник	350	11.1	17	67.4	467.8
	Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.53	6.07	
	Итого за день	2000	97.6	108.5	243.5	2343.6
	Неделя 1 Среда					
	Завтрак					
25.1к-2020	Каша жидкая молочная рисовая с тыквой	250	6.7	8.1	34.5	238
4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.5	8.6	53.5
/3	Булочка с орехом	100	9.4	8.8	46	300.7
ом.	Пастила	30	0.2	0	24	96.6
	Итого за Завтрак	580	17.9	18.4	113.1	688.8
	Рекомендуемая величина		18	18.4	76.6	544
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.03	6.32	
	Обед					
	Салат из свежих огурцов с зеленью	100	0.8	3.1	2.5	41.2
2)-2фрукты-2022	Фруктовое ассорти "Мечта о лете"	100	1.8	3.8	15.8	104.3
15с-2022	Свекольник с олениной и сметаной	250	8	7.8	17.9	173.7
7мясо-2022	Плов из птицы	280	35.4	40.2	47.2	691.8
23хн-2020	Кисель из смородины	200	0.2	0.1	12.2	50.6
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	990	50.5	55.5	122	1189.6
	Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.1	2.42	
	Полдник					
ом.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
ом.	Печенье	170	12.8	16.7	126.5	706.9
	Итого за Полдник	370	18.6	21.7	134.9	808.7
	Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.17	7.25	
	Итого за день	1940	87	95.6	370	2687.1
	Неделя 1 Четверг					
	Завтрак					
9к-2020	Каша вязкая молочная овсяная	250	10.7	16	42.7	357.1
21гн-2020	Какао с молоком	200	4.7	4.3	12.4	107.2
/4	Булочка с творогом	100	11.8	3.7	41.1	244.7
	Итого за Завтрак	550	27.2	24	96.2	709.0
	Рекомендуемая величина		18	18.4	76.6	544

ГРУППА ОРГАНИЗАЦИИ

	Процентное соотношение БЖУ		1	0.88	3.54	
	Обед					
	Салат из свежих помидор и перцев с зеленью	100	1.1	6.8	4.3	83.2
/1	Желе "Полет фантазий"	210	11	3.2	11.2	117.8
15с-2020	Рассольник Ленинградский с олениной	250	9	8.2	17	178.3
28м-2020	Жаркое по-домашнему из курицы	280	34.7	9.5	24.6	322.8
32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	1100	60.3	28.3	93.4	871.7
	Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.47	1.55	
	Полдник					
	Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
2	Хачапури слоеные	150	18	31.6	49.6	555.2
	Итого за Полдник	350	18.6	31.8	79.1	677.7
	Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.71	4.25	
	Итого за день	2000	106.1	84.1	268.7	2258.4
	Неделя 1 Пятница					
	Завтрак					
2о-2020	Омлет с зеленым горошком	250	16.1	19.1	7.8	267.5
23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	3.5	11.1	91.1
	Булочка классическая	100	8.5	3.1	50.5	263.7
ом.	Зефир	30	0.2	0	23.9	97
	Итого за Завтрак	580	28.7	25.7	93.3	719.3
	Рекомендуемая величина		18	18.4	76.6	544
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.9	3.25	
	Обед					
3фрукты-2022	Нарезка из фруктов "Маленькая фруктовая радость"	100	1.9	3.8	16.1	105.6
2з-2020	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
/2	Солянка домашняя с олениной	250	9.1	9.4	13.6	175.6
2	Пельмени	280	21.7	32.8	28.7	496.8
20хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0.4	0.1	14.3	59.8
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	990	38.2	46.7	101.6	979.9
	Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.22	2.66	
	Полдник					
34гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	7.5	31.7
	Шанежка с картофелем	150	17.1	17	88.3	574.5
	Итого за Полдник	350	17.3	17.1	95.8	606.2
	Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.99	5.54	

группы по организации
ПИТАНИЯ

	Итого за день	1920	84.2	89.5	290.7	2305.4
	Неделя 2 Понедельник					
	Завтрак					
	Запеканка яичная "Воздушное облако"	250	25.6	29.6	14.4	426.7
гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.5	8.6	53.5
/2	Булочка с кунжутом	100	9	4	50.7	274.9
ом.	Пастила	30	0.2	0	24	96.6
	Итого за Завтрак	580	36.4	35.1	97.7	851.7
	Рекомендуемая величина		18	18.4	76.6	544
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.96	2.68	
	Обед					
	Салат "Весна"	100	3.4	7.4	2.1	88.8
	Желе "Шоколад и фрукты"	210	11.1	3.2	12.3	122.1
1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	17.3	71.2
	Щи из свежей капусты с картофелем и олеиной	250	8.8	9.8	13.8	178.8
г-2022	Картофель запеченный	180	3.5	8.5	26.4	195.9
к	Куриные шашлычки	100	27.3	2.5	0.6	134.5
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	1100	58.9	31.9	98.9	919.3
	Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.54	1.68	
	Полдник					
7	Конвертики, запеченные в сметане	200	26.4	26.2	39.6	499.5
ом.	Йогурт 2.5%	200	6.8	5	11	116.2
	Итого за Полдник	400	33.2	31.2	50.6	615.7
	Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.94	1.52	
	Итого за день	2080	128.5	98.2	247.2	2386.7
	Неделя 2 Вторник					
	Завтрак					
27к-2020	Каша жидкая молочная манная	250	6.7	8.5	31.5	229.4
22гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.4	22.3	133.4
/4	Булочка с творогом	100	11.8	3.7	41.1	244.7
	Итого за Завтрак	550	22	15.6	94.9	607.5
	Рекомендуемая величина		18	18.4	76.6	544
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.71	4.31	
	Обед					
з-2022	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1.7	10.1	5.8	120.6
1фрукты-2020	Фруктовая феерия	100	1.7	3.8	15.1	101.7
1 суп-2022	Борщ "Белорусский" с фасолью	250	9.3	9.6	19.7	202.9
2	Пельмени	280	21.7	32.8	28.7	496.8
1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	990	39.2	56.8	115.5	1131

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ
ИТАЛИЯ

	Рекомендуемая величина	27	27.6	114.9	816	
	Процентное соотношение БЖУ	1	1.45	2.95		
	Полдник					
2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
Е2	Кокроки с капустой	150	12	23.2	55.9	480.5
	Итого за Полдник	350	12.2	23.2	62.3	507.3
	Рекомендуемая величина	9	9.2	38.3	272	
	Процентное соотношение БЖУ	1	1.9	5.11		
	Итого за день	1890	73.4	95.6	272.7	2245.8
	Неделя 2 Среда					
	Завтрак					
1т-2020	Запеканка из творога	250	49.4	18.9	36	512
23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	3.5	11.1	91.1
/3	Булочка с орехом	100	9.4	8.8	46	300.7
ом.	Зефир	30	0.2	0	23.9	97
ом.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
	Итого за Завтрак	610	65.1	33.8	133.7	1099
	Рекомендуемая величина	18	18.4	76.6	544	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.52	2.05		
	Обед					
6з-2020	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	2.3	11	3.6	122.5
-/1	Желе "Шоколадно-ягодный рай"	210	11.1	3.2	14.1	129.9
5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными из оленины	250	12.1	9.3	21.9	219.8
11г-2020	Картофельное пюре	180	3.7	7.3	23.7	175
6курица-2022	Чахохбили	100	14.7	17.1	5.4	233.9
20хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0.4	0.1	14.3	59.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
	Итого за Обед	1100	48.6	48.5	109.4	1068.9
	Рекомендуемая величина	27	27.6	114.9	816	
	Процентное соотношение БЖУ	1	1	2.25		
	Полдник					
1)-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	4.8	20.6
	Шанежка с картофелем	150	17.1	17	88.3	574.5
	Итого за Полдник	350	17.3	17.1	93.1	595.1
	Рекомендуемая величина	9	9.2	38.3	272	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.99	5.38		
	Итого за день	2060	131	99.4	336.2	2763
	Неделя 2 Четверг					
	Завтрак					
5.1к-2020	Каша жидкая молочная рисовая	250	6.6	8.1	35.7	242.1
4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.5	8.6	53.5
/1	Булочка с сыром	100	12.3	9.1	40.4	292.6
	Итого за Завтрак	550	20.5	18.7	84.7	588.2
	Рекомендуемая величина	18	18.4	76.6	544	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.91	4.13		
	Обед					

группа по организации
ПИТАНИЯ

з-2020	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
-2Фрукты-2022	Фруктовое ассорти "Мечта о лете"	100	1.8	3.8	15.8	104.3
	Щи из свежей капусты с картофелем и говядиной	250	8.9	12	16.6	210.3
1г-2020	Макароны отварные	180	6.4	6.6	39.3	242.4
м-2020	Гуляш из оленины	100	17.8	10.9	4	185.1
	Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	Итого за Обед	990	40.9	34.2	135.4	1014
	Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.84	3.31	
	Полдник					
1творог-2022	Сырники из творога со сметаной и джемом	200	39.5	16	32.6	432
32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
	Итого за Полдник	400	39.7	16.1	42.5	473.6
	Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.41	1.07	
	Итого за день	1940	101.1	69	262.6	2075.8
	Неделя 2 Пятница					
	Завтрак					
25.1к-2020	Каша жидкая молочная рисовая с тыквой	250	6.7	8.1	34.5	238
22гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.4	22.3	133.4
/2	Булочка с кунжутом	100	9	4	50.7	274.9
ом.	Пастила	30	0.2	0	24	96.6
	Итого за Завтрак	580	19.4	15.5	131.5	742.9
	Рекомендуемая величина		18	18.4	76.6	544
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.8	6.78	
	Обед					
зз-2020	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
/1	Желе "Полет фантазий"	210	11	3.2	11.2	117.8
2с-2020	Борщ с капустой, картофелем и олениной со сметаной	250	5.8	8.2	10.9	140.7
/2	Рис пикантный	180	4.1	3.1	30.9	168.1
1м-2020	Бефстроганов из отварной оленины	100	17.6	12.2	2.4	189.8
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
	Итого за Обед	1100	44.9	27.6	105.8	852.4
	Рекомендуемая величина		27	27.6	114.9	816
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.61	2.36	
	Полдник					
1)-34гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	2.9	13.5
	Пицца школьная	200	27.5	18.6	54	493.8
	Итого за Полдник	400	27.7	18.7	56.9	507.3
	Рекомендуемая величина		9	9.2	38.3	272

ГРУППА ОРГАНИЗАЦИИ

	Процентное соотношение БЖУ	1	0.68	2.05	
	Итого за день	2080	92	61.8	2102.6

Итого за период	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Средние показатели за Завтрак	571	30.2	25.71	102.91	763.39
Средние показатели за Обед	1045	47.95	40.63	110.82	1001.88
Средние показатели за Полдник	372	22.23	22.02	73.21	580.05

Показатели	Среднее значение за период
Витамин С(мг)	24.41
Витамин В1(мг)	0.28
Витамин В2(мг)	0.25
Витамин А(мкг рет.экв)	284.2
Кальций(мг)	367.43
Магний(мг)	191.07
Железо(мг)	81.51
Цинк(мг)	4.2
Селен(мг)	595.43
Йод(мкг)	53.93
Кобальт(мкг)	29.99

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ

ПИТАНИЯ

24 05 2022

Гигиеническая оценка меню:

№ детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню
2	Информация о возрастной группе детей от 11 до 18 лет
3	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 / Новосибирск, 2022 г.», «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций (от 1 до 7 лет)», «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Хлебпринформ., 2004», «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий, 2002, Москва, автор А.В. Румянцева», «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений. Уральский региональный центр питания, 2013 г.», «Сборник на основании калькуляционных карт (отработка на производстве)», «Сборник рецептов (технологических карт) блюд гипоаллергенного питания детей дошкольного возраста г. Пермь, 2003», «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск.», «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, Пермская государственная медицинская академия. Уральский региональный центр», «Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна -Москва, 2011»,
4	Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах Планируется использование полуфабрикатов.

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 %)	еутки (в %)
Масса(г)	571	550	104%	21 %
Калорийность, ккал.	763.4	544	140%	28%
Количество белков (г)	30.2	18	168%	34%
Количество жиров (г)	25.7	18.4	140%	28%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"
ID меню: 26791

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 %)
Количество углеводов (г)	102.9	76.6	134%	27%
Витамин С, мг	2.1	14	15%	3%
Витамин В1, мг	0.4	0.3	143%	29%
Витамин В2, мг	0.6	0.3	188%	38%
Витамин А, мкг рэ	180.4	180	100%	20%
Кальций, мг	459.4	240	191%	38%
Магний, мг	85.6	60	143%	29%
Железо, мг	4	3.4	118%	24%
Калий, мг	561	240	234%	47%
Йод, мкг	80	24	333%	67%
Селен, мкг	32.5	10	325%	65%

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)	1045	800	131%	39 %
Калорийность, ккал.	1001.8	816	123%	37%
Количество белков (г)	48.1	27	178%	53%
Количество жиров (г)	40.8	27.6	148%	44%
Количество углеводов (г)	110.8	114.9	96%	29%
Витамин С, мг	87.2	21	415%	125%
Витамин В1, мг	0.6	0.4	143%	43%
Витамин В2, мг	0.7	0.5	146%	44%
Витамин А, мкг рэ	446.1	270	165%	50%
Кальций, мг	390	360	108%	33%
Магний, мг	171.2	90	190%	57%
Железо, мг	8.6	5.1	169%	51%
Калий, мг	1818.4	360	505%	152%
Йод, мкг	70.5	36	196%	59%
Селен, мкг	22.5	15	150%	45%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Полдник (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	372	350	106%	14 %

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"
ID меню: 26791

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Полдник (в %)	сутки (в %)
Калорийность, ккал.	581.5	272	214%	21%
Количество белков (г)	22.3	9	248%	25%
Количество жиров (г)	22.1	9.2	240%	24%
Количество углеводов (г)	73.3	38.3	191%	19%
Витамин С, мг	6.1	7	87%	9%
Витамин В1, мг	0.3	0.1	214%	21%
Витамин В2, мг	0.4	0.2	250%	25%
Витамин А, мкг рэ	120.6	90	134%	13%
Кальций, мг	235.4	120	196%	20%
Магний, мг	49.7	30	166%	17%
Железо, мг	3.3	1.7	194%	19%
Калий, мг	568.3	120	474%	47%
Йод, мкг	38.6	12	322%	32%
Селен, мкг	13.6	5	272%	27%

Информация о содержании соли и сахара в 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 %)
Соль (г)	1.3	1.2	104%
Сахар (г)	9.8	11.6	84%

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 %)
Соль (г)	1.2	2.3	52%
Сахар (г)	8.2	11.7	70%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Полдник (в %)
Соль (г)	0.6	0.5	121%
Сахар (г)	5.4	3.5	154%

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. Суммарная масса блюд по приемам пищи (завтрак обед полдник завтрак обед полдник) соответствует регламентированным значениям.
4. Калорийность меню не ниже регламентированных значений по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Полдник - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 15.8%, 30.3%, и 53.9% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 19.2%, 36.6%, и 44.2% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 15.3%, 34.1%, и 50.4% соответственно.
5. Потребность в витаминах и минеральных веществах соответствует регламентированным показателям:
Витамин С Витамин В1 Витамин В2 Витамин А Кальций Магний Железо Калий Йод Селен .
6. В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.
7. В меню отсутствуют колбасные изделия,бутерброды, консервированные томаты, .
8. В меню присутствуют кондитерские изделия, 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" ФБУН Новосибирским НИИ гигиены Роспотребнадзора. Выдано для "МКУ Дирекция по АХО МСО" 24.05.22.

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ

ПИТАНИЯ

24 05 2022