

# Меню Летний лагерь 1 комплекс\*

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
<b>Неделя 1 Понедельник</b>						
<b>Завтрак</b>						
23к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	200	6.9	6.9	32	217.3
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
ом.	Зефир	30	0.2	0	23.9	97
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>22.9</b>	<b>19.4</b>	<b>118.6</b>	<b>740.3</b>
Рекомендуемая величина			15.4	15.8	67	470
Процентное соотношение БЖУ			1	0.85	5.18	
<b>Обед</b>						
-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	250	19.4	29.3	25.6	443.6
	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>960</b>	<b>38.7</b>	<b>50.8</b>	<b>118.4</b>	<b>1087.5</b>
Рекомендуемая величина			23.1	23.7	100.5	705
Процентное соотношение БЖУ			1	1.31	3.06	
<b>Полдник</b>						
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>400</b>	<b>26.6</b>	<b>26.3</b>	<b>49.5</b>	<b>541.1</b>
Рекомендуемая величина			7.7	7.9	33.5	235
Процентное соотношение БЖУ			1	0.99	1.86	
<b>Итого за день</b>		<b>1890</b>	<b>88.2</b>	<b>96.5</b>	<b>286.5</b>	<b>2368.9</b>
<b>Неделя 1 Вторник</b>						
<b>Завтрак</b>						
4т-2020	Пудинг из творога с яблоками	200	30.5	15.5	19.2	338.2
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>45.1</b>	<b>24.7</b>	<b>97.5</b>	<b>791.2</b>
Рекомендуемая величина			15.4	15.8	67	470
Процентное соотношение БЖУ			1	0.55	2.16	
<b>Обед</b>						
4/1	Желе "Шоколадно-ягодный рай"	210	11.1	3.2	14.1	129.9
	Салат из свежих помидор и перцев с зеленью	100	1.1	6.8	4.3	83.2
2	Щи из свежей капусты с картофелем и говядиной	250	8.9	12	32.8	210.3
-1г-2020	Макаронь отварные	150	5.3	5.5	32.8	202

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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>49.1</b>	<b>39.1</b>	<b>113.3</b>	<b>1003.9</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.8	2.31	
	<b>Полдник</b>					
2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
31	Кокроки с картофелем	100	7.3	11.4	41.9	298.8
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>7.5</b>	<b>11.4</b>	<b>48.3</b>	<b>325.6</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.52	6.44	
	<b>Итого за день</b>	<b>1900</b>	<b>101.7</b>	<b>75.2</b>	<b>259.1</b>	<b>2120.7</b>
	<b>Неделя 1 Среда</b>					
	<b>Завтрак</b>					
3г-2020	Макароны отварные с сыром	200	10.5	9.6	38.2	280.9
4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.5	8.6	53.5
3/3	Булочка с орехом	100	9.4	8.8	46	300.7
ом.	Пастила	30	0.2	0	24	96.6
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>21.7</b>	<b>19.9</b>	<b>116.8</b>	<b>731.7</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.92	5.38	
	<b>Обед</b>					
5-2фрукты-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	150	3.1	8.4	22.1	175.9
	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 пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	<b>Итого за Обед</b>	<b>990</b>	<b>45.1</b>	<b>37.9</b>	<b>132.1</b>	<b>1049.4</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.84	2.93	
	<b>Полдник</b>					
ом.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
ом.	Печенье	170	12.8	16.7	126.5	706.9
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>370</b>	<b>18.6</b>	<b>21.7</b>	<b>134.9</b>	<b>808.7</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.17	7.25	
	<b>Итого за день</b>	<b>1890</b>	<b>85.4</b>	<b>79.5</b>	<b>383.8</b>	<b>2589.8</b>
	<b>Неделя 1 Четверг</b>					
	<b>Завтрак</b>					
1к-2020	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5.9	6.9	32.9	216.8
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

	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>22.4</b>	<b>14.9</b>	<b>86.4</b>	<b>568.7</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.67	3.86	
	<b>Обед</b>					
	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
/1	Желе "Полет фантазий"	210	11	3.2	11.2	117.8
4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.2	6.9	35.9	238.9
9мясо-2022	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски	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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1100</b>	<b>51.2</b>	<b>46.7</b>	<b>106.3</b>	<b>1051.2</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.91	2.08	
	<b>Полдник</b>					
	Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
52	Хачапури слоеные	100	12	21.1	33.1	370.1
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>12.6</b>	<b>21.3</b>	<b>62.6</b>	<b>492.6</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.69	4.97	
	<b>Итого за день</b>	<b>1900</b>	<b>86.2</b>	<b>82.9</b>	<b>255.3</b>	<b>2112.5</b>
	<b>Неделя 1 Пятница</b>					
	<b>Завтрак</b>					
1о-2022	Омлет натуральный с сыром	200	22.3	32.3	4.2	397.1
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>34.9</b>	<b>38.9</b>	<b>89.7</b>	<b>848.9</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.11	2.57	
	<b>Обед</b>					
	Салат из свеклы, с черносливом, орехами и чесноком	100	4.1	15.9	13	211.9
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	150	3.1	6.1	19.8	145.8
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>990</b>	<b>54.1</b>	<b>40.5</b>	<b>114.9</b>	<b>1041.1</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705

	Процентное соотношение БЖУ		1	0.75	2.12	
	<b>Полдник</b>					
34гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	7.5	31.7
	Шанежка с картофелем	100	11.4	11.3	58.9	383
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>11.6</b>	<b>11.4</b>	<b>66.4</b>	<b>414.7</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.98	5.72	
	<b>Итого за день</b>	<b>1820</b>	<b>100.6</b>	<b>90.8</b>	<b>271</b>	<b>2304.7</b>
	<b>Неделя 2 Понедельник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
4т-2020	Пудинг из творога с яблоками	200	30.5	15.5	20.4	343.1
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
ом.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>560</b>	<b>43.5</b>	<b>23.6</b>	<b>120.4</b>	<b>866.3</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.54	2.77	
	<b>Обед</b>					
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
3	Желе "Шоколад и фрукты"	210	11.1	3.2	12.3	122.1
15с-2022	Свекольник с олениной и сметаной	250	8	7.8	17.9	173.7
92	Пельмени	250	19.4	29.3	25.6	443.6
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>44.1</b>	<b>43.9</b>	<b>102</b>	<b>979.8</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	1	2.31	
	<b>Полдник</b>					
07	Конвертики, запеченные в сметане	200	26.4	26.2	39.6	499.5
оом.	Йогурт 2.5%	200	6.8	5	11	116.2
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>33.2</b>	<b>31.2</b>	<b>50.6</b>	<b>615.7</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.94	1.52	
	<b>Итого за день</b>	<b>2030</b>	<b>120.8</b>	<b>98.7</b>	<b>273</b>	<b>2461.8</b>
	<b>Неделя 2 Вторник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
-22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6.8	8.6	24.5	202.6
-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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>22.1</b>	<b>15.7</b>	<b>87.9</b>	<b>580.7</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.71	3.98	
	<b>Обед</b>					
-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	250	19.2	26.6	17.7	386.6
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>46.4</b>	<b>49.3</b>	<b>95.5</b>	<b>1011.5</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.06	2.06	
	<b>Полдник</b>					
2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
2	Кокроки с капустой	100	8	15.5	37.3	320.3
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>8.2</b>	<b>15.5</b>	<b>43.7</b>	<b>347.1</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.89	5.33	
	<b>Итого за день</b>	<b>1760</b>	<b>76.7</b>	<b>80.5</b>	<b>227.1</b>	<b>1939.3</b>
	<b>Неделя 2 Среда</b>					
	<b>Завтрак</b>					
	Запеканка из творога с рисом	200	28.8	18.6	32.7	413.4
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>560</b>	<b>44.5</b>	<b>33.5</b>	<b>130.4</b>	<b>1000.4</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.75	2.93	
	<b>Обед</b>					
	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
022	Суп Волна с олениной и зеленью	250	10.8	9.1	15	185
7мясо-2022	Плов из птицы	250	31.6	35.9	42.1	617.7
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>59.3</b>	<b>55.6</b>	<b>116.2</b>	<b>1203.6</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.94	1.96	
	<b>Полдник</b>					
1)-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	4.8	20.6
	Шанежка с картофелем	100	11.4	11.3	58.9	383
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>11.6</b>	<b>11.4</b>	<b>63.7</b>	<b>403.6</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.98	5.49	
	<b>Итого за день</b>	<b>1930</b>	<b>115.4</b>	<b>100.5</b>	<b>310.3</b>	<b>2607.6</b>
	<b>Неделя 2 Четверг</b>					
	<b>Завтрак</b>					
16к-2020	Каша "Дружба"	200	5	7	23.9	178
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>18.9</b>	<b>17.6</b>	<b>72.9</b>	<b>324.1</b>

	Рекомендуемая величина	15.4	15.8	67	470	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.93	3.86		
	<b>Обед</b>					
	Салат из свеклы, с черносливом, орехами и чесноком	100	4.1	15.9	13	211.9
Фрукты-2022	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
1гарнир-2022	Картофель отварной с луком	150	3.1	8.4	22.1	175.9
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>36.7</b>	<b>46.5</b>	<b>136.1</b>	<b>1110.8</b>
	Рекомендуемая величина	23.1	23.7	100.5	705	
	Процентное соотношение БЖУ	1	1.27	3.71		
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>39.7</b>	<b>16.1</b>	<b>42.5</b>	<b>473.6</b>
	Рекомендуемая величина	7.7	7.9	33.5	235	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.41	1.07		
	<b>Итого за день</b>	<b>1860</b>	<b>95.3</b>	<b>80.2</b>	<b>251.5</b>	<b>2108.5</b>
	<b>Неделя 2 Пятница</b>					
	<b>Завтрак</b>					
7т-2020 - для детей с глиакией	Творожно-пшеничная запеканка	200	15	7.4	17.7	197.3
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>560</b>	<b>29.9</b>	<b>17.4</b>	<b>131.4</b>	<b>800.4</b>
	Рекомендуемая величина	15.4	15.8	67	470	
	Процентное соотношение БЖУ	1	0.58	4.39		
	<b>Обед</b>					
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	150	3.1	6.1	19.8	145.8
-2022	Биточки из куриного филе	100	21.7	7.6	16.4	221.1
3соус-2020	Соус красный основной	30	1	0.8	2.6	21.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1100</b>	<b>52.9</b>	<b>37.9</b>	<b>116</b>	<b>1017.3</b>
	Рекомендуемая величина	23.1	23.7	100.5	705	

	Процентное соотношение БЖУ	1	0.72	2.19	
	<b>Полдник</b>				
1)-34гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	13.5
	Пицца школьная	100	13.7	9.3	246.9
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>13.9</b>	<b>9.4</b>	<b>29.9</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.68	2.15
	<b>Итого за день</b>	<b>1960</b>	<b>96.7</b>	<b>64.7</b>	<b>277.3</b>

Итого за период	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Средние показатели за Завтрак	530	30.59	22.56	105.2	745.27
Средние показатели за Обед	1027	47.76	44.82	115.08	1055.61
Средние показатели за Полдник	337	18.35	17.57	59.21	468.31

Показатели	Среднее значение за период
Витамин С(мг)	24.87
Витамин В1(мг)	0.34
Витамин В2(мг)	0.28
Витамин А(мкг рет.экв)	253.78
Кальций(мг)	381.87
Фосфор(мг)	172.31
Магний(мг)	88.56
Железо(мг)	4.89
Калий(мг)	751.73
Витамин Д(мкг)	57.36
Витамин Е(мкг)	30.23

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ  
ПИТАНИЯ

24 05 2022

## Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Меню Летний лагерь 1 комплекс*
2	Информация о возрастной группе детей	от 7 до 11 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 «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, Хлебпроинформ., 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 гипоаллергенного 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)	530	500	106%	24 %
Калорийность, ккал.	745.3	470	159%	32%
Количество белков (г)	30.6	15.4	199%	40%
Количество жиров (г)	22.6	15.8	143%	29%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"  
ID меню: 28464



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)	105.2	67	157%	31%
Витамин С, мг	1.3	12	11%	2%
Витамин В1, мг	0.3	0.2	125%	25%
Витамин В2, мг	0.5	0.3	179%	36%
Витамин А, мкг рэ	119	140	85%	17%
Кальций, мг	449.1	220	204%	41%
Магний, мг	77.8	50	156%	31%
Железо, мг	3.7	2.4	154%	31%
Калий, мг	495.2	220	225%	45%
Йод, мкг	61.5	20	308%	62%
Селен, мкг	31.3	6	522%	104%

### 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)	1027	700	147%	47 %
Калорийность, ккал.	1055.5	705	150%	45%
Количество белков (г)	47.9	23.1	207%	62%
Количество жиров (г)	44.9	23.7	189%	57%
Количество углеводов (г)	115.1	100.5	115%	34%
Витамин С, мг	82.3	18	457%	137%
Витамин В1, мг	0.6	0.4	167%	50%
Витамин В2, мг	0.7	0.4	167%	50%
Витамин А, мкг рэ	435.5	210	207%	62%
Кальций, мг	397.9	330	121%	36%
Магний, мг	173.3	75	231%	69%
Железо, мг	9.2	3.6	256%	77%
Калий, мг	1802.3	330	546%	164%
Йод, мкг	70.8	30	236%	71%
Селен, мкг	20.1	9	223%	67%

### 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)	337	300	112%	15 %

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"  
ID меню: 28464

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.	469.3	235	200%	20%
Количество белков (г)	18.4	7.7	239%	24%
Количество жиров (г)	17.6	7.9	223%	22%
Количество углеводов (г)	59.3	33.5	177%	18%
Витамин С, мг	4.4	6	73%	7%
Витамин В1, мг	0.3	0.1	250%	25%
Витамин В2, мг	0.3	0.1	214%	21%
Витамин А, мкг рэ	89.6	70	128%	13%
Кальций, мг	205.7	110	187%	19%
Магний, мг	41.3	25	165%	17%
Железо, мг	2.8	1.2	233%	23%
Калий, мг	452.9	110	412%	41%
Йод, мкг	30	10	300%	30%
Селен, мкг	11.2	3	373%	37%

### 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	1	99%
Сахар (г)	9.2	10	92%

#### 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	1.5	78%
Сахар (г)	8.6	10	86%

#### 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)	0.4	0.3	149%
Сахар (г)	5.3	3	176%

## 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 16.4%, 27.2%, и 56.5% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 18.2%, 38.3%, и 43.6% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 15.6%, 33.8%, и 50.5% 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" 23.05.22.

## Меню Летний лагерь 2 комплекс\*

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
<b>Неделя 1 Понедельник</b>						
<b>Завтрак</b>						
16к-2020	Каша "Дружба"	200	5	7	23.9	178
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>21</b>	<b>19.5</b>	<b>110.5</b>	<b>701</b>
Рекомендуемая величина			15.4	15.8	67	470
Процентное соотношение БЖУ			1	0.93	5.26	
<b>Обед</b>						
1фрукты-2020	Фруктовая феерия	100	1.7	3.8	15.1	101.7
5з-2020	Салат из свежих помидор и огурцов с зеленью	100	1	5.2	3.8	65.7
7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей	250	7.3	6.9	19	167.7
11м-2020	Плов из отварной оленины	250	21.7	14.7	48.2	412.4
	Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
<b>Итого за Обед</b>		<b>960</b>	<b>36.6</b>	<b>31.3</b>	<b>142</b>	<b>998</b>
Рекомендуемая величина			23.1	23.7	100.5	705
Процентное соотношение БЖУ			1	0.86	3.88	
<b>Полдник</b>						
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>400</b>	<b>26.6</b>	<b>26.3</b>	<b>49.5</b>	<b>541.1</b>
Рекомендуемая величина			7.7	7.9	33.5	235
Процентное соотношение БЖУ			1	0.99	1.86	
<b>Итого за день</b>		<b>1890</b>	<b>84.2</b>	<b>77.1</b>	<b>302</b>	<b>2240.1</b>
<b>Неделя 1 Вторник</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Запеканка из творога с рисом	200	28.8	18.6	32.7	413.4
-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.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>43.4</b>	<b>27.8</b>	<b>111</b>	<b>866.4</b>
Рекомендуемая величина			15.4	15.8	67	470
Процентное соотношение БЖУ			1	0.64	2.56	
<b>Обед</b>						
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

мясо-2022	Голубцы в сметанном соусе	250	18.8	32	17.4	433
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>49.5</b>	<b>49.9</b>	<b>94.8</b>	<b>1028.8</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.01	1.92	
	<b>Полдник</b>					
1)-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	4.6	19.6
1	Кокроки с картофелем	100	7.3	11.4	41.9	298.8
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>7.5</b>	<b>11.4</b>	<b>46.5</b>	<b>318.4</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.52	6.2	
	<b>Итого за день</b>	<b>1900</b>	<b>100.4</b>	<b>89.1</b>	<b>252.3</b>	<b>2213.6</b>
	<b>Неделя 1 Среда</b>					
	<b>Завтрак</b>					
24к-2020	Каша жидкая молочная пшенная	200	8.3	11.6	37.5	288
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>19.5</b>	<b>21.9</b>	<b>116.1</b>	<b>738.8</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.12	5.95	
	<b>Обед</b>					
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	150	8.2	6.9	35.9	238.9
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>44.2</b>	<b>31.5</b>	<b>113.1</b>	<b>913.3</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.71	2.56	
	<b>Полдник</b>					
ом.	Печенье	170	12.8	16.7	126.5	706.9
ом.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>370</b>	<b>18.6</b>	<b>21.7</b>	<b>134.9</b>	<b>808.7</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.17	7.25	
	<b>Итого за день</b>	<b>1860</b>	<b>82.3</b>	<b>75.1</b>	<b>364.1</b>	<b>2460.8</b>
	<b>Неделя 1 Четверг</b>					
	<b>Завтрак</b>					
13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8.1	10.8	38.5	283.4
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>24.6</b>	<b>18.8</b>	<b>92</b>	<b>635.3</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

		Процентное соотношение БЖУ		1	0.76	3.74	
		<b>Обед</b>					
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	
/1	Желе "Полет фантазий"	210	11	3.2	11.2	117.8	
2гарнир-2022	Овощное рагу с баклажанами с мясом	250	16.8	20.2	24	345.3	
32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6	
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2	
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	
		<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>42.2</b>	<b>33.5</b>	<b>87.6</b>	<b>822.4</b>
		Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
		Процентное соотношение БЖУ		1	0.79	2.08	
		<b>Полдник</b>					
		Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
Е2	Хачапури слоеные	100	12	21.1	33.1	370.1	
		<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>12.6</b>	<b>21.3</b>	<b>62.6</b>	<b>492.6</b>
		Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
		Процентное соотношение БЖУ		1	1.69	4.97	
		<b>Итого за день</b>	<b>1870</b>	<b>79.4</b>	<b>73.6</b>	<b>242.2</b>	<b>1950.3</b>
		<b>Неделя 1 Пятница</b>					
		<b>Завтрак</b>					
1о-2020	Омлет натуральный	200	16.9	25.8	4.2	316.5	
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	
		<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>29.5</b>	<b>32.4</b>	<b>89.7</b>	<b>768.3</b>
		Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
		Процентное соотношение БЖУ		1	1.1	3.04	
		<b>Обед</b>					
8з-2022	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1.7	10.1	5.8	120.6	
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	
/2	Рис пикантный	150	3.4	2.6	25.8	140.1	
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	
		<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>47.9</b>	<b>43.1</b>	<b>119.8</b>	<b>1058</b>
		Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
		Процентное соотношение БЖУ		1	0.9	2.5	
		<b>Полдник</b>					
34гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	7.5	31.7	
		Шанежка с картофелем	100	11.4	11.3	58.9	383
		<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>11.6</b>	<b>11.4</b>	<b>66.4</b>	<b>414.7</b>
		Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

	Процентное соотношение БЖУ	1	0.98	5.72		
	<b>Итого за день</b>	<b>1790</b>	<b>89</b>	<b>86.9</b>	<b>275.9</b>	<b>2241</b>
	<b>Неделя 2 Понедельник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
1к-2020	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5.9	6.9	32.9	216.8
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>16.7</b>	<b>12.4</b>	<b>116.2</b>	<b>641.8</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.74	6.96	
	<b>Обед</b>					
1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	17.3	71.2
3з-2020	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
	Желе "Шоколад и фрукты"	210	11.1	3.2	12.3	122.1
	Суп гороховый с мясом, с гречками	250	14.9	6.7	40.9	283.5
мясо-2022	Голубцы в сметанном соусе	250	18.8	32	17.4	433
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>50.7</b>	<b>42.6</b>	<b>118.1</b>	<b>1059.2</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.84	2.33	
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>33.2</b>	<b>31.2</b>	<b>50.6</b>	<b>615.7</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.94	1.52	
	<b>Итого за день</b>	<b>2000</b>	<b>100.6</b>	<b>86.2</b>	<b>284.9</b>	<b>2316.7</b>
	<b>Неделя 2 Вторник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
-25.1к-2020	Каша жидкая молочная рисовая	200	5.3	6.5	28.5	193.7
-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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>20.6</b>	<b>13.6</b>	<b>91.9</b>	<b>571.8</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.66	4.46	
	<b>Обед</b>					
6-1фрукты-2020	Фруктовая феерия	100	1.7	3.8	15.1	101.7
-5з-2020	Салат из свежих помидор и огурцов с зеленью	100	1	5.2	3.8	65.7
-6с-2022	Суп картофельный с клецками и курицей	250	13.9	10.9	19.3	231.3
-1г-2020	Макаронные отварные	150	5.3	5.5	32.8	202
-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
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>44.3</b>	<b>38.1</b>	<b>119.6</b>	<b>999.5</b>

	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.86	2.7	
	<b>Полдник</b>					
2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
2	Кокроки с капустой	100	8	15.5	37.3	320.3
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>8.2</b>	<b>15.5</b>	<b>43.7</b>	<b>347.1</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.89	5.33	
	<b>Итого за день</b>	<b>1760</b>	<b>73.1</b>	<b>67.2</b>	<b>255.2</b>	<b>1918.4</b>
	<b>Неделя 2 Среда</b>					
	<b>Завтрак</b>					
4г-2020	Пудинг из творога с яблоками	200	30.5	15.5	20.4	343.1
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>560</b>	<b>46.2</b>	<b>30.4</b>	<b>118.1</b>	<b>930.1</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.66	2.56	
	<b>Обед</b>					
/1	Желе "Шоколадно-ягодный рай"	210	11.1	3.2	14.1	129.9
2з-2020	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
суп-2022	Суп сырный с курицей	250	21.4	18.6	21.1	337.2
-2г-2020	Макаронны отварные с овощами	150	4.7	7	26.5	187.6
-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 пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1100</b>	<b>60.8</b>	<b>48.7</b>	<b>116.1</b>	<b>1146.6</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.8	1.91	
	<b>Полдник</b>					
(1)-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	4.8	20.6
9	Шанежка с картофелем	100	11.4	11.3	58.9	383
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>11.6</b>	<b>11.4</b>	<b>63.7</b>	<b>403.6</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.98	5.49	
	<b>Итого за день</b>	<b>1960</b>	<b>118.6</b>	<b>90.5</b>	<b>297.9</b>	<b>2480.3</b>
	<b>Неделя 2 Четверг</b>					
	<b>Завтрак</b>					
-23к-2020	Каша жидкая молочная пшеничная	200	6.9	6.9	32	217.3
-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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>20.8</b>	<b>17.5</b>	<b>81</b>	<b>563.4</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.84	3.89	
	<b>Обед</b>					

группа по организации

ПИТАНИЯ



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
	Уха по-королевски с фрикадельками	250	15.9	6.6	21.7	209.8
/2	Рис пикантный	150	3.4	2.6	25.8	140.1
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 ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>42.3</b>	<b>31.2</b>	<b>133.8</b>	<b>985.5</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.74	3.16	
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>39.7</b>	<b>16.1</b>	<b>42.5</b>	<b>473.6</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.41	1.07	
	<b>Итого за день</b>	<b>1860</b>	<b>102.8</b>	<b>64.8</b>	<b>257.3</b>	<b>2022.5</b>
	<b>Неделя 2 Пятница</b>					
	<b>Завтрак</b>					
3г-2020	Макароны отварные с сыром	200	10.5	9.6	38.2	280.9
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>23.2</b>	<b>17</b>	<b>135.2</b>	<b>785.8</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.73	5.83	
	<b>Обед</b>					
	Винегрет с зеленым горошком	100	1.4	7.7	6.6	101.4
	Суп-лапша домашняя с курицей	250	19.9	18.3	14	300.1
/1	Желе "Полет фантазий"	210	11	3.2	11.2	117.8
9м-2020	Жаркое по-домашнему с олениной	250	26.2	15.8	21.7	334.2
ом.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>63.8</b>	<b>45.7</b>	<b>100.1</b>	<b>1068.1</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.72	1.57	
	<b>Полдник</b>					
1)-34гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	2.9	13.5
	Пицца школьная	100	13.7	9.3	27	246.9
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>13.9</b>	<b>9.4</b>	<b>29.9</b>	<b>260.4</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.68	2.15	
	<b>Итого за день</b>	<b>1900</b>	<b>100.9</b>	<b>72.1</b>	<b>265.2</b>	<b>2114.3</b>

группа по организации

ПИТАНИЯ

<b>Итого за период</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Эн. ценность</b>
средние показатели за Завтрак	524	26.55	21.13	106.17	720.27
средние показатели за Обед	1018	48.23	39.56	114.5	1007.94
средние показатели за Полдник	337	18.35	17.57	59.03	467.59

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ  
ПИТАНИЯ

24 05 2022

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора" 7

## Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Меню Летний лагерь 2 комплекс*
2	Информация о возрастной группе детей	от 7 до 11 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)	524	500	105%	24 %
Калорийность, ккал.	720.3	470	153%	31%
Количество белков (г)	26.5	15.4	172%	34%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"  
ID меню: 28465

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ

ПИТАНИЯ

24 05 2022

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)	21.1	15.8	134%	27%
Количество углеводов (г)	106.2	67	159%	32%
Витамин С, мг	1.2	12	10%	2%
Витамин В1, мг	0.3	0.2	125%	25%
Витамин В2, мг	0.5	0.3	179%	36%
Витамин А, мкг рэ	108	140	77%	15%
Кальций, мг	404	220	184%	37%
Магний, мг	75.2	50	150%	30%
Железо, мг	3.6	2.4	150%	30%
Калий, мг	469.9	220	214%	43%
Йод, мкг	63.2	20	316%	63%
Селен, мкг	27.9	6	465%	93%

### 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)	1018	700	145%	46%
Калорийность, ккал.	1007.9	705	143%	43%
Количество белков (г)	48.4	23.1	210%	63%
Количество жиров (г)	39.7	23.7	168%	50%
Количество углеводов (г)	114.5	100.5	114%	34%
Витамин С, мг	75.9	18	422%	127%
Витамин В1, мг	0.6	0.4	167%	50%
Витамин В2, мг	0.8	0.4	190%	57%
Витамин А, мкг рэ	522.8	210	249%	75%
Кальций, мг	439.4	330	133%	40%
Магний, мг	151.9	75	203%	61%
Железо, мг	8.9	3.6	247%	74%
Калий, мг	1632.1	330	495%	148%
Йод, мкг	72	30	240%	72%
Селен, мкг	21.8	9	242%	73%

### Меню Полдник

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ

ПИТАНИЯ

24 05 2022

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"

ID меню: 28465

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)	337	300	112%	15 %
Калорийность, ккал.	468.6	235	199%	20%
Количество белков (г)	18.4	7.7	239%	24%
Количество жиров (г)	17.6	7.9	223%	22%
Количество углеводов (г)	59.1	33.5	176%	18%
Витамин С, мг	4.4	6	73%	7%
Витамин В1, мг	0.3	0.1	250%	25%
Витамин В2, мг	0.3	0.1	214%	21%
Витамин А, мкг рэ	89.6	70	128%	13%
Кальций, мг	205.7	110	187%	19%
Магний, мг	41.3	25	165%	17%
Железо, мг	2.8	1.2	233%	23%
Калий, мг	452.9	110	412%	41%
Йод, мкг	30	10	300%	30%
Селен, мкг	11.2	3	373%	37%

### 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)	1.1	1	106%
Сахар (г)	9.1	10	91%

#### 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)	1.3	1.5	85%
Сахар (г)	7.7	10	77%

#### 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)	0.4	0.3	149%
Сахар (г)	5.1	3	169%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"  
ID меню: 28465

## 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 14.7%, 26.4%, и 58.9% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 19.2%, 35.4%, и 45.4% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 15.6%, 33.8%, 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" 23.05.22.

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ

ПИТАНИЯ

24 05 2022

## Меню Летний лагерь 3 комплекс\*

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
<b>Неделя 1 Понедельник</b>						
<b>Завтрак</b>						
22к-2020	Каша жидкая молочная овсяная	200	6.8	8.6	24.5	202.6
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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>22.8</b>	<b>21.1</b>	<b>111.1</b>	<b>725.6</b>
Рекомендуемая величина			15.4	15.8	67	470
Процентное соотношение БЖУ			1	0.93	4.87	
<b>Обед</b>						
1салат-2022	Салат овощной со сладким перцем и зеленью	100	1.5	10.1	4.3	114.1
Е6-1фрукты-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	250	31	8.5	21.9	288.2
	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>960</b>	<b>48.1</b>	<b>31.3</b>	<b>114.2</b>	<b>932.8</b>
Рекомендуемая величина			23.1	23.7	100.5	705
Процентное соотношение БЖУ			1	0.65	2.37	
<b>Полдник</b>						
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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>400</b>	<b>26.6</b>	<b>26.3</b>	<b>49.5</b>	<b>541.1</b>
Рекомендуемая величина			7.7	7.9	33.5	235
Процентное соотношение БЖУ			1	0.99	1.86	
<b>Итого за день</b>		<b>1890</b>	<b>97.5</b>	<b>78.7</b>	<b>274.8</b>	<b>2199.5</b>
<b>Неделя 1 Вторник</b>						
<b>Завтрак</b>						
-1о-2022	Омлет натуральный с сыром	200	22.3	32.3	4.2	397.1
-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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>34.7</b>	<b>38.9</b>	<b>65.8</b>	<b>751.9</b>
Рекомендуемая величина			15.4	15.8	67	470
Процентное соотношение БЖУ			1	1.12	1.9	
<b>Обед</b>						
-6з-2022	Салат из белокочанной капусты с помидорами, огурцами и зеленью	100	2.3	11	3.8	123.7
4/1	Желе "Шоколадно-ягодный рай"	210	11.1	3.2	14.1	129.9
5/2	Солянка домашняя с олениной	250	9.1	9.4	13.6	175.6
5/2	Рис пикантный	150	3.4	2.6	25.8	140.1

Группа по организации питания

бкураца-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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>45.5</b>	<b>44</b>	<b>104.2</b>	<b>996.6</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.97	2.29	
	<b>Полдник</b>					
(1)-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	4.6	19.6
31	Кокроки с картофелем	100	7.3	11.4	41.9	298.8
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>7.5</b>	<b>11.4</b>	<b>46.5</b>	<b>318.4</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.52	6.2	
	<b>Итого за день</b>	<b>1870</b>	<b>87.7</b>	<b>94.3</b>	<b>216.5</b>	<b>2066.9</b>
	<b>Неделя 1 Среда</b>					
	<b>Завтрак</b>					
25.1к-2020	Каша жидкая молочная рисовая с тыквой	200	5.4	6.5	27.6	190.4
4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.5	8.6	53.5
3/3	Булочка с орехом	100	9.4	8.8	46	300.7
ом.	Пастила	30	0.2	0	24	96.6
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>16.6</b>	<b>16.8</b>	<b>106.2</b>	<b>641.2</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.01	6.4	
	<b>Обед</b>					
	Салат из свежих огурцов с зеленью	100	0.8	3.1	2.5	41.2
6-2фрукты-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	250	31.6	35.9	42.1	617.7
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>46.7</b>	<b>51.2</b>	<b>116.9</b>	<b>1115.5</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.1	2.5	
	<b>Полдник</b>					
ом.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
ом.	Печенье	170	12.8	16.7	126.5	706.9
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>370</b>	<b>18.6</b>	<b>21.7</b>	<b>134.9</b>	<b>808.7</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.17	7.25	
	<b>Итого за день</b>	<b>1860</b>	<b>81.9</b>	<b>89.7</b>	<b>358</b>	<b>2565.4</b>
	<b>Неделя 1 Четверг</b>					
	<b>Завтрак</b>					
9к-2020	Каша вязкая молочная овсяная	200	8.6	12.8	34.1	285.7
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>25.1</b>	<b>20.8</b>	<b>87.6</b>	<b>637.6</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470



	Процентное соотношение БЖУ		1	0.83	3.49	
	<b>Обед</b>					
	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	250	31	8.5	21.9	288.2
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>56.6</b>	<b>27.3</b>	<b>90.7</b>	<b>837.1</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.48	1.6	
	<b>Полдник</b>					
	Компот из плодов консервированных	200	0.6	0.2	29.5	122.5
52	Хачапури слоеные	100	12	21.1	33.1	370.1
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>12.6</b>	<b>21.3</b>	<b>62.6</b>	<b>492.6</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.69	4.97	
	<b>Итого за день</b>	<b>1870</b>	<b>94.3</b>	<b>69.4</b>	<b>240.9</b>	<b>1967.3</b>
	<b>Неделя 1 Пятница</b>					
	<b>Завтрак</b>					
-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	200	12.9	15.3	6.3	214
-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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>25.5</b>	<b>21.9</b>	<b>91.8</b>	<b>665.8</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.86	3.6	
	<b>Обед</b>					
6-3фрукты-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
5/2	Солянка домашняя с олениной	250	9.1	9.4	13.6	175.6
92	Пельмени	250	19.4	29.3	25.6	443.6
-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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>35.9</b>	<b>43.2</b>	<b>98.5</b>	<b>926.7</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.2	2.74	
	<b>Полдник</b>					
34гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	7.5	31.7
	Шанежка с картофелем	100	11.4	11.3	58.9	383
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>11.6</b>	<b>11.4</b>	<b>66.4</b>	<b>414.7</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.98	5.72	

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ

	<b>Итого за день</b>	<b>1790</b>	<b>73</b>	<b>76.5</b>	<b>256.7</b>	<b>2007.2</b>
	<b>Неделя 2 Понедельник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
	Запеканка яичная "Воздушное облако"	200	20.5	23.7	11.5	341.4
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>31.3</b>	<b>29.2</b>	<b>94.8</b>	<b>766.4</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.93	3.03	
	<b>Обед</b>					
	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 олениной	250	8.8	9.8	13.8	178.8
г-2022	Картофель запеченный	150	2.9	7.1	22	163.3
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>58.3</b>	<b>30.5</b>	<b>94.5</b>	<b>886.7</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.52	1.62	
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>33.2</b>	<b>31.2</b>	<b>50.6</b>	<b>615.7</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.94	1.52	
	<b>Итого за день</b>	<b>2000</b>	<b>122.8</b>	<b>90.9</b>	<b>239.9</b>	<b>2268.8</b>
	<b>Неделя 2 Вторник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
27к-2020	Каша жидкая молочная манная	200	5.3	6.8	25.2	183.6
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>20.6</b>	<b>13.9</b>	<b>88.6</b>	<b>561.7</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.67	4.3	
	<b>Обед</b>					
8з-2022	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1.7	10.1	5.8	120.6
г-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	250	19.4	29.3	25.6	443.6
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>36.9</b>	<b>53.3</b>	<b>112.4</b>	<b>1077.8</b>

	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.44	3.05	
	<b>Полдник</b>					
2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
32	Кокроки с капустой	100	8	15.5	37.3	320.3
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>8.2</b>	<b>15.5</b>	<b>43.7</b>	<b>347.1</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	1.89	5.33	
	<b>Итого за день</b>	<b>1760</b>	<b>65.7</b>	<b>82.7</b>	<b>244.7</b>	<b>1986.6</b>
	<b>Неделя 2 Среда</b>					
	<b>Завтрак</b>					
1г-2020	Запеканка из творога	200	39.5	15.1	28.8	409.6
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.	Зефир	30	0.2	0	23.9	97
ом.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>560</b>	<b>55.2</b>	<b>30</b>	<b>126.5</b>	<b>996.6</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.54	2.29	
	<b>Обед</b>					
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	150	3.1	6.1	19.8	145.8
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 пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>48</b>	<b>47.3</b>	<b>105.5</b>	<b>1039.7</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.99	2.2	
	<b>Полдник</b>					
(1)-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	4.8	20.6
9	Шанежка с картофелем	100	11.4	11.3	58.9	383
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>11.6</b>	<b>11.4</b>	<b>63.7</b>	<b>403.6</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.98	5.49	
	<b>Итого за день</b>	<b>1930</b>	<b>114.8</b>	<b>88.7</b>	<b>295.7</b>	<b>2439.9</b>
	<b>Неделя 2 Четверг</b>					
	<b>Завтрак</b>					
25.1к-2020	Каша жидкая молочная рисовая	200	5.3	6.5	28.5	193.7
гн-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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>19.2</b>	<b>17.1</b>	<b>77.5</b>	<b>539.8</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.89	4.04	
	<b>Обед</b>					

группа по организации

ПИТАНИЯ

3з-2020	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
1-2фрукты-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	150	5.3	5.5	32.8	202
2м-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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>960</b>	<b>39.8</b>	<b>33.1</b>	<b>128.9</b>	<b>973.6</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.83	3.24	
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>400</b>	<b>39.7</b>	<b>16.1</b>	<b>42.5</b>	<b>473.6</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.41	1.07	
	<b>Итого за день</b>	<b>1860</b>	<b>98.7</b>	<b>66.3</b>	<b>248.9</b>	<b>1987</b>
	<b>Неделя 2 Пятница</b>					
	<b>Завтрак</b>					
25.1к-2020	Каша жидкая молочная рисовая с тыквой	200	5.4	6.5	27.6	190.4
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>18.1</b>	<b>13.9</b>	<b>124.6</b>	<b>695.3</b>
	Рекомендуемая величина		15.4	15.8	67	470
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.77	6.88	
	<b>Обед</b>					
3з-2020	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
2с-2020	Борщ с капустой, картофелем и олениной со сметаной	250	5.8	8.2	10.9	140.7
2/1	Желе "Полет фантазий"	210	11	3.2	11.2	117.8
5/2	Рис пикантный	150	3.4	2.6	25.8	140.1
1м-2020	Бефстроганов из отварной оленины	100	17.6	12.2	2.4	189.8
ом.	Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	6.7	34.2
ом.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
ом.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>1070</b>	<b>44.2</b>	<b>27.1</b>	<b>100.7</b>	<b>824.4</b>
	Рекомендуемая величина		23.1	23.7	100.5	705
	Процентное соотношение БЖУ		1	0.61	2.28	
	<b>Полдник</b>					
(1)-34гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и с сахаром	200	0.2	0.1	2.9	13.5
3	Пицца школьная	100	13.7	9.3	27	246.9
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>300</b>	<b>13.9</b>	<b>9.4</b>	<b>29.9</b>	<b>260.4</b>
	Рекомендуемая величина		7.7	7.9	33.5	235

ОРГАНИЗАЦИИ

	Процентное соотношение БЖУ	1	0.68	2.15		
	Итого за день	1900	76.2	50.4	255.2	1780.1

Итого за период	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Средние показатели за Завтрак	521	26.91	22.36	97.45	698.19
Средние показатели за Обед	1015	46	38.83	106.65	961.09
Средние показатели за Полдник	337	18.35	17.57	59.03	467.59

Показатели	Среднее значение за период
Витамин С(мг)	21.17
Витамин В1(мг)	0.26
Витамин В2(мг)	0.24
Витамин А(мкг рет.экв)	273.86
Кальций(мг)	354.79
Магний(мг)	149.73
Железо(мг)	76.35
Цинк(мг)	4.01
Селен(мг)	542.36
Йод(мкг)	46.06
Витамин Е(мкг)	25.89

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ  
ПИТАНИЯ  
24 03 2022

## Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Меню Летний лагерь 3 комплекс*
2	Информация о возрастной группе детей	от 7 до 11 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, Хлебпринформ, 2004», «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий, 2002, Москва, автор А.В. Румянцева», «Сборник технологических нормативов, рецептур 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 рецептур (технологических карт) блюд гипоаллергенного питания детей дошкольного возраста г. Пермь, 2003», «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 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)	521	500	104%	24%
Калорийность, ккал.	698.2	470	149%	30%
Количество белков (г)	26.9	15.4	175%	35%
Количество жиров (г)	22.4	15.8	142%	28%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"

ID меню: 28468

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)	97.5	67	146%	29%
Витамин С, мг	1.8	12	15%	3%
Витамин В1, мг	0.3	0.2	125%	25%
Витамин В2, мг	0.6	0.3	214%	43%
Витамин А, мкг рэ	150.6	140	108%	22%
Кальций, мг	413.7	220	188%	38%
Магний, мг	77	50	154%	31%
Железо, мг	3.6	2.4	150%	30%
Калий, мг	502.8	220	229%	46%
Йод, мкг	68.4	20	342%	68%
Селен, мкг	27.6	6	460%	92%

### 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)	1015	700	145%	46 %
Калорийность, ккал.	961	705	136%	41%
Количество белков (г)	46.2	23.1	200%	60%
Количество жиров (г)	38.9	23.7	164%	49%
Количество углеводов (г)	106.7	100.5	106%	32%
Витамин С, мг	86.3	18	479%	144%
Витамин В1, мг	0.6	0.4	167%	50%
Витамин В2, мг	0.7	0.4	167%	50%
Витамин А, мкг рэ	428.3	210	204%	61%
Кальций, мг	383.8	330	116%	35%
Магний, мг	164.5	75	219%	66%
Железо, мг	8.3	3.6	231%	69%
Калий, мг	1752.6	330	531%	159%
Йод, мкг	66.1	30	220%	66%
Селен, мкг	21.6	9	240%	72%

### 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)	337	300	112%	15 %

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"  
ID меню: 28468

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.	468.6	235	199%	20%
Количество белков (г)	18.4	7.7	239%	24%
Количество жиров (г)	17.6	7.9	223%	22%
Количество углеводов (г)	59.1	33.5	176%	18%
Витамин С, мг	4.4	6	73%	7%
Витамин В1, мг	0.3	0.1	250%	25%
Витамин В2, мг	0.3	0.1	214%	21%
Витамин А, мкг рэ	89.6	70	128%	13%
Кальций, мг	205.7	110	187%	19%
Магний, мг	41.3	25	165%	17%
Железо, мг	2.8	1.2	233%	23%
Калий, мг	452.9	110	412%	41%
Йод, мкг	30	10	300%	30%
Селен, мкг	11.2	3	373%	37%

### 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)	1.1	1	107%
Сахар (г)	9	10	90%

#### 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)	1.1	1.5	74%
Сахар (г)	8.2	10	82%

#### 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)	0.4	0.3	149%
Сахар (г)	5.1	3	169%



## 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 15.4%, 28.7%, и 55.8% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 19.2%, 36.4%, и 44.4% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 15.6%, 33.8%, 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" 23.05.22.

ГРУППА ПО ОРГАНИЗАЦИИ

ПИТАНИЯ

24 05 2022