

## Гигиеническая оценка меню:

| № | Перечень детализируемой информации                                                                                          | Детализация информации                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Название меню                                                                                                               | меню для питания 1 - 4 классов сезон весна - лето 2025 год(79629)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 2 | Информация о возрастной группе детей                                                                                        | от 7 до 11 лет                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 3 | Информация о характеристике питающихся                                                                                      | Без особенностей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 4 | Тип организации, для которого разработано меню                                                                              | Уровень 1 - Общеобразовательная организация                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 5 | Режим питания                                                                                                               | Завтрак,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 6 | Технологические карты на заявленные в меню блюда с указанием сборника рецептов предназначенных для питания детей            | Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г.», «Сборник рецептов Е.В. Ушаковой », «Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г.», |
| 7 | Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах                                                                     | Использование полуфабрикатов в меню не планируется                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 8 | Информация о наличии в организации детей с сахарным диабетом, целиакией, пищевой аллергией, фенилкетонурией, муковисцидозом | Детей с Без особенностей в организации - 661.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

### 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)                 | 559                                                 | 500                                                   | 112%                                      | 23 %        |
| Калорийность, ккал.      | 570.3                                               | 470-675.6                                             | 113%                                      | 23%         |
| Количество белков (г)    | 24.95                                               | 15.4                                                  | 162%                                      | 32%         |
| Количество жиров (г)     | 16.6                                                | 15.8                                                  | 105%                                      | 21%         |
| Количество углеводов (г) | 80.28                                               | 67                                                    | 120%                                      | 24%         |
| Витамин С, мг            | 18.06                                               | 12                                                    | 151%                                      | 30%         |
| Витамин В1, мг           | 0.32                                                | 0.24                                                  | 133%                                      | 27%         |
| Витамин В2, мг           | 0.37                                                | 0.28                                                  | 132%                                      | 26%         |
| Витамин А, мкг рэ        | 255.37                                              | 140                                                   | 182%                                      | 36%         |

| 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 %) |
| Кальций, мг | 295.39                                              | 220                                                   | 134%                                      | 27%         |
| Магний, мг  | 112.83                                              | 50                                                    | 226%                                      | 45%         |
| Железо, мг  | 4.69                                                | 2.4                                                   | 195%                                      | 39%         |
| Калий, мг   | 699.54                                              | 220                                                   | 318%                                      | 64%         |
| Йод, мкг    | 77.24                                               | 20                                                    | 386%                                      | 77%         |
| Селен, мкг  | 20.47                                               | 6                                                     | 341%                                      | 68%         |

### 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)   | 0.9                                                 | 1                                                     | 90%                                                     |
| Сахар (г)  | 7.8                                                 | 10                                                    | 78%                                                     |

### Фрагмент заключительной части экспертного заключения

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

- Меню безопасное** (запрещенных к употреблению в организованных детских коллективах блюд и продуктов - нет)
- Меню разнообразное** (повторов блюд в течение дня и двух смежных дней нет);
- Калорийность меню **не ниже регламентированных значений** по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей) Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 17.5%, 26.2%, и 56.3% соответственно.
- Потребность в витаминах и минеральных веществах **соответствует** регламентированным показателям:  
*Витамин С, мг Витамин В1, мг Витамин В2, мг Витамин А, мкг рэ Кальций, мг Магний, мг Железо, мг Йод, мкг Селен, мкг Калий, мг .*
- В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.**
- В меню отсутствуют колбасные изделия, кондитерские изделия, бутерброды, консервированные томаты, .**
- В меню присутствуют консервированные огурцы, рекомендуем исключить их из меню.**

---

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

---

**Экспертное заключение сформировано в ПС "Мониторинг питания и здоровья", разработанном ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора. Выдано для "Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Беляевская средняя общеобразовательная школа"" 18.02.25.**