

## Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	основное 3-7 лет(30512)
2	Информация о возрастной группе детей	от 3 до 7 лет
3	Информация о характеристике питающихся	Дети с ОВЗ
4	Тип организации, для которого разработано меню	Уровень 1 - Общеобразовательная организация
5	Режим питания	Завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин
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 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 ОВЗ в организации - 52. Детей с Без особенностей в организации - 1.

### 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)	446.7	400	112%	23 %
Калорийность, ккал.	403.4	341.3-414	98%	20%
Количество белков (г)	16.49	10.8	153%	31%
Количество жиров (г)	18.5	12	154%	31%
Количество углеводов (г)	42.73	52.2	82%	16%
Витамин С, мг	9.55	10	96%	19%
Витамин В1, мг	0.13	0.18	72%	14%
Витамин В2, мг	0.36	0.2	180%	36%
Витамин А, мкг рэ	125.31	100	125%	25%
Кальций, мг	322.48	180	179%	36%
Магний, мг	55.42	40	139%	28%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"

ID меню: 30512

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 %)
Железо, мг	2.79	2	140%	28%
Калий, мг	414.52	120	345%	69%
Йод, мкг	44.41	20	222%	44%
Селен, мкг	20.12	6	335%	67%

### Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Второй завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	180	100	180%	9 %
Калорийность, ккал.	103.7	85.3-117	101%	5%
Количество белков (г)	0.78	2.7	29%	1%
Количество жиров (г)	0	3	0%	0%
Количество углеводов (г)	25.14	13.05	193%	10%
Витамин С, мг	8.4	2.5	336%	17%
Витамин В1, мг	0.04	0.05	80%	4%
Витамин В2, мг	0.07	0.05	140%	7%
Витамин А, мкг рэ	290.4	25	1162%	58%
Кальций, мг	27	45	60%	3%
Магний, мг	19.2	10	192%	10%
Железо, мг	0.36	0.5	72%	4%
Калий, мг	385.2	30	1284%	64%
Йод, мкг	0	5	0%	0%
Селен, мкг	0	1.5	0%	0%

### 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)	740.5	600	123%	38 %
Калорийность, ккал.	672.2	540-793.8	109%	33%
Количество белков (г)	29.33	16.2	181%	54%
Количество жиров (г)	23.71	18	132%	40%
Количество углеводов (г)	85.35	78.3	109%	33%
Витамин С, мг	37.5	15	250%	75%
Витамин В1, мг	0.36	0.27	133%	40%
Витамин В2, мг	0.44	0.3	147%	44%

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 %)
Витамин А, мкг рэ	766.91	150	511%	153%
Кальций, мг	234.97	270	87%	26%
Магний, мг	122.62	60	204%	61%
Железо, мг	7.18	3	239%	72%
Калий, мг	1367.69	180	760%	228%
Йод, мкг	230.72	30	769%	231%
Селен, мкг	23.96	9	256%	80%

### 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)	280	250	112%	14 %
Калорийность, ккал.	315.1	180-351	153%	15%
Количество белков (г)	10.07	5.4	186%	19%
Количество жиров (г)	9.17	6	153%	15%
Количество углеводов (г)	48.08	26.1	184%	18%
Витамин С, мг	9.9	5	198%	20%
Витамин В1, мг	0.17	0.09	189%	19%
Витамин В2, мг	0.32	0.1	320%	32%
Витамин А, мкг рэ	55.5	50	111%	11%
Кальций, мг	246.48	90	274%	27%
Магний, мг	38.75	20	194%	19%
Железо, мг	1.6	1	160%	16%
Калий, мг	401.49	60	669%	67%
Йод, мкг	27.54	10	275%	28%
Селен, мкг	5.93	3	198%	20%

### Меню Ужин

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Ужин)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Ужин)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Ужин (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	476.9	450	106%	24 %
Калорийность, ккал.	402.7	360	98%	20%
Количество белков (г)	21.25	10.8	197%	39%
Количество жиров (г)	14	12	117%	23%
Количество углеводов (г)	47.93	52.2	92%	18%
Витамин С, мг	14.11	10	141%	28%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"

ID меню: 30512

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Ужин)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Ужин)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Ужин (в %)	сутки (в %)
Витамин В1, мг	0.18	0.18	100%	20%
Витамин В2, мг	0.2	0.2	100%	20%
Витамин А, мкг рэ	366.48	100	366%	73%
Кальций, мг	171.29	180	95%	19%
Магний, мг	79.21	40	198%	40%
Железо, мг	3.92	2	196%	39%
Калий, мг	738.82	120	616%	123%
Йод, мкг	49.28	20	246%	49%
Селен, мкг	17.86	6	298%	60%

### 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)	0.6	1.5	40%
Сахар (г)	10.1	10	101%

#### Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Второй завтрак (в %)
Соль (г)	0	0	0%
Сахар (г)	0	0	0%

#### 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	73%
Сахар (г)	8.8	5	176%

#### 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)	0.3	0.5	60%
Сахар (г)	2.2	7	31%

## Меню Ужин

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Ужин)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Ужин)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Ужин (в %)
Соль (г)	0.8	1.5	53%
Сахар (г)	7.4	8	93%

## 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 **выше регламентированных значений** по приемам пищи

Прием пищи	Неделя	День	Значение	Норматив
Завтрак	1	Четверг	538	520

4. Калорийность меню **не ниже регламентированных значений** по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей)Второй завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Полдник - 10 дня(ей)Ужин - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 16.4%, 41.3%, и 42.4% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в второй завтрак 3%, 0%, и 97% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 17.5%, 31.8%, и 50.8% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 12.8%, 26.2%, и 61% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в ужин 21.1%, 31.3%, и 47.6% соответственно.

5. 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 .*

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",  
разработанном ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора. Выдано для  
"казенное общеобразовательное учреждение Омской области "Адаптивная школа-  
детский сад № 76"" 08.10.24.**