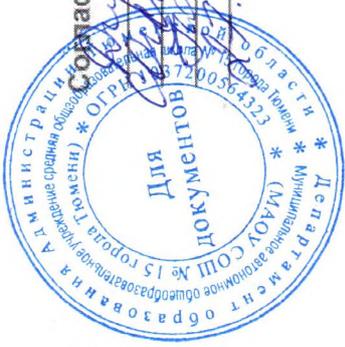


Утверждаю:

Генеральный директор  
АО «Комбинат-школьного  
питания «Центральный»  
Тарасова И.Н.

2023г.



Сопоставлено:

Сметы на 2023 г. на питание  
детей в возрасте с 12 лет и старше  
в количестве 11 883,3.

**Примерное циклическое 12-ти дневное меню  
для горячих завтраков и обедов для питания детей в возрасте с 12 лет и старше  
(в том числе для детей льготных категорий).**

Томень, 2023 г.

## Аннотация

Примерное 12ти дневное меню горячих завтраков и обедов разработано для питания детей в возрасте 12-18 лет в общеобразовательном учреждении. Разработано как единое примерное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся по образовательным программам начального общего образования.

Нормы потребления рассчитаны для завтрака 25%, для обеда 35% в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7 таблица 2 «Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет». Меню составлено на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в соответствии с рекомендациями для организации питания детей в осенне-зимний период.

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности. Расчет проведен на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания» (модуль системы – разработка технологической документации с расчетом химического состава, расчетом содержания пищевой и энергетической ценности). Программный комплекс одобрен Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство №32 от 11.06.2009 г.). В меню включено несколько вариантов блюд в целях разнообразия и исключения их повторяемости в течении одного дня (на 1 и 2 комплексе), кроме того, разнообразие выбора обусловлено религиозными предпочтениями. При внесении изменений в набор компонентов блюда основные органолептические показатели и специфика блюда не меняется.

Технологическая документация разработана на основании нормативных сборников рецептов:

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1 часть – М.Хлебпродинформ, 1996г (№ рец. -1996).
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 3 часть – М.: Хлебпродинформ, 1991г (№рец. -1999)
- Картотека блюд лечебного и рационального питания, I,II,III,IV часть –Екатеринбург Средне – Уральское книжное издательство, 1995г. (№рец-1995, Картотека блюд лечебного и рационального питания, Екатеринбург)
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1 Москва.: 2006г; (№рец. -2006, Москва)
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах – М.: Хлебпродинформ, 2004г (№ рец. -2004)
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для диетического питания - М.Хлебпродинформ, 2002г (№ рец. -2002)
- Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ – интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации – Пермь, «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г (№рец. -2013, Пермь).
- Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ – интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, I часть, II часть – Пермь: Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г (№рец. -2001, Пермь).
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, 1часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (№ рец.2011 Екатеринбург).

Блюда и кулинарные изделия следует изготавливать строго по технологическим картам.

Качество и безопасность продукции, произведенной по рецептурам меню, гарантируется только при строгом соблюдении: санитарных норм и правил, правил технологии приготовления блюд и изделий, последовательности технологических процессов, температурного режима, взаимозаменяемости продуктов, кулинарного назначения мясных и рыбных полуфабрикатов, указанных в технологических картах.

При приготовлении блюд соблюдается принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, пассеровка, приготовление на пару, приготовление в пароконвектомате или духовом шкафу.

Для овощей приняты нормы отходов в соответствии с Приложением № 24, Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий 1996г. Необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью. Закладка продуктов в блюда соответствует нормативным таблицам сборника рецептов блюд и кулинарных изделий 1996г.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствии с п.8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20, для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированные напитки промышленного выпуска. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей и подростков используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям в меру соленых блюд.

Следует учитывать, что выход фруктов, кондитерских и мучных изделий дан в меню ориентировочно. При формировании ежедневного меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских и мучных изделий.

В целях повышения витаминизации учтено использование витаминизированной, обогащенной микронутриентами и пребиотиком молочной и кисломолочной продукции, обогащенного витаминами хлеба.

Следует учитывать, что в меню включена замороженная молочная продукция «мороженное молочное», при формировании меню учитывается сезонность выдачи данного продукта, а именно: с 01 сентября по 15 октября, а также весенне-летний период с 01 апреля по конец мая. Выдача мороженого возможна исключительно в установленный период и с учетом погодных условий, при резком понижении температуры выдача мороженого заменяется на молочную продукцию. Кратность выдачи в указанные периоды не чаще 1 раза в 10 дней. Согласно приложению № 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 в перечне запрещенных продуктов мороженное использовать допускается. При включении в меню мороженого учитывается пищевая ценность продукта, которая идентична молочной продукции, включенной в меню, с учетом корректировки массы продукта мороженого и общей пищевой ценности завтрака. Данный продукт отмечен сайтом национальные проекты РФ в разделе «Национальный проект. Образование».

Меню содержит обязательные вложения – титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах не менее).



Первая неделя

Второй день (2)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г		Эн. квал.	Итого	2 день	заправка	чай, фрукт	использо-л. нап.	салат	ши	чахохбили	макарроны	напиток	хлеб	
		всего	всего	всего	всего	всего																
<b>Завтрак</b>																						
ТТК № 007862	Запеканка творожная с суфлурами и шпрелем	180	23,57	20,44	51,291	472,19					40,00	Хлеб пшеничный*	5,54									60,00
ТТК № 008261	или Сырники из творога	200	38,44	5,84	42,97	373,60					2,88	Мука	2,88									-40,00
ТТК № 007859	или Запеканка из творога	260	28,16	20,51	29,72	376,27					35,28	Крупы, бобовые	35,28						59,00			
ТТК № 001832	или Сырники с фруктовой начинкой	120	15,96	12,6	25,44	279,00					75,00	Макарроны из твердых сортов пшеницы				75,00						
ТТК № 007423	или Сырники с творожной начинкой	20	1,36	1,70	11,20	68,00					195,00	Картофель			60,00	73,00		42,30				
ТТК № 007805	или с Сухофруктами	20	0,02	0,08	4,73	18,87					157,00	Овощи, зелень			157,00							
ТТК № 006642	или с Печеньем	20	0,06	0,00	13,00	50,00					34,48	Сухофрукты			19,477						16,00	
ТТК № 005450	или с Дрожжами	20	0,10	0,00	12,00	48,00					28,49	Сахар			8,40						6,00	
ТТК № 007828	Чай с апельсином	200	0,06	0,01	0,41	2,16					0,00	Соки, напитки										
ТТК № 007828	или Чай с лимоном	200	0,05	0,01	5,14	21,96					0,00	Витаминизированные напитки										
ТТК № 005647	или Чай черный	200	0,00	0,00	0,00	0,01					0,00	Кондитерские изделия										
ТТК № 001809	или Чай зеленый	200	0,00	0,00	0,00	0,01					0,00	Какао										
ТТК № 007827	или Чай гречишный	200	0,17	0,01	0,54	3,04					0,50	Кофейный напиток										
ТТК № 006700	или Чай робуст	200	0,00	0,00	3,99	16,00					32,20	Чай			32,20							
	Итого за завтраком	200	3,88	5,00	20,34	144,12					92,00	Мясо 1 категории**						92,00				
	Итого завтрак	600	29	27	83	694,47					0,00	Субпродукты (печень, язык, сердце)										
<b>Обед</b>																						
ТТК № 008262	Овощная нарезка с маслом растительным	80	0,85	5,07	2,03	59,20					0,00	Рыба - филе										
ТТК № 007852	или Свекольные спагетти с сыром Альпийский	80	6,55	4,90	4,45	89,80					200,00	Молоко**			200,00							
ТТК № 007858	или Салат из свеклы с маслом растительным	80	1,70	0,10	8,00	79,23					113,19	Кисломолочные продукты										
	или Овощи вакуумной заморозки	15	0,06	0,33	1,08	7,65					16,00	Творог					10,00					
	или Соус овощной (или пюре овощное)	125	0,00	0,00	5,00	23,00					0,00	Сметана										
ТТК № 007312	или Непаровой	200	0,00	0,00	3,50	14,00					18,50	Сыр										
ТТК № 003875	Щи из свежей капусты с мясом	250	3,50	9,20	19,90	187,30					14,00	Масло сливочное										
ТТК № 001192	или Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом	250	7,14	11,31	22,14	178,33					0,00	Масло растительное										
ТТК № 005254	или Свекольные мясные	250	4,80	4,20	17,70	159,10					200,00	Сыр										
ТТК № 007312	Чахохбили "по-шахскому"	120	16,85	9,55	2,93	170,26					113,19	Творог										
ТТК № 007854	или Мясо птицы в томатном соусе с сыром и макаронным гарниром	180	22,04	8,21	37,10	309,52					18,50	Мясо птицы										
ТТК № 007853	или Мясо птицы в сливочном соусе с макаронным гарниром (в стиле Альфредо)	180	16,38	11,16	42,66	266,40					14,00	Мясо птицы										
ТТК № 006746	или Мясо птицы в соусе Мекен-маз с макаронным гарниром	180	11,34	14,04	29,38	262,80					14,00	Мясо птицы										
ТТК № 006728	или Фрикадельки из мяса птицы	120	20,88	16,52	3,75	247,98					16,00	Мясо птицы										
ТТК № 007311	или Фрикадельки из мяса птицы запеченные с сыром	120	33,17	15,00	2,40	209,63					0,00	Мясо птицы										
ТТК № 006696	или Непаровой из мяса птицы	120	20,96	8,01	4,91	152,72					0,00	Мясо птицы										
ТТК № 007660	или Бадаро запеченной	120	19,55	20,93	0,01	301,26					18,50	Мясо птицы										
ТТК № 007823	Макаронные изделия отварные	170	5,99	5,43	39,49	239,40					14,00	Макаронные изделия										
ТТК № 007825	или Макаронные запеченные с сыром	170	6,78	2,96	45,12	236,48					170	Макаронные изделия										
ТТК № 005329	или Макаронные запеченные с сыром	170	13,65	10,54	4,52	43,36	253,52				170	Макаронные изделия										
ТТК № 009336	Хлеб пшеничный	50	0,45	1,60	24,50	199,00					5,94	Хлеб пшеничный*										
ТТК № 001150	или Хлеб ржаной	40	0,36	1,32	19,20	103,60					2,88	Хлеб ржаной										
ТТК № 005357	или Бадаро запеченной	200	0,33	0,05	16,14	69,04					0,00	Соки, напитки										
ТТК № 006354	или Напиток теплый из юрты	200	0,83	0,05	14,15	61,00					0,00	Напиток										
ТТК № 006283	или Напиток теплый из юрты	200	0,19	0,19	10,92	46,98					0,00	Напиток										
ТТК № 007520	или Напиток теплый из юрты	200	0,54	0,22	13,72	69,38					0,00	Напиток										
ТТК № 005870	или Напиток теплый из шиповника	200	0,54	0,22	13,72	69,38					0,00	Напиток										
	Итого за обедом	910	29,18	27,25	130,16	964,80					58,05	Мясо птицы										
	Итого за обедом	910	29,18	27,25	130,16	964,80					58,05	Мясо птицы										
<b>Ужин</b>																						
ТТК № 007858	или Сырники с творожной начинкой	200	38,44	5,84	42,97	373,60					2,88	Мука										
ТТК № 007859	или Запеканка из творога	260	28,16	20,51	29,72	376,27					35,28	Крупы, бобовые										
ТТК № 001832	или Сырники с фруктовой начинкой	120	15,96	12,6	25,44	279,00					75,00	Макаронные изделия										
ТТК № 007423	или Сырники с творожной начинкой	20	1,36	1,70	11,20	68,00					195,00	Картофель										
ТТК № 007805	или с Сухофруктами	20	0,02	0,08	4,73	18,87					157,00	Овощи, зелень										
ТТК № 006642	или с Печеньем	20	0,06	0,00	13,00	50,00					34,48	Сухофрукты										
ТТК № 005450	или с Дрожжами	20	0,10	0,00	12,00	48,00					28,49	Сахар										
ТТК № 007828	Чай с апельсином	200	0,06	0,01	0,41	2,16					0,00	Соки, напитки										
ТТК № 007828	или Чай с лимоном	200	0,05	0,01	5,14	21,96					0,00	Витаминизированные напитки										
ТТК № 005647	или Чай черный	200	0,00	0,00	0,00	0,01					0,00	Какао										
ТТК № 001809	или Чай зеленый	200	0,00	0,00	0,00	0,01					0,00	Кофейный напиток										
ТТК № 007827	или Чай гречишный	200	0,17	0,01	0,54	3,04					0,50	Чай										
ТТК № 006700	или Чай робуст	200	0,00	0,00	3,99	16,00					32,20	Мясо 1 категории**										
	Итого за ужином	200	3,88	5,00	20,34	144,12					92,00	Цыпленок 1 категории										
	Итого за ужином	200	3,88	5,00	20,34	144,12					92,00	Цыпленок 1 категории										
<b>Итого за неделей</b>																						
		600	29	27	83	694,47					0,00	Субпродукты (печень, язык, сердце)										
		600	29	27	83	694,47					0,00	Рыба - филе										
		600	29	27	83	694,47					200,00	Молоко**										
		600	29	27	83	694,47					113,19	Кисломолочные продукты										
		600	29	27	83	694,47					16,00	Творог										
		600	29	27	83	694,47					0,00	Сыр										
		600	29																			





Пятый день [6А]

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		ЗС, kcal	Итого	4 день	Блинчики/конфит-жид	кофе/молоко	количество маппинг-т	овощи	суп	котлета рыбная	рис	хлеб	
		всего	на порцию	всего	на порцию	всего	на порцию														
<b>Завтрак</b>																					
ТТК № 007595	Блишечки или панкейки	135	6,91	9,69	51,3	330,75					65,09						10,00				
ТТК № 001832	Сухарики из молока	20	1,36	1,70	11,2	46,00					42,00								42,0		
ТТК № 007668	или Пшеница	20	0,06	0,00	13,00	50,00					0,00										
ТТК № 008642	или Джем	20	0,10	0,00	12,00	46,00					0,00										
	или Мёд натуральный в индивидуальной упаковке	20	0,00	0,00	0,16	65,00					135,00										
ТТК № 007289	или Блины с яблочной начинкой и бананом	80	3,44	5,86	35,38	215,68					90,00										
ТТК № 008652	или Блины с яблочной начинкой	80	3,20	6,78	39,22	225,68					0,00										
ТТК № 007289	или Блины с абрикосовой начинкой	80	3,20	6,78	39,22	225,68					30,50										
ТТК № 008580	или Блины с соевым фаршем	80	6,00	7,18	35,22	225,68					0,00										
ТТК № 007270	или Блины с яблочной начинкой	80	3,20	6,78	39,22	225,68					60,00										
ТТК № 007504	Кофейный напиток с цитрусом и молоком	180	2,85	2,25	10,79	80,35					0,00										
ТТК № 005250	или Кофейный напиток с молоком	180	2,78	2,26	10,51	74,20					3,00										
ТТК № 007305	или Шоколад с молоком	180	2,75	2,25	11,51	78,05					0,00										
ТТК № 001561	Хлеб ржаной	20	0,18	0,98	9,90	51,90					0,00										
	Фрукт (яблочное дольки или яблоко, или банан, или апельсин, или сезонный фрукт/смузи/фрукт вакуумной сушки)	90	0,35	0,38	6,82	46,80					0,00										
	или сок фруктовый (или пюре фруктовое)	125	0,00	0,00	14,37	57,50					0,00										
ТТК № 006490	Молоко витаминизированное	100	2,90	2,50	11,70	80,90					72,00										
ТТК № 008490	или Молоко йогуртовое	100	2,90	2,50	11,70	80,90					425,10										
	Итого завтрак	545	16,56	17,46	103,41	656,60					0,00										
ТТК № 004012, 007519	Овощи свежая порционная	80	0,88	0,16	3,04	19,20					0,00										
ТТК № 005828	или Овощные палочки	80	0,86	0,10	7,14	33,43					0,00										
ТТК № 008640	или Овощи вакуумной сушки/сушеные	15	0,08	0,33	1,08	7,95					0,00										
	или Сок овощной	125	0,00	0,00	5,00	23,00					24,00										
	или Натуральный соус	200	0,00	0,00	3,50	14,00					11,00										
ТТК № 007661	Суп-пюре из тыквы (рабатов)	250	3,50	5,90	11,80	113,00					0,00										
ТТК № 007661	или Чашеобразный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и грибами	250	5,45	4,28	22,44	145,95					0,00										
ТТК № 007597	Котлета рыбная	90	14,06	5,66	14,12	144,90					0,00										
ТТК № 007544	или Тертлетки рыбные	90	11,67	1,96	10,62	101,51					0,00										
ТТК № 007088	или Рыбные палочки/нагетсы	90	6,82	1,05	18,90	115,50					0,00										
ТТК № 007295	или Шницель натуральный из рыбы с маслом сливочным	90/5	13,73	5,77	5,90	113,72					0,00										
ТТК № 007645	Рис прилаженный	120	2,84	3,30	29,66	159,68					0,00										
ТТК № 007872	или Рис прилаженный с овощами	120	2,96	4,03	28,25	161,46					0,00										
ТТК № 007873	или Булгур прилаженный	120	4,97	4,16	30,42	169,90					0,00										
ТТК № 007874	или Булгур с овощами	120	4,70	4,13	28,64	162,53					0,00										
ТТК № 008336	Хлеб пшеничный	60	0,54	1,92	29,40	190,80					11,00										
ТТК № 001551	Хлеб ржаной	40	0,36	1,32	19,20	103,60					0,00										
	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	0,00	0,00	22,99	92,32					0,00										
	или сок фруктовый	30	1,80	4,65	16,35	96,00					0,00										
	Кондитерское изделие	870	26	21	157	952					12,50										
	Итого обед	42,49	38,75	260,61	1609,05																
	Итого за день																				
	завтрак																				
	обед																				
	ужин																				
	Итого																				

31,50  
25,93  
32,20  
21,29  
134,00  
157,20















жаны  
услероды

23,61 23,00 жаны  
85,48 95,75 услероды

27,30 32,20  
143,44 134,00

средняя за 5 дней

заптрак

Белки 19,59  
жаны 23,49  
услероды 85,42





НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к примерному 12-дневному меню завтраков и обедов с 12 лет и старше

№	Продукты	Среднесуточная (усредненная)	Процент	Норма в день, г	Фактически получено, г												за 12 дней, г	Факт в день, г	% выполнения
					Дни														
					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
1	Хлеб пшеничный	200	55	110,00	138	66	110	130	121	90	110	65	120	70	110	164	1293	107,8	98
2	Хлеб ржаной	120	55	66,00	55	40	55	80	60	100	80	40	70	55	60	55	750	62,5	95
3	Мука	20	60	12,00	0	3	0	0	0	0	5	0	0	0	6	10	144	12,0	100
4	Крупы, бобовые	50	60	30,00	31	35	37	28	42	0	31	43	37	35	35	0	353	29,4	98
5	Макаронные изделия	20	60	12,00	0	59	0	0	0	0	0	0	0	0	10	0	138	11,5	96
6	Картофель	187	60	112,00	220	75	75	177	0	174	240	75	75	75	212	99	1497	115,1	103
7	Овощи, зелень	320	60	192,00	121	195	337	175	135	188	115	141	131	203	120	319	2180	181,7	95
8	Фрукты свежие	185	60	111,00	0	157	160	0	90	150	0	160	150	150	100	160	1277	106,4	96
9	Сухофрукты	20	60	12,00	0	34	16	0	0	16	0	16	0	16	0	16	114	9,5	79
10	Сахар	35	60	21,00	11	28	15	25	31	12	12	27	13	22	0	12	207	17,2	82
11	Соли, напитки витаминизированные	200	60	120,00	300	0	100	200	0	0	300	100	200	0	200	0	1400	116,7	97
12	Кондитерские изделия	15	60	9,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	90	7,5	83
13	Какао	1,2	60	0,72	3	0	0	3	0	0	0	0	0	3	0	0	8	0,6	87
14	Кофейный напиток	2	60	1,20	0	0	0	0	3	3	3	0	3	0	3	0	15	1,3	104
15	Чай	2	60	1,20	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	4	0,3	28
16	Мясо 1 категории	78	60	46,80	58	32	90	32	0	32	0	32	76	138	56	0	547	45,5	97
17	Цыпленок 1 категории	53	60	31,80	0	92	0	60	0	0	0	0	137	0	24	60	373	31,1	98
18	Субпродукты (печень, язык, с	40	60	24,00	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	320	24,6	103
19	Рыба-филе	77	60	46,20	62	0	0	0	72	170	62	170	0	0	0	0	537	44,7	97
20	Молоко	350	60	210,00	373	0	200	240	426	148	328	0	100	296	240	98	2450	204,2	97
21	Кисломолочные продукты	180	60	108,00	0	200	0	200	0	200	0	230	0	0	200	200	1230	102,5	95
22	Творог	60	60	36,00	0	113	0	0	0	90	0	131	0	0	0	0	424	35,3	98
23	Сметана	10	60	6,00	0	10	10	10	0	0	17	5	10	10	0	0	72	6,0	100
24	Сыр	15	60	9,00	30	0	0	0	0	0	15	17	13	15	0	15	105	8,7	97
25	Масло сливочное	35	60	21,00	26	19	0	16	24	10	26	25	20	19	25	15	225	20,5	98
26	Масло растительное	18	60	10,80	2	14	19	5	11	19	6	5	10	13	3	12	119	9,9	91
27	Яйца	40	60	24,00	2	6	0	3	13	111	0	5	0	11	0	125	276	23,0	96
28	Соль	5	55	2,75	2,00	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	1,80	22	1,8	1,8	66



Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей с 12 до 18 лет

Среднесуточная (усредненная) норма продуктов в г, мл, г нетто на 1 ребенка СанПиН 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, ккал		выполнение, %	средняя калорийность за неделю, 6 дней	Обед, ккал		выполнение, %	средняя калорийность за неделю, 6 дней	Итого, ккал		выполнение, %	средняя калорийность за неделю, 6 дней
	(25% от суточного рациона)	680			(35% от суточного рациона)	952			(60% от суточного рациона)	1632		
1 день	655,13		96		955,92		100		1611,05		99	
2 день	684,47		104		984,80		103		1669,27		102	
3 день	671,21		98		955,98		100		1627,19		100	
4 день	656,60		98		952,45		100		1609,05		99	
5 день	686,58		105		919,30		97		1605,88		98	
6 день	676,21		98	671,70	982,92		100	958,56	1659,13		102	1630,26
7 день	710,40		105		981,95		103		1692,35		104	
8 день	680,39		96		996,94		105		1677,33		103	
9 день	699,40		103		985,78		104		1685,18		103	
10 день	654,54		94		958,23		101		1612,77		99	
11 день	671,75		103		982,04		103		1663,79		103	
12 день	682,82		102	683,22	992,62		101	982,93	1675,44		100	1666,14
<b>ИТОГО в среднем за 12 дней</b>	<b>677,46</b>		<b>100</b>		<b>970,74</b>		<b>101</b>		<b>1648,20</b>		<b>101</b>	

завтрак	646,00	714	680
обед	904,40	999,60	952
	1713,6	1713,6	1632



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека  
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения  
«Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»  
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»)  
Холодильная, 57, Тюмень, 625027; Телефон (3452) 56-79-90, (3452) 56-79-91, (3452) 56-79-92  
Тел/факс (3452) 20-50-06; e-mail: [tocgsen@fguz-tyumen.ru](mailto:tocgsen@fguz-tyumen.ru); [http:// www.fguz-tyumen.ru](http://www.fguz-tyumen.ru)  
ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001



УТВЕРЖДАЮ

Главный врач (заместитель) ФБУЗ  
«Центр гигиены и эпидемиологии в  
Тюменской области»

А.Я. Фольмер

№ 88/19

« 15 » ноября 2023 г.

г. Тюмень

#### Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного циклического 12-ти дневного меню для горячих завтраков и обедов для питания детей в возрасте с 12 лет и старше.

2. Заявитель: АО «КШП «Центральный», юридический адрес: 625031, г. Тюмень, проезд Шаимский, 14 а/2, ИНН 7202147150, ОГРН 1067203206938.

3. Получатель: АО «КШП «Центральный», юридический адрес: 625031, г. Тюмень, проезд Шаимский, 14 а/2, ИНН 7202147150, ОГРН 1067203206938.

4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:

На основании заявки № 000149729 от 19.10.2023г. рассмотрено представленное примерное циклическое 12-ти дневное меню для горячих завтраков и обедов для питания детей в возрасте с 12 лет и старше.

Меню разработано на основании:

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

При составлении меню использованы:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, III часть - М.: Хлебпродинформ, 1991 г.
- Картоотека блюд лечебного и рационального питания, 1,2,3,4 часть – Екатеринбург, Средне – Уральское книжное издательство, 1995г.
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1 – Москва: 2006г.

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах – М.: Хлебпродинформ, 2004г.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания – М.Хлебпродинформ, 2002г.
- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации – Пермь, «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г.
- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, I часть, II часть – Пермь: Пермская государственная медицинская академия, Уральский институт питания, 2001г.
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г.

Представлены: аннотация к меню, накопительная ведомость, таблица распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи. Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 12 дней для возрастной группы детей в возрасте с 12 лет, в соответствии с п. 8.1.3, п. 8.1.4 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности (содержание белков, жиров и углеводов в каждом блюде). Приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий.

На долю завтрака в среднем за 12 дней приходится 25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю обеда – 35% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 12 лет и старше (приложение 10, таблица 1, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям п. 8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Суммарный объем готовых блюд для указанной возрастной группы с 12 лет и старше соответствует требованиям п. 8.1.2 (приложение 9, таблица 3) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Масса порций готовых блюд для указанной возрастной группы с 12 лет и старше соответствует п. 8.1.2. (таблица 1, приложение 9) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используются: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированное молоко и напитки. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений), в соответствии с п. 8.1.9. (приложение 6) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Представленное примерное цикличное 12-ти дневное меню для горячих завтраков и обедов для питания детей в возрасте с 12 лет и старше, разработанное АО «КШП «Центральный», соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Врач по общей гигиене



М.А. Максимова