

ПРИМЕРНОЕ 12-ти дневное МЕНЮ 2-хразового питания школьников с 11 лет и старше, СанПин 2.4.5.2409-08, брутто (60% суточной нормы)

1-й день

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																	
	Каша овсяная молочная жидкая №192, 200/5	9,62	4,80		11,78	0,00	35,14	291,29	221,1	66,42	271,4	1,7	63,1	69,61	0,73	0,22	0,87
	Сыр	15	3,95	3,95	3,99	0,00	0,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11
	Масло сливочное	10	0,05	0,05	8,25	0,00	0,08	74,75	1,2	0	1,9	0,02	59	65,3	0,1	0	0
	Чай с молоком и сахаром №284, сб. 20/200		1,44	1,45	1,43	0,00	9,42	54,61	53,01	6,09	39,15	0,06	6	11	0	0,01	0,26
	Сок фруктовый ГТК	150	0,75	0,00	0,15	0,00	15,15	64,86	10,5	6	10,5	2,1	0	0	0,15	0,02	3
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,00	0,40	0,00	19,32	98,20	9,2	13,2	34,8	0,8	0	0	0,52	0,06	0
	Итого за прием		18,96	10,24	26,00	0,00	79,11	636,30	445	99,96	447,7	4,79	159,6	181,61	1,56	0,32	4,24
Обед																	
	Салат "Здоровье" №34, сб.2016 г.	100	1,71	0,00	4,52	0,00	8,62	86,84	31,77	28,94	52,17	1,02	0	849,25	0,24	0,05	8,04
	Борщ с капустой и картофелем №56, сб 250/7		1,85	0,20	4,29	0,00	11,89	97,06	34,66	20,76	46,37	0,97	20,46	248,32	0,24	0,04	7,95
	Пампушки с чесноком №279, сб. 2016г 39		2,57	0,15	2,29	0,00	16,26	98,57	6,7	4,07	22,19	0,32	1,47	1,56	0,63	0,04	0,06
	Рыба отварная с соусом польским №82 80/30		0,84	0,62	4,89	0,00	1,76	54,92	4,55	1,91	12,6	0,17	25,82	64	0,02	0,01	0,48
	Картофельное пюре с морковью № 167 200/5		3,67	0,76	7,33	0,00	22,71	177,25	43,28	38,98	97,82	1,22	28,87	32,65	0,05	0,11	4,97
	Компот из смеси сухофруктов №294, сб200		0,53	0,17	0,06	0,00	21,14	85,68	13,9	8,07	10,59	0,86	0	0	0	0,06	0,11
	Фрукты свежие	95	0,38	0,00	0,29	0,00	9,79	48,16	18,05	11,4	15,2	2,19	0	1,9	0,38	0,02	4,75
	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,00	0,70	0,00	33,81	171,85	16,1	23,1	60,9	1,4	0	0	0,91	0,11	0
	Хлеб ржаной	80	5,28	0,00	0,96	0,00	26,72	154,70	28	37,6	126,4	3,12	0	0,8	1,12	0,14	0
	Итого за прием		22,36	1,91	25,32	0,00	152,69	975,03	196,5	174,3	441,5	11,2	76,04	1198,5	3,59	0,57	26,36

Составлено заместителем
наглашница турмуторгильного
отдела в 1
Турмуторгильного М. Г. Третьяков

Утверждено
Утверждено
Утверждено
Утверждено
Утверждено

Утверждено
Утверждено
Утверждено
Утверждено
Утверждено

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей
и благополучия человека

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения

«Центр гигиены и эпидемиологии в Забайкальском крае»

(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Забайкальском крае»)

672000, г. Чита, ул. Ленинградская, д. 70, а/я 900, телефон 35-64-04; факс 8(3022) 35-93-23;

e-mail: cge@megalink.ru; <http://www.cgemegalink.ru>

ОКПО 74425137; ОГРН 1057536032069; ИНН/КПП 7536058990/753601001

Орган инспекции

Аттестат аккредитации RA.RU.710086,

зарегистрирован в Реестре аккредитованных лиц 13.08.2015

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель органа инспекции

И.Г. Дампилова

МП

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 6592/ЭЗ - 26493 от « 24 » октября 2019 г.

(санитарно-эпидемиологическая экспертиза примерного 12-ти дневного меню)

1. Наименование организации: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 23 пгт. Могзон.

2. Юридический адрес: Забайкальский край, Хилокский район, пгт. Могзон, ул. Профсоюзная, д. 54.

3. Заявитель: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 23 пгт. Могзон, расположенное по адресу: Забайкальский край, Хилокский район, пгт. Могзон, ул. Профсоюзная, д. 54. (договор № 93 от 21 августа 2019 г).

4. Объект инспекции: проектная, техническая документация (примерное 12-ти дневное меню для учащихся с 7 до 11 лет, с 11 до 18 лет).

5. Вид инспекции: санитарно-эпидемиологическая экспертиза примерного 12-ти дневного меню.

6. Метод инспекции: санитарно-эпидемиологическая экспертиза примерного 12-ти дневного меню на соответствие требований СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

7. Установлено: для обеспечения здоровым питанием обучающихся разработан рацион питания, предусматривающий формирование набора продуктов, предназначенных для питания детей в течение фиксированного времени.

На основании сформированного рациона питания разработано примерное 12-ти дневное меню, включающее распределение перечня блюд и хлебобулочных изделий.

Представленная форма 12-ти дневного меню соответствует рекомендуемой форме составления примерного меню, указанной в приложении № 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (далее по тексту СанПиН 2.4.5.2409-08), согласована руководителем образовательного учреждения, что соответствует требованиям п. 6.5. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Представленное примерное 12-ти дневное меню разработано для учащихся возрастной группы с 7 до 10 лет, с 11 лет и старше.

Представленное примерное 12-ти дневное меню содержит информацию об энергетической и пищевой ценности, что соответствует требованиям п. 6.10. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Для учащихся организован горячий завтрак и обед что соответствует требованиям п. 6.8. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Соотношение белков, жиров и углеводов (Б:Ж:У) в представленном примерном 12-ти дневном меню составило:

для учащихся с 7 до 10 лет

- 1-й день – 1:1,4:5,8	при норме 1:1:4;
- 2-й день – 1:0,7:2,6	при норме 1:1:4;
- 3-й день – 1:1,1:4,3	при норме 1:1:4;
- 4-й день – 1:1:3,7	при норме 1:1:4;
- 5-й день – 1:0,9:3,5	при норме 1:1:4;
- 6-й день – 1:1,1:2,7	при норме 1:1:4;
- 7-й день – 1:0,8:3,9	при норме 1:1:4;
- 8-й день – 1:0,9:5,0	при норме 1:1:4;
- 9-й день – 1:1,2:5,1	при норме 1:1:4;
- 10-й день - 1:0,9:4,3	при норме 1:1:4.
- 11-й день - 1:0,7:2,4	при норме 1:1:4.
- 12-й день - 1:0,9:5,6	при норме 1:1:4.

с 11 лет и старше

- 1-й день - 1:1,1:6,8	при норме 1:1:4;
- 2-й день – 1:0,6:2,9	при норме 1:1:4;
- 3-й день – 1:1,1:4,3	при норме 1:1:4;
- 4-й день – 1:0,9:3,8	при норме 1:1:4;
- 5-й день – 1:0,9:3,2	при норме 1:1:4;
- 6-й день – 1:1,1:3,0	при норме 1:1:4;
- 7-й день – 1:0,8:3,7	при норме 1:1:4;
- 8-й день – 1:1,0:4,6	при норме 1:1:4;
- 9-й день – 1:1,1:5,2	при норме 1:1:4;
- 10-й день - 1:0,8:4,2	при норме 1:1:4.
- 11-й день - 1:0,7:2,6	при норме 1:1:4.
- 12-й день - 1:0,9:5,5	при норме 1:1:4.

		250		120	300	120	230	
--	--	-----	--	-----	-----	-----	-----	--

Масса порции блюд «Напитки» (в граммах) для учащихся с 7 до 10 и с 11 лет и старше во все дни соответствует требованиям п.6.9 приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса порции блюд «Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо» (в граммах) для учащихся с 7 до 10 лет старше во все дни соответствует требованиям п.6.9 приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса порции блюд «Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо» (в граммах) для учащихся с 11 лет и старше во все дни не соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса порции блюд «Мясо, котлета» для учащихся с 7 лет до 10 лет во все дни соответствует требованиям п. 6.9 (приложения 3) СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса порции блюд «Мясо, котлета» для учащихся с 11 и старше во все дни соответствует требованиям п. 6.9 (приложения 3) СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса блюд «Гарнир» для учащихся с 7 до 10 лет во все дни соответствует требованиям п. 6.9. (приложения 3) СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса блюд «Гарнир» для учащихся с 11 и старше во все дни, кроме 3-го соответствует требованиям п. 6.9. (приложения 3) СанПиН 2.4.5.2409-08.

Согласно представленному меню распределение калорийности по приемам пищи в процентном отношении составляет:

№ п/п	завтрак		норма
	с 7-10 лет	с 11 лет и старше	
1 день	26,3	23,4	20-25 %
2 день	27,0	27,4	20-25 %
3 день	24,8	23,3	20-25 %
4 день	24,2	23,7	20-25 %
5 день	24,6	20,8	20-25 %
6 день	26,1	23,5	20-25 %
7 день	24,2	25,7	20-25 %
8 день	23,8	21,2	20-25 %
9 день	26,0	25,2	20-25 %
10 день	23,0	23,6	20-25 %
11 день	24,0	25,7	20-25 %
12 день	21,7	20,6	20-25 %

Калорийность завтрака во все дни соответствует требованиям п. 6.14. СанПиН 2.4.5.2409-08.

№ п/п	обед	норма
-------	------	-------

Такие продукты как мясо, молоко, сливочное и растительное масло с каждым приемом пищи для питания учащихся предусмотрены ежедневно, что соответствует требованиям п. 6.17. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Творог, кисломолочные продукты в меню включены, что соответствует требованиям п. 6.17. СанПиН 2.4.5.2409-08.

В меню на завтрак включено горячее блюдо, горячий напиток, что соответствует требованиям п. 6.18. СанПиН 2.4.5.2409-08.

В представленном меню на завтрак предусмотрены овощи и фрукты, что соответствует рекомендациям п. 6.18. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Согласно представленному примерному 12-ти дневному меню объемы порций в граммах на одного учащегося в возрасте с 7 до 10 лет, с 11 лет и старше приведены в таблице 1.

Таблица 1.

Название блюда		Каши, овощное, яичное, творожное, мясное блюда	Напитки (чай, какао, сок, компот, молоко, кефир и т.д.)	Салат	Суп	Мясо, котлета	Гарнир	Фрукты
Масса порций (в гр.) для обучающихся с 6 до 11 лет и старше, факт/норма – прил. 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08	1-й день	150/150-200	200/200	80/60-100	250/200-250	80/80-120	200/150-200	100/100
		200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	95/100
		150/150-200	200/200	60/60-100	250/200-250	80/80-120	150/150-200	100/100
	2-й день	200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	100/100
		200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	100/100
		200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	100/100
	3-й день	200/150-200	200/200	80/60-100	250/200-250	80/80-120	150/150-200	-
		200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	-
		200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	-
	4-й день	150/150-200	200/200	80/60-100	250/200-250	80/80-120	150/150-200	95/100
200/200-250		200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	95/100	
200/200-250		200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	95/100	

		250		150	300	120	230	
5-й день	200/150- 200	200/200	-60/100	250/200- 250	80/80- 120	105/150- 200	100/100	
	200/200- 250	200/200	-100- 150	250/250- 300	100/100- 120	160/180- 230	100/100	
6-й день	150/150- 200	200/200	80/60- 100	250/200- 250	80/80- 120	180/150- 200	-	
	200/200- 250	200/200	100/100- 150	250/250- 300	100/100- 120	200/180- 230		
7-й день	150/150- 200	200/200	60/60- 100	250/200- 250	80/80- 120	180/150- 200	95/100	
	200/200- 250	200/200	100/100- 120	250/250- 300	100/100- 120	180/180- 230	95/100	
8-й день	200/150- 200	200/200	80/60- 100	250/200- 250	110/80- 120	200/150- 200	95/100	
	200/200- 250	200/200	100/100- 120	250/250- 300	140/100- 120	200/180- 230	95/100	
9-й день	200/150- 200	200/200	80/60- 100	250/200- 250	100/80- 120	180/150- 200	95/100	
	200/200- 250	200/200	100/100- 120	250/250- 300	100/100- 120	200/180/230	95/100	
10-й день	170/150- 200	200/200	80/60- 100	250/200- 250	80/80- 120	200/150- 200	75/100	
	200/200- 250	200/200	100/100- 120	250/250- 300	100/100- 120	200/180- 230	95/100	
11-й день	150/150- 200	200/200	80/60- 100	250/200- 250	80/80- 120	180/150- 200	-	
	200/200- 250	200/200	100/100- 120	250/250- 300	100/100- 120	200/180- 230		
12-й день	250/150- 200	200/200	100/60- 100	250/200- 250	80/80- 120	150/150- 200	-	
	250/200-	200/200	100/100-	250/250-	100/100-	180/180-		

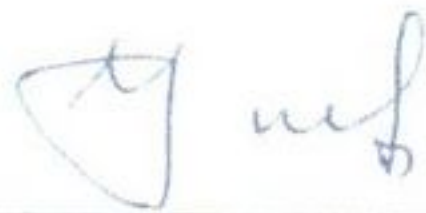
	с 7-10 лет	с 11 лет и старше	
1 день	31,4	35,9	30-35 %
2 день	37,2	39,6	30-35 %
3 день	39,5	37,8	30-35 %
4 день	39,1	42,6	30-35 %
5 день	35,6	42,4	30-35 %
6 день	37,9	38,2	30-35 %
7 день	35,3	35,2	30-35 %
8 день	35,1	36,4	30-35 %
9 день	37,0	36,8	30-35 %
10 день	37,8	37,4	30-35 %
11 день	43,4	44,3	30-35 %
12 день	30,1	30,0	30-35 %

Калорийность обеда во все дни в пределах нормы, что соответствует требованиям п. 6.14. СанПиН 2.4.5.2409-08.

8. **ЗАКЛЮЧЕНИЕ:** представленное примерное 12-ти дневное меню для учащихся возрасте с 7 до 10 лет и с 11 и старше, посещающих Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 23 пгт. Могзон, расположенное по адресу: Забайкальский край, Хилокский район, пгт. Могзон, ул. Профсоюзная, д. 54.

«соответствует» требованиям п. 6.5, 6.10, 6.8, 6.14, 6.17, 6.18, 6.9, (приложение3) СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Эксперт



А. С. Колесников

Технический директор органа инспекции



К. А. Гордовский