

СОГЛАСОВАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ

С 10.02.2025Г

УТВЕРЖДАЮ

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ (54309) ЗАВТРАК СТАРШАЯ ШКОЛА (5-11 КЛАСС) НА СУММУ - 12,6 руб. + 80 руб. (ДОТАЦИЯ + РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА) - 92,60 руб.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	5,50	5,50	34,32	208,80	4,80	0,17	0,10	135,86	0,09	39,79	114,94	20,19	1,00	17,79	0,00	0,00	0,00	305	2011
МЯСО (СВИНИНА) ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	35/65	9,00	13,00	7,50	183,00	8,20	0,01	0,17	51,00	2,01	185,00	72,00	12,50	0,40	130,00	0,02	0,01	0,80	256	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,25	0,01	10,29	43,42	1,16	0,00	0,01	0,00	0,00	15,43	8,81	6,56	0,80	37,12	0,00	0,00	0,00	377	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09	0,00	0,10	0,03	0,00	0,00	13,80	50,40	19,80	1,20	77,40	0,00	0,00	0,01	2008	2008
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	13	0,98	1,27	9,67	54,21	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,77	11,70	2,80	0,27	14,30	0,00	0,00	0,00	2008	2008
Итого за прием пищи:	553	20,31	20,15	91,89	631,52	14,16	0,29	0,32	186,86	2,10	257,79	257,85	61,65	3,67	276,61	0,02	0,01	0,81		
Всего за день:		20,31	20,15	91,89	631,52	14,16	0,29	0,32	186,86	2,10	257,79	257,85	61,65	3,67	276,61	0,02	0,01	0,81		



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Икра кабачковая	100	1,90	8,90	7,70	119,00	7,00	0,02	0,05	0,19	0,00	41,00	37,00	15,00	0,70	214,00	0,00	0,00	0,00	5	2008
Макаронные изделия отварные	180	6,87	4,51	22,21	152,95	3,61	0,08	0,03	39,73	1,65	97,25	23,57	12,62	0,13	0,00	0,00	0,01	0,01	202.1	2011
Биточки "нежные" (из мяса птицы) с соусом	50/50	8,00	6,00	12,00	134,00	3,50	0,10	0,23	155,00	0,75	115,00	147,00	20,00	1,81	0,00	0,02	0,00	0,87	254	2011
Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01	2008	2008
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,05	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	630	19,59	19,72	76,68	563,06	14,11	0,28	0,34	194,92	2,40	270,80	249,57	65,43	3,64	279,24	0,02	0,01	0,89		
Всего за день:		19,59	19,72	76,68	563,06	14,11	0,28	0,34	194,92	2,40	270,80	249,57	65,43	3,64	279,24	0,02	0,01	0,89		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Каша молочная овсяная "Геркулес" вязкая	180	6,22	8,89	44,10	281,05	11,70	0,14	0,06	139,97	1,57	62,11	91,28	18,27	0,77	83,64	0,00	0,00	0,04	184	2008
Курник (картофель, курица)	120	10,00	10,10	10,71	173,74	3,07	0,09	0,28	38,00	0,83	150,00	120,00	20,00	2,00	122,00	0,02	0,01	0,75	п.п.	
Кофейный напиток с молоком	200	1,00	1,00	13,10	65,40	2,07	0,02	0,00	20,00	0,00	59,74	42,35	11,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	379	2011
Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01	2008	2008
Итого за прием пищи:	550	21,04	20,30	93,00	638,60	16,84	0,33	0,37	197,97	2,40	283,35	295,63	66,32	3,77	250,14	0,02	0,01	0,88		
Всего за день:		21,04	20,30	93,00	638,60	16,84	0,33	0,37	197,97	2,40	283,35	295,63	66,32	3,77	250,14	0,02	0,01	0,88		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	100	1,80	3,70	10,00	80,50	0,00	0,07	0,00	0,00	0,06	5,00	7,00	12,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,01	42	2011
Каша рассыпчатая гречневая	180	5,50	5,09	19,20	145,04	0,00	0,11	0,08	98,00	1,40	128,00	0,00	12,46	0,06	15,00	0,02	0,01	0,31	171.1	2011
Куриная грудка, тушеная в соусе	30/70	8,00	11,00	20,00	211,00	15,00	0,03	0,21	126,50	1,00	124,00	240,00	20,00	2,63	154,00	0,00	0,00	0,55	290	2011
Компот из ягод	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,19	0,00	1,56	0,00	0,82	0,00	0,00	0,00	344	2011
Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01	2008	2008
Итого за прием пищи:	630	19,22	20,10	83,97	593,65	15,00	0,29	0,32	224,50	2,46	275,69	289,00	62,52	3,69	253,32	0,02	0,01	0,88		
Всего за день:		19,22	20,10	83,97	593,65	15,00	0,29	0,32	224,50	2,46	275,69	289,00	62,52	3,69	253,32	0,02	0,01	0,88		

ЗАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ  
ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ (54309) ЗАВТРАК СТАРШАЯ ШКОЛА (5-11 КЛАСС) НА СУММУ - 12,6 руб. + 80 руб. (ДОТАЦИЯ + РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА) - 92,60 руб.

УТВЕРЖДАЮ



5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,80	8,41	26,08	195,41	0,00	0,16	0,01	68,03	0,00	14,94	104,58	3,00	0,02	0,00	0,02	0,01	0,50	128	2011
КОТЛЕТА "ДОМАШНЯЯ" С СОУСОМ	50/50	10,00	11,91	22,20	235,99	15,85	0,10	0,29	151,00	2,19	208,00	116,00	35,00	2,66	142,00	0,00	0,00	0,39	3	2024
ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	1,00	1,00	5,90	40,60	0,09	0,01	0,00	0,01	0,01	44,00	7,00	3,30	0,00	39,00	0,00	0,00	0,00	378	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (КЕКС)	20	0,97	0,58	11,00	53,10	1,00	0,00	0,01	0,00	0,00	10,00	11,00	3,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	П.П	П.П
Итого за прием пищи:	550	19,59	22,21	91,27	643,51	16,94	0,35	0,34	219,04	2,20	288,44	280,58	65,80	3,68	255,50	0,02	0,01	0,90		
Всего за день:		19,59	22,21	91,27	643,51	16,94	0,35	0,34	219,04	2,20	288,44	280,58	65,80	3,68	255,50	0,02	0,01	0,90		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180/35	14,20	18,30	34,00	357,50	16,00	0,18	0,29	216,59	2,40	226,40	210,90	42,30	2,60	199,00	0,00	0,01	0,90	311	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,05	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	430	2008
ФРУКТ МЫТЫЙ (ЯБЛОКО)	100	0,33	0,33	8,50	40,77	0,83	0,02	0,00	0,01	0,00	1,74	0,00	3,57	0,10	0,00	0,02	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	565	18,35	18,94	77,27	555,38	16,83	0,28	0,32	216,60	2,40	245,69	252,90	63,68	3,70	264,24	0,02	0,01	0,91		
Всего за день:		18,35	18,94	77,27	555,38	16,83	0,28	0,32	216,60	2,40	245,69	252,90	63,68	3,70	264,24	0,02	0,01	0,91		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,40	3,60	8,71	72,84	0,00	0,02	0,06	157,00	0,00	69,00	5,66	8,60	0,50	76,05	0,00	0,00	0,17	56	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,87	4,51	22,21	152,95	3,61	0,08	0,03	39,73	1,65	97,26	23,57	12,62	0,13	0,00	0,00	0,01	0,01	202.1	2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ	50/50	8,99	9,30	9,50	157,66	11,32	0,09	0,19	2,00	0,45	99,00	162,00	22,60	2,00	95,00	0,02	0,00	0,62	9	
КОМПОТ ИЗ ЯГОД	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,19	0,00	1,56	0,00	0,82	0,00	0,00	0,00	344	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	13	0,98	1,27	9,67	54,21	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,77	11,70	2,60	0,27	14,30	0,00	0,00	0,00		2008
Итого за прием пищи:	643	21,06	18,99	84,86	594,77	14,93	0,28	0,32	198,73	2,10	287,71	245,93	64,48	3,90	250,57	0,02	0,01	0,81		
Всего за день:		21,06	18,99	84,86	594,77	14,93	0,28	0,32	198,73	2,10	287,71	245,93	64,48	3,90	250,57	0,02	0,01	0,81		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
САЛАТ "СТЕПНОЙ"	100	3,50	4,10	7,80	82,10	2,00	0,04	0,00	11,00	0,00	25,00	46,00	13,00	0,74	100,00	0,01	0,00	0,10	30	2008
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ С МАСЛОМ	190	12,35	15,20	36,73	333,14	14,05	0,14	0,30	175,00	2,07	200,00	186,67	29,01	2,04	70,02	0,01	0,01	0,73	12	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	0,00	1,80	0,00	0,90	0,00	0,00	0,00	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	60	4,58	0,37	30,11	142,09	0,00	0,10	0,03	0,00	0,00	13,80	50,40	19,80	1,20	77,40	0,00	0,00	0,01		2008
Итого за прием пищи:	560	20,43	19,67	84,32	596,03	16,05	0,28	0,33	186,00	2,07	247,08	283,07	63,61	3,98	248,32	0,02	0,01	0,84		
Всего за день:		20,43	19,67	84,32	596,03	16,05	0,28	0,33	186,00	2,07	247,08	283,07	63,61	3,98	248,32	0,02	0,01	0,84		

УТВЕРЖДАЮ  
ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ (54309) ЗАВТРАК СТАРШАЯ ШКОЛА (5-11 КЛАСС) НА СУММУ - 12,6 руб. + 80 руб. (ДОТАЦИЯ + РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА) - 92,60 руб.

УТВЕРЖДАЮ

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг		
ИКРА МОРКОВНАЯ	100	1,50	6,40	11,00	107,60	3,00	0,00	0,08	70,61	0,22	0,00	25,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	54	2011
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	4,38	5,05	24,00	159,96	9,16	0,10	0,23	123,39	1,93	134,99	78,37	19,00	1,75	68,45	0,02	0,01	0,56	171,1	2011	2011	
МЯСО (СВИНИНА) ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ И СОУСОМ	30/70	9,00	7,50	8,00	135,50	4,00	0,06	0,04	0,00	0,00	115,00	112,00	21,00	1,00	101,00	0,00	0,00	0,39	256	2008	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,05	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	430	2008	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09	0,00	0,10	0,03	0,00	0,00	13,80	50,40	19,80	1,20	77,40	0,00	0,00	0,01	2008	2008	2008	
БУЛОЧКА С САХАРОМ	40	1,60	2,40	11,20	72,80	0,81	0,03	0,01	16,00	0,25	7,20	11,20	4,40	0,11	9,60	0,00	0,00	0,03	П.П.			
Итого за прием пищи:	680	21,06	21,72	93,99	655,65	16,97	0,29	0,39	210,00	2,40	277,04	276,97	65,51	4,06	257,19	0,02	0,01	0,99				
Всего за день:		21,06	21,72	93,99	655,65	16,97	0,29	0,39	210,00	2,40	277,04	276,97	65,51	4,06	257,19	0,02	0,01	0,99				

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,80	8,41	26,08	195,41	0,00	0,16	0,01	68,03	0,00	14,94	104,58	28,00	1,62	89,00	0,02	0,01	0,50	128	2011	2011
РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ)	40/60	9,30	10,00	22,00	215,20	15,20	0,06	0,29	123,00	2,15	170,00	91,00	10,00	1,15	79,00	0,00	0,00	0,29	253	2012	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09	0,00	0,10	0,03	0,00	0,00	13,80	50,40	19,80	1,20	77,40	0,00	0,00	0,01	2008	2008	2008
ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	1,00	1,00	6,30	40,80	0,09	0,01	0,00	0,01	0,01	44,00	7,00	8,30	0,00	39,00	0,00	0,00	0,00	378	2011	2011
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПРЯНИК)	20	0,97	0,78	2,72	21,73	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	2008	2008
Итого за прием пищи:	560	19,65	20,56	87,81	615,03	15,29	0,33	0,33	191,04	2,16	242,74	252,98	66,10	3,97	284,40	0,02	0,01	0,80			
Всего за день:		19,65	20,56	87,81	615,03	15,29	0,33	0,33	191,04	2,16	242,74	252,98	66,10	3,97	284,40	0,02	0,01	0,80			

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Итого за весь период	200,30	202,36	865,06	6 087,20	157,12	3,00	3,38	2 025,06	22,59	2 676,33	2 684,48	645,10	38,06	2 619,63	0,20	0,10	8,71			
Среднее значение за период	20,03	20,24	86,51	808,72	15,71	0,30	0,34	202,57	2,27	267,63	268,45	64,51	3,81	261,96	0,02	0,01	0,87			
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13,2	29,9	56,9																	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	
ЗАВТРАК 5-11 КЛАСС (РОД.ПЛАТА 80РУБ + 12,60РУБ ДОТАЦИЯ ) 92,60	591

### Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Завтрак 5-11класс-92.60руб.(54309)
2	Информация о возрастной группе детей	от 12 до 18 лет
3	Информация о характеристике питающихся	Без особенностей
4	Тип организации, для которого разработано меню	Уровень 1 - Общеобразовательная организация
5	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 методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. »,
6	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)	591	550	107%	22%
Калорийность, ккал.	608.72	544-782	112%	22%
Количество белков (г)	20.03	18	111%	22%
Количество жиров (г)	20.24	18.4	110%	22%
Количество углеводов (г)	86.51	76.6	113%	23%
Витамин С, мг	15.71	14	112%	22%
Витамин В1, мг	0.30	0.28	107%	21%
Витамин В2, мг	0.34	0.32	106%	21%
Витамин А, мкг рэ	202.57	180	113%	23%
Кальций, мг	267.63	240	112%	22%
Магний, мг	64.51	60	108%	22%
Железо, мг	3.81	3.4	112%	21%
Калий, мг	261.96	240	109%	22%
Йод, мкг	20	24	113%	20%
Селен, мкг	10	10	100%	20%

#### Информация о содержании соли и сахара в меню

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"  
ID меню: 54309

## 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	1.2	83%
Сахар (г)	6	11.6	52%

### 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. Калорийность меню не ниже регламентированных значений по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей) Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 13.2%, 29.9%, и 56.9% соответственно.
4. 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 .*
5. В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.
6. В меню отсутствуют колбасные изделия, бутерброды, консервированные томаты, консервированные огурцы.

---

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 "ИИ Александра" 10.02.25.

---

