

Федеральная служба по надзору  
в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека  
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения  
«Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель руководителя  
органа инспекции ФБУЗ «Центр гигиены  
и эпидемиологии в Краснодарском крае»  
в \_\_\_\_\_ филиале  
Белореченском  
Егорова М.Л.

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 1/23 «18» января 2021 года

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы  
единого меню питания для обучающихся 5-11 классов, МБОУ СОШ  
№4,5,6,7,8,9,15,16,17,34,25,22,24,30,26,27,28,68,21 муниципальных бюджетных общеоб-  
разовательных учреждениях г. Белореченска и Белореченского района (примерных цик-  
лических меню горячих завтраков и обедов) на зимне – весенний период, разработанного  
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный технологический университет», по  
адресу: 350072, Южный федеральный округ, Краснодарский край, г. Краснодар, улица  
Московская, дом №2.

Производство экспертизы начато: 18.01.2021г.

Производство экспертизы окончено: 18.01.2021г.

1. Основание: Заявление ИП Курбановой Габигат Магомедовны. вх. № 25 от 12.01.2021г.

2. Заявитель: ИП Курбанова Габигат Магомедовна.

ИНН 230302676664 ОГРН 411236826602389

Юридический адрес: Р.Ф., Краснодарский край, Белореченский район, станица Пшехская,  
улица Строителей, дом №1/2.

Фактический адрес: Р.Ф., Краснодарский край, Белореченский район, станица Пшехская,  
улица Строителей, дом №1/2.

3. Разработчик: ФГБОУ ВО «Кубанский государственный технологический университет»

Юридический адрес: 350072, Южный федеральный округ, Краснодарский край, г.  
Краснодар, улица Московская, дом №2

Фактический адрес: 350072, Южный федеральный округ, Краснодарский край, г.  
Краснодар, улица Московская, дом №2

4. Цель экспертизы: оценить соответствие (не соответствие), представленного на эксперти-  
зу, единого меню питания для обучающихся 5-11 классов, Муниципальных бюджетных об-  
щеобразовательных учреждений г. Белореченска и Белореченского района (примерных  
циклических меню горячих завтраков и обедов) на зимне – весенний период, разработанного  
ФГБОУ ВО «Кубанский государственный технологический университет», по адресу: 350072,  
Южный федеральный округ, Краснодарский край, г. Краснодар, улица Московская, дом №2,  
требованиям: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к орга-  
низации общественного питания населения».

5. Перечень рассмотренных материалов:

Продолжение:

Страницы № 2-6

Филиал  
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

673455



- заявление вх. № 25 от 12.01.2021г.;

- примерное 10-ти дневное меню (зима-весна) завтрак для организации питания учащихся общеобразовательных учреждений возрастной категории 12 лет и старше, 5-11 классов;

- примерное 10-ти дневное меню (зима-весна) обедов для организации питания учащихся общеобразовательных учреждений возрастной категории 12 лет и старше, 5-11 классов;

- Техничко - технологические карты блюд и кулинарных изделий на предоставленные меню для питания учащихся общеобразовательных учреждений, возрастной категории 12 лет и старше, 5-11 классов, согласно требований «Сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов»;

#### 6. Санитарно-эпидемиологическая оценка:

При проведении экспертизы 10-ти дневного меню (зима-весна) завтраки для организации питания учащихся общеобразовательных учреждений возрастной категории, 12 лет и старше, 5-11 классов 10-ти дневного меню (зима-весна) обеды для организации питания учащихся общеобразовательных учреждений возрастной категории, 12 лет и старше, 5-11 классов установлено: меню горячих завтраков и обедов разработаны на основе документации:

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

- сборника рецептур блюд и кулинарных изделий, для питания школьников/ Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2007.-628с..

- сборник рецептур блюд и кулинарных изделий, для предприятий общественного питания при образовательных школах.- В.Т. Лапшина-М: «Хлебпродинформ»-2004. Представленное меню предусматривает однократный прием пищи: горячий завтрак, распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии соответствует гигиеническим требованиям и составляет: завтрак 20% -25 % от суточного рациона питания школьников В настоящем меню соблюдены нормы питания по наборам продуктов (в граммах на 1 ребенка) с учетом таблицы замены по основным веществам (БЖУК). Кулинарная обработка продуктов, использованных в блюдах цикличного меню, проводится в соответствии с утвержденной нормативно-технологической документацией, по шадящему типу (по принципу лечебно-профилактического питания): тушение, варение, запекание, припускание. Для профилактики йододифицита в рацион питания включены йодсодержащие продукты: морская рыба, йодированная соль. В меню отсутствуют запрещенные продукты согласно (приложения №6) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». Меню содержит полную информацию о массе порций, о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности каждого блюда, подсчитана их сумма за каждый день. Масса порций блюд по приемам пищи соответствуют требованиям (приложение №9, таблица №1) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». В представленном меню ассортимент используемого продуктового сырья включает: молочные продукты, мясо, рыбу, яйцо, овощи, фрукты, крупы, картофель и т.д. Набор продуктов соответствует требованиям согласно приложения № 7, таблица №2, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Для возрастной категории 12 лет и старше, 5-11 классов (завтрак), в продуктовом наборе присутствуют необходимые группы продуктов питания, норма потребления соблюдена, соответствует гигиеническим нормативам. Выход порций соответствует предъявляемым требованиям согласно приложения № 9, таблица №1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-



Масло растительное	4,5	4,5	100
Яйцо	10	10	100
Сахар, в том числе кондитерские изделия	8.75	8.8	101
Чай	0,5	0,5	100
Какао	0,3	0,3	100
Соль иодированная	1,5	1.5	100
Кисломолочные продукты	45	45	100
Соки	50	50	100

Для возрастной категории 12 лет и старше (обед), представленное меню предусматривает однократный прием пищи, распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии соответствует гигиеническим требованиям и составляет: обед 30% -35 % от суточного рациона питания школьников в продуктовом наборе присутствуют необходимые группы продуктов питания, норма потребления соблюдена, соответствует гигиеническим нормативам. Выход порций соответствует предъявляемым требованиям (приложение №10, таблица №1) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». Согласно представленного меню, рационы школьных обедов по потреблению белков, жиров и углеводов соответствуют гигиеническим требованиям. По проведенным расчетам энергетическая ценность рациона для детей возраста 12 лет и старше составляет в среднем 871 ккал при норме 870 ккал. Для детей возрастной категории 12 лет и старше содержание белка в среднем составило 28,0г при допустимой норме 27-31г; содержание жира 29,3г при допустимой 27,6 -32,2г; содержание углеводов 122г при допустимой 114-134. Пищевая ценность рациона меню просчитана по витаминам В1, С, А, и минеральным веществам: кальций, фосфор, магний, железо. Для обеспечения физиологической потребности в витаминах в обязательном порядке проводится С- витаминизация третьих блюд обеденного рациона. Среднее содержание витамина С для возрастной категории 12 лет и старше составило 20,94мг, при допустимой 18-21мг. В состав ассортимента пищевой и готовой продукции, реализуемой в обед, включены закуски (порционные овощи, салат, первые блюда (супы, борщи), масса порций блюд соответствует требованиям (приложение №9, таблица №1) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Таблица №2: Анализ выполнения натуральных норм питания в день на одного ребенка возрастной категории 12 лет и старше, ОБЕД (ЗИМА - ВЕСНА).

Наименование продукта	Норма питания (нетто)	Фактическое выполнение нормы (нетто)	% выполнения от нормы
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	35	109
Хлеб пшеничный	60	58	98
Мука пшеничная	6	6.1	101
Крупы, бобовые	15	15.8	104,4
Макаронные изделия	5.3	5.5	101
Картофель	46,7	45.2	99



эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». Согласно представленного меню, рационы школьных завтраков по потреблению белков, жиров и углеводов соответствуют гигиеническим требованиям. По проведенным расчетам энергетическая ценность рациона для детей возраста 12 лет и старше (5-11 классов) составляет в среднем 601 ккал при норме 587,5 ккал. Для детей возрастной категории 12 лет и старше содержание белка в среднем составило 22,5г при минимально допустимой норме 18,25г; содержание жира 22,5г при минимально допустимой 18,4г; содержание углеводов 90г при минимально допустимой 76,6. Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах соответствует требованиям (приложение №10, таблица №1) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». Пищевая ценность рациона меню просчитана по витаминам В1, С, А, и минеральным веществам: кальций, фосфор, магний, железо. потребность по пищевым веществам соответствует санитарным нормам. Для обеспечения физиологической потребности в витаминах в обязательном порядке проводится С- витаминизация третьих блюд обеденного рациона. Среднее содержание витамина С для возрастной категории 12 лет и старше составило 15,4мг, при минимально допустимой 15мг (приложение №10, таблица №1) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения». При анализе технологических карт, выявлено соблюдение принципа щадящего питания, что соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Таблица №1: Анализ выполнения натуральных норм питания в день на одного ребенка возрастной категории 12 лет и старше, ЗАВТРАК (ЗИМА - ВЕСНА).

Наименование продукта	Норма питания (нетто)	Фактическое выполнение нормы (нетто)	% выполнения от нормы
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	100
Хлеб пшеничный	50	50	100
Мука пшеничная	5	4	99
Крупы, бобовые	12,5	12,4	99
Макаронные изделия	5	4,8	99
Картофель	46,7	46,2	99,8
Овощи, зелень свежие	80	78	99
Фрукты (плоды) свежие	46,3	46,3	100
Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник	5	5	100
Мясо	19,5	19,6	100
Цыплята 1 категории потрошенные	13,25	13,25	100
Рыба-филе	19,25	19,25	100
Молоко	87,5	87,5	100
Творог	15,0	15,0	100
Сыр	3,75	3,75	100
Масло сливочное	8,75	8,6	100



Овощи, зелень свежие	96	95.9	99.8
Фрукты (плоды) свежие	55.5	55.9	100
Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник	6	5.8	99.8
Мясо	23.4	23.2	99.7
Цыплята 1 категории потрошенные	15.9	15.8	100
Рыба-филе	20.3	19.3	97
Молоко	105	104.5	99.5
Творог	18	18.2	101
Сыр	4.5	4.5	100
Масло сливочное	10.5	10.5	100
Масло растительное	5.4	5.2	99.8
Яйцо	12	13	101
Сахар, в том числе кондитерские изделия	10.5	10.2	99.8
Чай	1.4	1.4	100
Какао	4.2	4.2	100
Соль йодированная	1.5	1.4	99.8
Кисломолочные продукты	54	54	100
Соки	60	60	100

На блюда представлены техно - технологические карты, которые разработаны на основе: сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. В рецептурах на блюда указаны: наименования продуктов, входящих в блюда, нормы вложения продуктов весом брутто, нормы вложения продуктов весом нетто, дан выход (вес, объем) готовых продуктов и блюда в целом. Нормы вложения продуктов весом брутто рассчитаны в рецептурах на сырьё, с учётом установленных для него норм отходов.

Кулинарная обработка продуктов, использованных в блюдах циклического меню проводится в соответствии с утвержденными нормами технологической документации по шадящему типу, ограничивающие образование экстрактивных веществ: варка, тушение, запекание. Отсутствуют запрещенные для школьного питания блюда и изделия во фритюре. В меню отсутствуют блюда, содержащие консерванты, красители, ароматизаторы. Применяемые технологические процессы для приготовления блюд в представленном примерном 10-ти дневном меню обеспечивают безопасность готовых блюд.

7. Вывод: по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы единого меню питания для обучающихся 5-11 классов, МБОУ СОШ 4,5,6,7,8,9,15,16,17,34,25,22,24,30,26,27,28,68,21 муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений г. Белореченска и Белореченского района (примерных циклических меню горячих завтраков и обедов) на зимне - весенний период, разработанного ФГБОУ ВО «Кубанский государственный технологический университет», по адресу: 350072, Южный федеральный округ, Краснодарский край, г. Краснодар, улица Московская, дом №2, соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Стр. 6 к экспертному заключению  
От 18.07 2011 г. № 1123

Врач по общей гигиене

Наименование должности,  
категория специалиста,  
проводившего экспертизу



Т.П. Бирюкова

(подпись)

Ф. И. О.

Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии»  
в Краснодарском крае  
04/3 435



Пищевая ценность ЗАВТРАК 5-11 кл. (Зима-весна)																	
		Комплекс 1	Питательные вещества			Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества						
			Б	Ж	У		B1	B2	С	А	Е	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Цинк (мг)	Йод (мкг)
131	Горох овощной отварной	60	3,40	2,30	7,70	66,90	0,07	0,02	0,00	0,00	0,12	21,30	56,20	18,40	1,14	0,54	0,00
212	Омлет	150	15,77	30,41	2,72	180,00	0,15	0,47	0,21	288,04	0,30	95,44	245,24	20,05	2,78	0,45	0,00
	Сок натуральный	150	0,07	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Фрукты свежие	100	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	2 завтрак																
	Яйцо отварное	1шт/40	15,77	30,41	2,72	347,64	0,15	0,47	0,21	288,04	0,30	95,44	245,24	20,05	2,78	0,45	0,00
	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,21	12,34	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
377	Чай с сахаром	200	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	2,83	0,00	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36	0,00	0,00
	Итого	740,00	39,89	64,02	117,65	1038,73	0,45	0,99	5,69	576,09	1,47	274,90	633,69	89,01	8,76	2,15	0,02
	Комплекс 2																
52	Салат из свежлы отварной	60	0,85	3,62	4,98	55,89	0,01	0,02	4,01	0,00	0,00	21,36	24,48	12,47	0,80	0,00	0,00
ЛТ*500	Биточки рубленные из птицы под соусом	80	8,04	9,07	9,50	151,79	0,06	0,08	0,03	56,00	1,68	19,20	80,45	27,48	1,44	1,06	0,00
	Каша пшенная	150	6,84	9,19	49,20	220,00	0,23	0,17	0,00	0,00	0,28	41,25	555,75	180,00	3,71	0,99	0,00
	Чай с молоком	200	1,32	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,34	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,48	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	2 завтрак																
	Каша пшенная	130	6,84	9,19	49,20	201,00	0,23	0,17	0,00	0,00	0,28	41,25	555,75	180,00	3,71	0,99	0,00
377	Чай с сахаром	200	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	2,83	0,00	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,21	12,34	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Итого	900	20,34	23,72	104,46	625,80	0,38	0,43	5,37	66,00	2,45	218,76	797,38	248,20	7,35	2,55	0,01

Комплекс 3																	
47	Салат из квашеной капусты	60	1,03	3,01	5,10	51,62	0,01	0,02	11,93	0,00	0,00	31,47	20,45	9,65	0,40	0,00	0,00
258	Мясо духовое (с картофелем и овощами)	173	16,30	18,17	15,33	250,00	0,10	0,14	5,35	0,00	0,00	32,11	213,44	42,09	3,60	0,00	0,00
358	Сок натуральный	150	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,48	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Кондитерское изделие	10															
2 завтрак																	
258	Картофель тушеный с овощами	100	16,30	18,17	15,33	180,00	0,10	0,14	5,35	0,00	0,00	32,11	213,44	42,09	3,60	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
358	Сок натуральный	100	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	Итого	673	39,02	40,05	151,98	974,40	0,31	0,34	27,43	0,00	0,75	155,56	545,63	127,80	9,20	0,72	0,02
Комплекс 4																	
	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	0,02	0,02	2,10	0,00	0,40	23,20	30,40	16,10	0,50	0,10	0,00
234	Котлеты рыбные	80	6,92	5,54	9,61	320,00	0,05	0,07	0,51	11,80	0,24	39,47	89,34	14,57	0,71	0,31	0,00
312	Картофельное пюре	150	3,10	4,85	20,65	289,00	0,14	0,11	18,34	0,00	0,00	37,35	87,47	28,03	1,02	0,44	0,00
397	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48	1,00	0,00
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Кондитерское изделие	10	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
2 завтрак																	
397	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48	1,00	0,00
	Кондитерское изделие	25	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
	Итого	780,00	19,86	16,37	103,01	993,17	0,35	0,41	22,54	46,20	1,13	267,53	394,41	99,84	4,07	2,34	0,01



Комплекс 5																	
70	Овощи натуральные соленные	60	0,56	0,05	1,75	9,69	0,01	0,01	5,25	0,00	0,35	5,00	17,50	7,50	0,40	0,07	0,00
268	Шиндель мясной	60	8,25	12,10	7,16	267,00	0,02	0,04	3,11	39,20	0,14	20,27	49,10	21,21	0,58	0,35	0,01
202 / 136	Макаронные изделия отварные с овощами припущенным	170	4,83	5,19	26,62	321,00	0,07	0,03	2,53	0,00	0,00	18,12	47,49	16,18	0,96	0,72	0,00
388	Напиток из сухофруктов	200	0,30	0,00	15,20	62,00	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	2 завтрак																
202 / 136	Макаронные изделия отварные с овощами припущенным	100	4,83	5,19	26,62	172,50	0,07	0,03	2,53	0,00	0,00	18,12	47,49	16,18	0,96	0,72	0,00
388	Напиток из сухофруктов	200	0,30	0,00	15,20	62,00	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Итого	875	16,69	17,79	73,11	764,26	0,17	0,11	14,89	39,20	1,18	67,74	171,99	65,74	5,74	1,64	0,02
	Комплекс 6																
15	Сыр (порциями)	20	5,20	5,32	0,00	68,68	0,01	0,09	0,21	0,78	0,15	264,00	150,00	10,50	0,30	1,05	0,00
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	5,10	10,72	33,42	250,56	0,06	0,17	1,17	58,00	0,00	130,09	138,14	30,12	0,47	0,82	0,00
*	Кисло-молочный продукт	180	0,10	0,00	26,40	285,00	0,02	0,03	0,62	40,00	0,52	29,44	23,80	18,40	0,62	0,07	0,00
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	30	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
	Фрукты свежие	100	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	2 завтрак																
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	150	5,10	10,72	33,42	250,56	0,06	0,17	1,17	58,00	0,00	130,09	138,14	30,12	0,47	0,82	0,00
	Хлеб пшеничный	25	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
377	Чай с сахаром	200	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	2,83	0,00	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36	0,00	0,00
	Итого	940	14,81	16,66	131,63	914,70	0,17	0,32	4,40	98,78	1,34	459,74	382,94	78,13	2,80	2,24	0,00



[illegible]



[illegible]



Пищевая ценность   обед 5-11 кл. (Зима-весна)																			
										Витамины					Минеральные вещества				



Комплекс 3																		
47	Салат из квашеной капусты	60	1,03	3,01	5,10	51,62	0,01	0,02	11,93	0,00	0,00	0,00	31,47	20,45	9,65	0,40	0,00	0,00
ДЦ14	Борщ с картофелем	200	2,00	6,50	13,44	120,26	0,07	0,05	9,10	0,00	0,25	0,00	41,90	65,80	29,80	1,30	0,76	0,01
258	Мясо духовое (с картофелем и овощами)	173	16,30	18,17	15,33	290,05	0,10	0,14	5,35	0,00	0,00	0,00	32,11	213,44	42,09	3,60	0,00	0,00
	Сок натуральный	150	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	0,00	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,28	12,35	57,48	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	0,00	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Кондитерское изделие	10	1,50	1,90	15,20	83,90	0,01	0,01	0,00	0,01	0,60	0,00	6,20	18,00	4,00	0,40	0,00	0,00
	Итого	653	24	30	113	821	0	0	29	0	1	1	144	380	106	7	1	0
Подлинник																		
	Сок	100	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	0,00	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
258	Картофель с овощами	100	16,30	18,17	15,33	290,05	0,10	0,14	5,35	0,00	0,00	0,00	32,11	213,44	42,09	3,60	0,00	0,00
	Итого	225	18	18	67	508	0	0	8	0	0	0	59	249	56	4	0	0
Комплекс 4																		
	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	0,02	0,02	2,10	0,00	0,40	0,00	23,20	30,40	16,10	0,50	0,10	0,00
ДЦ130	Рассольник	200	2,02	5,09	11,98	101,81	0,09	0,06	8,38	0,00	0,15	0,00	29,15	56,73	24,18	0,93	0,47	5,25
234	Котлеты рыбные	80	6,92	5,54	9,61	115,98	0,05	0,07	0,51	11,80	0,24	0,00	39,47	89,34	14,57	0,71	0,31	0,00
312	Картофельное пюре	150	3,10	4,85	20,65	138,61	0,14	0,11	18,34	0,00	0,00	0,00	37,35	87,47	28,03	1,02	0,44	0,00
397	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,00	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48	1,00	0,00
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	0,00	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	0,00	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Кондитерское изделие	15	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
	Итого	765,00	21,88	21,46	114,99	740,57	0,44	0,47	30,92	46,20	1,28	1,28	296,68	451,14	124,02	5,00	2,81	5,26
Подлинник																		
397	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,00	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48	1,00	0,00
	Кондитерское изделие	25	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
	Итого	225,00	5,75	5,43	35,59	214,27	0,10	0,20	1,59	34,40	0,00	0,00	157,16	143,30	28,29	0,84	1,00	0,00



Комплекс 5																		
70	Овощи натуральные соленные	60	0,56	0,05	1,75	9,69	0,01	0,01	5,25	0,00	0,35	5,00	17,50	7,50	0,40	0,07		
Л 139	Суп картофельный с бобовыми	200	4,80	6,00	22,00	161,20	0,20	0,10	8,75	0,13	1,00	49,25	173,30	48,25	3,50	1,13	0,01	0,00
268	Шинцель мясной	60	8,25	12,10	7,16	170,54	0,02	0,04	3,11	39,20	0,14	20,27	49,10	21,21	0,58	0,35	0,01	0,00
202 / 134	Макаронные изделия отварные с овощами припущенным	170	4,83	5,19	26,62	172,50	0,07	0,03	2,53	0,00	0,00	18,12	47,49	16,18	0,96	0,72	0,00	0,00
388	Напиток из сухофруктов	200	0,30	0,00	15,20	62,00	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01	0,00
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00	0,00
	Итого	750	21	24	95	680	0	0	24	39	2	117	345	114	9	3	0	0
Подлинник																		
202 / 134	Макаронные изделия отварные с овощами припущенным	100	4,83	5,19	26,62	172,50	0,07	0,03	2,53	0,00	0,00	18,12	47,49	16,18	0,96	0,72	0,00	0,00
388	Напиток из сухофруктов	200	0,30	0,00	15,20	62,00	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	25	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01	0,00
	Итого	730	42,97	47,58	190,22	1361,00	0,74	0,41	47,28	78,65	4,35	233,98	690,58	227,99	18,49	5,53	0,05	0,05
Комплекс 6																		
15	Сыр (порциями)	15	5,20	5,32	0,00	68,68	0,01	0,09	0,21	0,78	0,15	264,00	150,00	10,50	0,30	1,05	0,00	0,00
120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,30	6,80	19,30	163,60	0,05	0,22	0,75	0,05	0,50	201,70	168,20	25,20	0,50	0,78	0,02	0,00
	Кисело-молочный продукт	180	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	0,30	2,60	0,40	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00	0,00
	Фрукты свежие	100	9,40	0,80	78,80	360,00	0,18	0,40	1,14	20,80	0,40	232,80	29,60	15,10	5,40	0,06	0,01	0,01
	Итого	555	31	19	140	851	0	1	5	22	2	952	580	91	8	2	0	0
Подлинник																		
	Кисело-молочный продукт	180	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	0,30	2,60	0,40	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	25	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00	0,00
120	Суп молочный с макаронными изделиями	150	6,30	6,80	19,30	163,60	0,05	0,22	0,75	0,05	0,50	201,70	168,20	25,20	0,50	0,78	0,02	0,00
	Итого	355	15	12	49	365	0	1	3	0	1	450	374	59	1	1	0	0



[illegible]



133	Кукуруза отварная	60	1,70	2,50	9,30	66,50	0,04	0,02	2,75	0,01	0,04	1,50	38,50	13,00	0,22	0,31	0,00
*	Суп гороховый	200	6,60	9,20	18,50	183,20	0,20	0,10	8,75	0,13	1,00	49,25	173,30	48,25	3,50	1,13	0,01
Л 386	Рыба, запечённая под молочным соусом	100	13,14	9,12	0,67	137,30	0,10	0,09	0,83	35,53	0,00	40,80	122,96	9,69	0,78	0,29	0,00
125	Картофель отварной	150	2,87	5,62	19,87	141,55	0,16	0,10	20,48	28,40	0,00	19,40	79,22	28,85	1,16	0,41	0,00
	Сок натуральный	150	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Кондитерское изделие пирог с повидлом	50	1,50	1,90	15,20	83,90	0,01	0,01	0,00	0,01	0,60	6,20	18,00	4,00	0,40	0,00	0,00
	Итого	770	29	29	125	876	1	0	35	64	2	150	494	124	7	3	0
	Подлик																
	Сок натуральный	150	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	Кондитерское изделие пирог с повидлом	50	1,50	1,90	15,20	83,90	0,01	0,01	0,00	0,01	0,60	6,20	18,00	4,00	0,40	0,00	0,00
	Итого	200	2	2	55	243	0	0	2	0	1	29	37	11	1	0	0
	Комплекс 10																
222	Пудинг из творога (запечённый)	100	18,20	16,92	29,20	341,88	0,10	0,26	0,42	83,80	0,00	170,72	224,08	29,82	1,18	0,96	0,00
	Стушёное молоко	30	0,12	0,00	15,76	63,54	0,00	0,07	0,96	0,00	0,00	8,98	7,40	2,90	0,08	0,01	0,00
Л	Солянка домашняя	200	11,30	6,30	7,80	133,10	0,17	0,09	6,08	0,15	1,26	40,30	110,50	41,60	1,24	0,95	0,00
	Кисло-молочный продукт	180	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	0,30	2,60	0,40	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Фрукты свежие	100	9,40	0,80	78,80	360,00	0,18	0,40	1,14	20,80	0,40	232,80	29,60	15,10	5,40	0,06	0,01
	Итого	670	31,07	23,39	89,19	691,57	0,31	0,45	8,08	123,95	2,04	254,04	383,18	99,32	3,33	2,20	0,01
	Подлик																
222	Сырник из творога (запечённый)	50	18,20	16,92	29,20	341,88	0,10	0,26	0,42	83,80	0,00	170,72	224,08	29,82	1,18	0,96	0,00
	Стушёное молоко	20	0,12	0,00	15,76	63,54	0,00	0,07	0,96	0,00	0,00	8,98	7,40	2,90	0,08	0,01	0,00
	Чай с сахаром	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	10,00	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00
	Итого	270	20	18	61	487	0	0	3	94	0	306	324	48	2	1	0
	Норма по СанПиН																
	Пищевые вещества		Б	Ж	У	Энергетическая ценность	В1	В2	С	А	Е	Кальций (г)	Фосфор	Магний	Железо	Цинк (мг)	Йод (мг)
	Итого за день по СанПиН		90,00	92,00	383,00	2720,00	1,40	1,60	60,00	0,70	10,00	1200,00	1200,00	300,00	18,00	10,00	0,10
	завтрак 30-35 %		28,80	29,40	122,50	870,00	0,35	0,40	15,00	0,18	2,50	300,00	300,00	75,00	4,50	2,50	0,03
	Фактически завтрак (СРЕДНЕЕ)		28,00	29,30	122,30	871,00	0,36	0,41	14,50	0,18	2,45	274,00	412,30	62,40	3,00	2,60	0,03