

Согласовано:

Руководитель Федеральной службы
По надзору в сфере защиты прав потребителей
И благополучия человека по Тюменской области
Главный государственный санитарный врач



44

Утверждаю:

Генеральный директор
АО «КШП Центральный»
О. Ю. Гирилюк



Утверждаю:

Примерное циклическое двадцати четырёхдневное меню горячих завтраков, для питания детей в возрасте 7-11 лет



Тюмень, 2020г.



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»)
 Юридический адрес: г.Тюмень, ул.Холодильная, д.57, телефон, факс: 8(3452) 20-50-06, 56-79-90
 Email: toc@sen.fguz-tyumen.ru. ОКПО 74757016, ОГРН 1057200617759, БИК 047102001,
 ИНН/КПП 7203158959/720301001

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



№ 110/4.3/19

г. Тюмень

Экспертное заключение

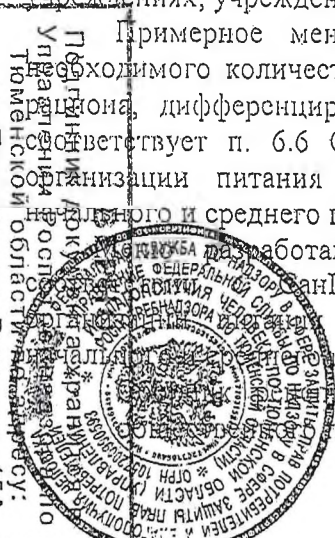
1. **Наименование услуги:** экспертиза примерного 24-х дневного меню горячих завтраков для питания детей с 7 до 11 лет.
2. **Заявитель:** Управление Роспотребнадзора по Тюменской области, юридический адрес: г. Тюмень, ул. Рижская, 45а, фактический адрес: г. Тюмень, ул. Геологоразведчиков, 1. ИНН 7203158490, ОГРН 105774646535.
3. **Получатель:** Управление Роспотребнадзора по Тюменской области, юридический адрес: г. Тюмень, ул. Рижская, 45а, фактический адрес: г. Тюмень, ул. Геологоразведчиков, 1. ИНН 7203158490, ОГРН 10577464653.
4. **Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы:** СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».
5. **Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:**

На основании предписания № 57996 от 27.11.2020г. (входящий номер 3121 от 27.11.2020г.) рассмотрено представленное примерное 24-х дневное меню горячих завтраков для питания детей с 7 до 11 лет, просчитано по содержанию основных пищевых веществ и энергии. Меню разработано на основании СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Примерное меню разработано с учетом сезонности (осенне – зимний сезон), необходимого количества основных пищевых веществ и требуемой калорийности суточного рациона, дифференцированно по возрастным группам обучающихся с 7 до 11 лет, что соответствует п. 6.6 СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Меню разработано на основании Сборников технологических нормативов и в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования». Меню включает в себя перечень блюд и кулинарных и кулинарных изделий для предприятий питания, 1 часть - М.: Хлебпродинформ, 1996г.;

Дата 30.11.2020г. Подпись: [подпись]



Старший специалист 1 разряда Жерихина М.В.
 город Тюмень, ул. Рижская, 45А

Сезон осенне-зимне-весенний

Первая неделя

Первый день (1)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	Завтрак																	
154	Салат из свежей капусты с морковью (в меню до 1 марта)	80	1,17	0,00	3,58	4,07	6,84	66,18	28,7	11,44	20,94	0,39	0	161,9	1,86	0,02	13,54	
104	Или салат "Витаминный" (в меню до 1 марта)	80	0,99	0,00	5,42	6,15	8,62	89,03	15,21	7,97	14,9	0,49	0	193,27	2,82	0,02	15,11	
54	Или салат из квашеной капусты с луком зеленым, маслом растительным	80	1,17	0,00	7,11	8,08	2,53	83,19	28,62	9,81	22,38	0,4	0	0	3,6	0,01	7,68	
762	Паста с колбасой (или сосисками, или сардельками), со сливочным соусом, шпинатом и сыром	150	13,12	6,78	14,74	0,47	28,42	288,64	227,1	25,21	331	0,54	38	70,53	0,85	0,17	0,08	
585	Компот теплый из свежих фруктов	200	0,16	0,00	0,16	0,16	18,50	74,77	6,64	3,42	4,09	0,9	0	2	0,08	0,01	1,6	
	Хлеб витаминный пшеничный	35	2,77	0,00	0,35	0,35	16,91	85,93	8,05	11,55	30,45	0,7	0	0	0,46	0,06	0	
	Хлеб витаминный ржано-пшеничный	25	1,65	0,00	0,30	0,30	8,35	48,35	8,75	11,75	39,5	0,98	0	0,25	0,35	0,05	0	
	Итого за прием		18,87	6,78	19,13	5,35	79,02	563,86	279	63	426	3	38	235	2,60	0,31	15,22	
	Итого за день		18,87	6,78	19,13	5,35	79,02	563,86	279	63	426	3,0	38	235	2,60	0,31	15,22	

Третий день (3)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, Г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																	
2123	Салат из капусты пекинской с огурцом и кукурузой	60	0,66	0,00	4,51	5,05	2,13	52,30	25,81	5,41	4,65	0,17	2,9	0,45	2,22	0,01	3,66
79	Или салат "Степной"	60	1,05	0,00	5,38	6,11	4,45	73,18	10,68	12,39	29,37	0,36	0	248,29	2,75	0,04	2,91
2001	Бедро куриное запеченое со сметаной	80	12,91	13,32	12,56	0,00	0,04	190,82	95,93	0	82,83	1,01	18	32,65	0,05	0	8,8
Или биточек рубленый из филе																	
460	куриного	80	14,86	14,67	6,49	4,94	12,13	166,86	35,85	19,71	125,5	1,37	3,7	6,86	2,47	0,07	0,56
211	Рис припущенный с овощами	150	3,99	0,04	2,82	0,54	44,84	163,89	19,52	13,68	94,44	0,86	44	437,89	0,41	0,06	1,71
Кисломолочный напиток с																	
302	вареньем	190/10	5,09	0,00	4,70	0,05	10,01	101,73	127,6	28,54	176,4	0,23	37	42,6	0,1	0,06	2,28
	Хлеб витаминный пшеничный	25	1,98	0,00	0,25	0,25	12,08	61,38	5,75	8,25	21,75	0,5	0	0	0,33	0,04	0
	Хлеб витаминный ржано- пшеничный	15	0,99	0,00	0,18	0,18	5,01	29,01	5,25	7,05	23,7	0,59	0	0,15	0,21	0,03	0
Итого за прием			20,20	13,36	20,02	6,07	87,11	599,13	280	63	404	3	102	514	2,61	0,28	15,75
Итого за день			20,20	13,36	20,02	6,07	87,11	599,13	280	63	404	3	102	514	2,61	0,28	16

Пятый день (5)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	Завтрак																	
11	Бутерброд горячий с колбасой варёной и сыром	50	5,84	4,24	5,75	0,25	11,19	123,10	86,33	13,09	85,65	0,74	17	30,3	0,42	0,06	0,03	
289	Вареники с картофелем отварные, с маслом сливочным	200/5	8,05	8,54	9,26	0,00	47,93	298,64	33,33	17,65	200,5	1,3	21	41,38	1,59	0,12	5,67	
161	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	15,01	58,52	0,45	0	0	0,05	0	0	0	0	0	
	Молоко витаминизированное в инд. уп.	200	5,64	6,00	4,40	0,00	7,10	89,13	191,2	24,36	156,6	0,17	24	44	0	0,22	9,6	
	Хлеб витаминный ржано- пшеничный	20	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0	
	Итого за прием		20,05	18,78	19,70	0,54	87,91	608,07	288	65	424	3	62	116	2	0,3	15	
	Итого за день		20,05	18,78	19,70	0,54	87,91	608,07	288	65	424	3	62	116	2	0,3	15	

Вторая неделя

Первый день (7)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
12	Бутерброд с маслом сливочным/шоколадным	25/10	1,84	0,06	7,65	0,23	10,40	120,30	5,95	6,7	19,59	0,43	41	76,18	0,42	0,03	0
854	Сырники из творога со сгущенным молоком	150/20	27,08	25,12	18,52	4,94	41,26	382,12	249,4	37,27	313,3	0,89	81	96,52	2,82	0,08	0,42
465	Или с соусом клубничным	20	0,08	0,08	0,04	0,00	4,60	18,13	4,15	1,8	2,3	0,13	0	0,58	0,06	0	2,76
579	Или с соусом сливочно - ванильным	20	0,71	0,67	1,36	0,01	5,33	35,62	24,92	2,86	18,44	0,03	6,1	11,34	0,04	0,01	0,07
146	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,00	0,06	0,06	14,92	59,89	3,15	0,45	0	0	0,05	0	0	0	0	0
	Хлеб витаминный ржано-пшеничный	20	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за прием		30,24	25,24	26,47	20,33	118,23	564,24	263	53	364	2	122	172,90	3,52	0,15	0,42
	Итого за день		30,24	25,24	26,47	20,33	118,23	564,24	263	53	364	2	122	172,9	3,52	0,15	0,42

Третий день (9)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
162	Огурцы свежие (порционно)	60	0,39	0,00	0,05	0,00	1,04	6,00	8,98	7,31	15,66	0,26	0	1,8	0,06	0,01	1,68
4	Или огурец соленый (порционно)	60	0,45	0,00	0,05	0,06	0,93	7,96	12,14	7,31	12,53	0,31	0	3	0,06	0,01	1,2
2189	Или кукуруза вареная в початках	60	1,18	0,00	0,00	0,00	5,16	24,34	3,89	0,23	0,78	0,03	0	0	0	0	0
Котлета рыбная из минтая																	
745	"Морское чудо" с маслом сливочным	80/5	10,42	11,09	12,12	7,99	7,18	178,04	156,2	56,4	234	3,18	33	53,45	3,83	0,07	0,93
Или котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным																	
324	Или котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным	80/5	9,84	9,20	9,95	6,56	12,00	177,91	26,83	33,84	135,6	0,92	21	37,93	3,38	0,08	0,49
159	Пюре картофельное	150	3,26	0,70	4,81	0,50	20,89	145,48	40,64	28,02	70,11	1,13	31	43,34	0,18	0,41	5,95
771	Напиток теплый из ягод	200	0,17	0,00	0,12	0,12	16,68	67,79	6,5	1,66	3,72	0,14	0	2	0,25	0	1,5
	Хлеб витаминный пшеничный	35	2,77	0,00	0,35	0,35	16,91	85,93	8,05	11,55	30,45	0,7	0	0	0,46	0,06	0
	Хлеб витаминный ржано-пшеничный	20	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин)	200	1,22	0,00	0,53	0,60	16,29	85,34	44	19,14	29,58	2,18	0	13	0,4	0,05	28
Итого за прием			19,55	11,79	18,92	9,80	85,67	607,24	271	65	415	3	64	114	3	0,3	15
Итого за день			19,55	11,79	18,92	9,80	85,67	607,24	271	65	415	3	64	114	3	0,3	15

Пятый день (11)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
12	Бутерброд с маслом сливочным/шоколадным	20/5	1,60	0,03	3,83	0,20	9,70	82,00	5,13	6,6	18,23	0,41	18	32,65	0,31	0,03	0
375	Бефстроганов из мяса	40/40	11,55	10,99	13,63	3,95	4,40	186,88	25,24	15,79	122,3	1,55	17	93,38	2,88	0,04	0,02
192	Рис припущенный	150	3,72	0,04	4,33	0,53	38,71	215,57	5,46	26,25	80,33	0,54	21	23,63	0,26	0,04	0
161	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	15,01	58,52	0,45	0	0	0,05	0	0	0	0	0
	Хлеб витаминный ржано-пшеничный	20	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за прием		18,39	11,06	20,08	4,97	84,50	581,65	288	64	412	3	3	150	3	0,2	16,00
	Итого за день		18,39	11,06	20,08	4,97	84,5	581,646	288	64	412	3	3	150	3	0,2	16

Третья неделя

Первый день (13)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
154	Салат из свежей капусты с морковью (в меню до 1 марта)	60	0,88	0,00	2,68	3,05	5,13	49,63	21,53	8,58	15,71	0,29	0	121,42	1,39	0,01	8,65
54	Или салат из квашеной капусты с луком зеленым, маслом растительным	60	0,88	0,00	5,33	6,06	1,90	62,39	21,46	7,36	16,78	0,3	0	0	2,7	0,01	5,76
104	Или салат "Витаминный" (в меню до 1 марта)	60	0,75	0,00	4,06	4,62	6,46	66,77	11,4	5,98	11,18	0,37	0	144,95	2,11	0,01	11,33
199	Колбаса, сосиски, сардельки отварные с соусом красным	80/30	6,09	5,77	9,66	0,03	2,82	123,00	214,8	10,6	268,9	0,79	9,7	64,84	0,22	0,07	0,53
	Или с маслом сливочным	5	0,02	0,03	3,63	0,00	0,04	32,90	0,53	0	0,83	0,01	18	32,65	0,05	0	0
332	Макаронные изделия отварные	150	5,65	0,04	4,47	0,66	35,62	212,30	10,95	8,16	45,95	0,83	21	23,63	0,82	0,09	0
147	Чай с апельсином	200/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,27	60,39	2,75	0,86	1,5	0,06	0	0,56	0,01	0	1,68
146	Или чай с сахаром и лимоном	200/7	0,26	0,00	0,06	0,06	14,92	59,89	3,15	0,8	1,43	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12
	Хлеб витаминный пшеничный	25	1,98	0,00	0,25	0,25	12,08	61,38	5,75	8,25	21,75	0,5	0	0	0,33	0,04	0
	Хлеб витаминный ржано-пшеничный	20	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Фрукт (посчитана средняя пищевая ценность яблок, апельсин)	150	0,92	0	0,4	0,45	12,22	64,00	33	14,36	22,19	1,63	0	9,75	0,3	0,04	21
Итого за прием			18,50	5,81	19,10	4,74	87,02	609,38	296	60	408	3	31	220,40	2,41	0,29	15,48
Итого за день			18,50	5,81	19,10	4,74	87,02	609,38	296	60	408	3	31	220	2	0	15

Третий день (15)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																	
559	Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	60	0,40	0,00	3,30	3,75	1,02	35,21	10,03	7,41	15,37	0,26	0	7,13	1,72	0,01	2,03
123	Или салат из свеклы с сыром	60	2,65	2,09	5,02	3,05	3,92	49,60	85,64	12,11	57,52	0,67	14	26,9	1,41	0,01	1,98
884	Пельмени отварные из курицы, с маслом сливочным	185/5	21,35	16,80	6,70	0,71	34,47	370,55	254,1	21,31	342,1	1,89	30	53,55	0,92	0,07	10,82
Компот теплый из свежих																	
585	фруктов	200	0,16	0,00	0,16	0,16	18,50	74,77	6,64	3,42	4,09	0,9	0	2	0,08	0,01	1,6
	Хлеб витаминный пшеничный	25	1,98	0,00	0,25	0,25	12,08	61,38	5,75	8,25	21,75	0,5	0	0	0,33	0,04	0
	Хлеб витаминный ржано-пшеничный	20	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
Итого за прием			19,98	16,80	19,11	5,11	82,57	580,57	283	63	415	3	30	62,88	2,10	0,30	14,45
Итого за день			19,98	16,8	19,11	5,11	82,574	580,574	283	63	415	3	30	63	2	0	14

Пятый день (17)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																	
32	Бутерброд с копчено-вареной колбасой	20/15	3,91	2,58	5,32	0,2	8,82	100,969	8,01	8,61	43,07	0,74	0	0	0,35	0,04	0
371	Запеканка из творога с тыквой со сгущенным молоком	150/20	17,78	13,17	16,20	0,47	50,26	339,11	245	34,9	277,8	0,82	69	180,03	0,83	0,22	4,56
297	Или запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	17,30	16,38	18,83	0,52	54,20	356,64	268,4	37,21	316,2	0,76	116	136,9	0,76	0,07	0,44
882	Или с соусом шоколадным	20	1,07	0,66	0,94	0,30	8,41	46,44	26,94	10,09	28,74	0,41	2,3	4,34	0,02	0,01	0,04
465	Или с соусом клубничным	20	0,08	0,08	0,04	0,00	4,60	18,13	4,15	1,8	2,3	0,13	0	0,58	0,06	0	2,76
153	Кофейный напиток с молоком (2	200	5,16	5,22	4,02	0,06	21,49	138,979	90,48	21,92	140,9	0,2	22	39,6	0	0,05	0,94
	Хлеб витаминный ржано-пшеничный	15	0,99	0	0,18	0,18	5,01	29,007	5,25	7,05	23,7	0,59	0	0,15	0,21	0,03	0
Итого за прием			19,97	15,54	25,72	19,41	82,54	608,07	288	64	418	3	91	219,78	2,39	0,30	14,80
Итого за день			19,97	15,54	25,72	19,41	82,54	608,07	288	64	418	3	91	219,78	2,39	0,30	14,80

Четвертая неделя

Первый день (19)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	Завтрак																	
27	Бутерброд с сыром	20/10	3,67	2,09	2,56	0,20	9,66	79,29	75	8,88	57,4	0,49	21	28,8	0,31	0,04	0,05	
355	Пельмени отварные из говядины и свинины с маслом сливочным	200/5	19,27	14,10	22,87	0,77	47,29	439,59	231,1	26,49	286	2,43	31	55,26	1,31	0,25	13,31	
355	Или пельмени отварные из говядины с маслом сливочным	200/5	20,99	15,93	16,39	0,77	47,29	388,17	231,8	25,75	294,9	2,8	31	55,26	1,31	0,11	13,31	
161	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	0,05	0,05	15,01	58,52	0,45	0	0	0,05	0	0	0	0	0	
	Хлеб витаминный ржано-пшеничный	15	0,99	0	0,18	0,18	5,01	29,01	5,25	7,05	23,7	0,59	0	0,15	0,21	0,03	0	
	Итого за прием		18,42	16,19	19,01	1,20	82,54	606,40	288	62	402	3	52	84,21	2,40	0,32	15,02	
	Итого за день		18,42	16,19	19,01	1,20	82,54	606,40	288	62	402	3	52	84	2	0	15	

Третий день (21)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
12	Бутерброд с маслом сливочным/шоколадным	25/10	1,84	0,06	7,65	0,23	10,40	120,30	5,95	6,7	19,59	0,43	41	76,18	0,42	0,03	0
2023	"Зебра творожная" с молоком сгущенным	150/20	16,96	17,19	14,59	0,83	34,74	320,52	265,3	43,1	332,6	1,1	57	104,63	0,72	0,06	14,36
2030	Или запеканка из творога с вишней и штрейзельной крошкой, молоком сгущенным	150/20	12,99	12,16	13,40	0,20	81,74	336,53	241,5	44,83	288,7	1,09	58	116,97	0,63	0,08	13,9
299	Или запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем, млоком сгущенным	150/20	10,62	18,31	20,64	1,40	52,38	380,82	203,1	49,65	282,6	1,49	104	230,87	1,45	0,11	14,36
187	Какао с молоком	200	3,23	2,90	2,47	0,27	17,76	104,35	108	6,66	10,26	0,38	0,5	22,05	0,01	1,01	24
	Хлеб витаминный ржано-пшеничный	15	0,99	0,00	0,18	0,18	5,01	29,01	5,25	7,05	23,7	0,59	0	0,15	0,21	0,03	0
	Итого за прием		19,80	18,82	19,02	1,51	84,65	574,174	288	64	408	3	99	203,01	2,48	0,3	15,6
	Итого за день		19,80	18,82	19,02	1,51	84,65	574,174	288	64	408	3	99	203,01	2,48	0,3	15,6

Пятый день (23)

№ ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																	
558	Помидоры свежие (порционно)	60	0,62	0,00	0,11	0,12	2,07	14,33	7,39	10,44	13,57	0,47	0	79,8	0,42	0,03	6
4	Или огурец соленый (порционно)	60	0,45	0,00	0,05	0,06	0,93	7,96	12,14	7,31	12,53	0,31	0	3	0,06	0,01	1,2
2189	Или кукуруза вареная в початках	60	1,18	0,00	0,00	0,00	5,16	24,34	3,89	0,23	0,78	0,03	0	0	0	0	0
215	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом и луком	80/30	9,44	7,24	15,10	6,20	12,80	233,53	220,6	17,04	104,2	1,52	14	20,12	3,09	0,06	3,43
159	Пюре картофельное	150	3,26	0,70	4,81	0,50	20,89	145,48	40,64	28,02	70,11	1,13	31	43,34	0,18	0,41	15,95
147	Чай с апельсином	200/7	0,26	0,00	0,06	0,06	15,27	60,39	2,75	0,86	1,5	0,06	0	0,56	0,01	0	1,68
	Хлеб витаминный пшеничный	35	2,77	0,00	0,35	0,35	16,91	85,93	8,05	11,55	30,45	0,7	0	0	0,46	0,06	0
	Хлеб витаминный ржано-пшеничный	20	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	38,68	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
	Итого за прием		18,60	7,94	20,25	7,47	89,25	601,87	286	64	403	3	45	144	3	0,3	15
	Итого за день		18,60	7,94	20,25	7,47	89,25	601,87	286	64	403	3	45	144	3	0,3	15

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню горячих завтраков

№	Продукты	Норма продуктов в день г, 1обучающ	Норма в день на завтрак	Фактически получено, г**																								за 24 дня	Факт в день, г	% выполнения
				Дни																										
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24			
1	Хлеб пшеничный **	150	37,5	35	60	25	35	25	47	25	20	49	25	20	35	25	20	105	41	29	35	104	30	25	48	43	40	946	39,4	105
2	Хлеб ржаной	80	20,0	25	15	15	25	20	15	20	15	20	20	20	25	20	15	20	30	15	30	15	15	15	20	20	10	460	19,2	96
3	Мука**	15	4,0	0	0	0	0	57	2	13	0	0	2	3	0	2	0	0	5	0	2	0	4	0	0	6	0	96	4,0	100
4	Крупы, бобовые	45	11,5	0	0	43	0	0	38	0	46	0	0	51	0	0	38	0	7	6	0	0	0	8	0	0	51	288	12,0	104
5	Макаронные изделия	15	6,0	36	0	0	0	0	0	0	0	0	51	0	0	53	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	140	5,8	97
6	Картофель	188	55,0	0	128	0	120	93	0	0	0	129	0	0	105	0	0	0	100	0	129	0	128	0	128	128	129	1317	54,9	100
7	Овощи, зелень (нетто)	280	70,0	78	70	106	77	27	75	4	119	90	15	19	75	67	187	65	194	24	60	8	60	0	94	88	30	1632	68,0	97
8	Фрукты свежие (брутто)	200	50,0	25	225	0	0	0	0	8	0	225	15	0	150	158	25	40	30	0	40	0	150	0	15	0	0	1150	47,9	96
9	Фрукты сухие	15,0	3,8	0	0	0	20	0	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	25	0	20	0	85	3,5	95
10	Соки	200,0	50,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	0
11	Мясо 1 категории (нетто)	70,0	20,0	0	0	0	64	0	59	0	63	0	0	63	0	0	63	0	0	0	63	80	0	0	0	38	0	493	20,5	103
13	Цыплята 1 категории (нетто)	35,0	15,0	0	0	58	0	0	0	0	0	0	56	0	69	0	0	46	0	0	0	0	0	0	67	0	56	352	14,7	98
14	Рыба -филе (нетто)	58	14,5	0	79	0	0	0	0	0	0	68	0	0	0	0	0	76	0	0	0	0	94	0	0	0	17	334	13,9	96
15	Колбасса	14,7	3,7	30	0	0	0	16	0	0	0	0	0	0	0	50	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	93	3,9	105
16	Молоко	300,0	50,0	122	29	0	0	200	100	152	100	24	0	0	0	24	0	16	179	24	0	24	179	24	12	0	1209	50,4	101	
17	Кисломолочные продукты	150,0	37,5	0	0	197	0	0	0	0	0	0	0	125	197	0	0	0	0	0	0	0	0	0	197	0	0	716	29,8	95
18	Творог	50	12,5	0	0	0	0	0	0	108	0	0	0	0	0	0	0	0	104	0	0	0	104	0	0	0	0	316	13,2	105
19	Сыр	10	2,5	5	0	0	0	11	0	0	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	11	15	0	0	0	0	57	2,4	95
20	Сметана	10	2,5	4	0	10	0	0	9	3	0	0	8	8	0	0	0	0	5	0	0	3	4	0	8	0	62	2,6	103	
21	Масло сливочное	30,0	7,5	5	10	7	5	5	6	10	9	10	5	15	10	6	2	5	11	4	5	5	5	10	10	6	7	173	7,2	96
22	Масло растительное	15,0	3,8	4	3	8	3	3	3	1	5	3	6	6	5	6	4	5	3	1	6	0	7	1	11	1	0	95	3,9	105
23	Яйца	40,0	6,0	0	0	7	0	30	0	5	0	8	0	0	16	0	0	0	7	5	20	12	7	5	7	0	12	141	5,9	98
24	Сахар	40,0	12,0	0	15	0	15	15	15	15	15	15	15	0	0	15	15	15	17	22	16	15	0	22	0	15	15	287	12,0	100
25	Кондитерские изделия	10	2,5	0	0	10	0	0	0	0	0	0	20	0	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	60	2,5	100
26	Чай	0,4	0,2	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	5	0,2	104
27	Какао	1,2	0,3	0	0	0	0	0	2	0	2	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	2	0	0	0	0	8	0,3	104
28	Соль йодированная	5,0	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	1,3	30	1,3	100

Усредненные нормы питания в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409-08 "Санитарно-эпидемиологические требования к

** - значения округлены до целого числа

Распределение энергетической ценности (калорийности) горячего завтрака

Суточная потребность в пищевых веществах (СанПиН 2.4.1.5.2409-08)	Завтрак	
	ккал	%
дни		25%
1	564	24
2	602	26
3	599	25
4	562	24
5	608	26
6	615	26
7	564	24
8	615	26
9	607	26
10	592	25
11	582	25
12	604	26
13	609	26
14	578	25
15	581	25
16	560	24
17	608	26
18	615	26
19	606	26
20	606	26
21	574	24
22	614	26
23	602	26
24	563	24
Итого	588	25

2350

587,5

Сетка примерного циклического 24-х дневного меню горячих завтраков, для питания детей в возрасте с 7 до 11 лет. Разработчик АО "КШП "Центральный"

1 неделя					
1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день
Салат из свежей капусты с морковью (в меню до 1 марта)	Огурцы свежие (порционно)	Салат из капусты пекинской с огурцом и кукурузой	Помидоры свежие (порционно)	Бутерброд горячий с колбасой варёной и сыром	Салат "Веснушка" (картофель, кукуруза, лук, масло р.)
Или салат из квашеной капусты с луком зеленым, маслом растительным	Или огурец соленый (порционно)	Или салат "Степной" (морковь, картофель, огурцы, горошек зел, масло р)	Или фасоль стручковая припущенная с овощами		Или овощная смесь припущенная
Или салат "Витаминный" (в меню до 1 марта)	Или лечо "по-домашнему"	Бедро куриное запеченное со сметаной	Или лобио		Или салат из свежих овощей "Лучик" (огурцы св., перец сл., масло растит., зелень)
Паста с колбасой (или сосисками, или сардельками), со сливочным соусом, шпинатом и сыром	Котлеты или биточки рыбные "Особые" с кальмаром, маслом сливочным (минтай, кальмар, хлеб, яйцо, лук р., сухари п.)	Или биточек рубленый из филе куриного	Жаркое по-домашнему	Вареники с картофелем отварные, с маслом сливочным	Котлеты, биточки, шницели из говядины с соусом сметанным с томатом и луком
	Пюре картофельное	Рис припущенный с овощами			Каша гречневая с овощами
Компот теплый из свежих фруктов	Напиток теплый из ягод	Кисломолочный напиток с вареньем	Чай с шиповником	Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком
	средняя пищевая ценность яблок, апельсин)			Молоко витаминизированное в инд. уп.	
2 неделя					
7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день
Бутерброд с маслом сливочным/шоколадным	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы, лук репка) с маслом растительным (в меню до 1 марта)	Огурцы свежие (порционно)	Бутерброд с джемом	Бутерброд с маслом сливочным/шоколадным	Салат "Фабричный" (яйцо, морковь лук, горошек зел, масло р)
	Или салат "Здоровье" (морковь, свекла, горошек зел, масло р)	Или кукуруза вареная в початках	Филе куриное "По-школьному"		Или нарезка из свежих помидоров с маслом растительным
Сырники из творога со сгущенным молоком	Гуляш из мяса	Котлета рыбная из минтая "Морское чудо" с маслом сливочным (минтай, моская капуста, яйцо, лук репч., сухари панир.)	Или филе куриное, запеченное с овощами и сыром	Бефстроганов из мяса	Жаркое из филе куриного
Или с соусом сливочно-ванильным	Гречка вязкая	Пюре картофельное	Макаронные изделия отварные	Рис припущенный	Или жаркое по-осеннему
Чай с сахаром и лимоном	Какао с молоком	Напиток теплый из ягод	Чай со смородиной	Чай с сахаром	Кисломолочный напиток с вареньем
		Фрукт	Или чай с апельсином		Фрукт
			Йогурт в инд. уп.		

Аннотация

Меню и технико-технологические карты для примерного циклического двадцати четырехдневного меню горячего завтрака в школьный период разработано на основании внутренних актов контрольных проработок блюд и Сборников технологических нормативов:

- 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, II часть - М.: Хлебпродинформ, 1997 г.;
- Сборник нормативных и технических документов, регламентирующих производство кулинарной продукции, часть IV - М.: Хлебпродинформ, 2001г.;
- Сборник рецептур блюд национальных кухонь, часть V - М.: Хлебпродинформ, 2004г.;
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г.
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – М.:2006г.

Нормы потребления рассчитаны в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409-08 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования", (далее СанПиН 2.4.5.2409-08), Приложение 8 таблица 1 «Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений» в зависимости от возраста обучающихся (с 7 до 11 лет, с 11 до 18 лет).

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, содержанию витаминов и минеральных веществ. 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, витаминов, минеральных элементов). Программный комплекс одобрен Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство №32 от 11.06.2009 г.).

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.

Следует учитывать, что выход фруктов, кондитерских изделий дан в меню ориентировочно.

При формировании ежедневного меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских изделий. Ассортимент кондитерских изделий, разрешенных в питании детей, указан во временных рекомендациях «Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных коллективах», утвержденным Главным государственным санитарным врачом по Тюменской области (приказ №138 от 13.09.2006).

В целях снижения йод дефицита, при приготовлении блюд учтено использование только йодированной соли.