

## Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Меню Ясли 2023 г весенне-летний
2	Информация о возрастной группе детей	от 1 до 3 лет
3	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 рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций ( от 1 до 7 лет)», «Сборник на основании калькуляционных карт (отработка на производстве)», «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий, 2002, Москва, автор А.В.Румянцева», «Продукты промышленного производства, 2020», «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, Пермская государственная медицинская академия. Уральский региональный центр», «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск.», «Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, Часть 2, Методические рекомендации и технические документы, Екатеринбург, 2011», «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Хлебпроинформ.,2004», «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, Пермская государственная медицинская академия. Уральский региональный центр»,
4	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)	358.5	350	102%	22 %
Калорийность, ккал.	284.9	265.4-294.6	96%	19%
Количество белков (г)	10.9	8.4	130%	26%
Количество жиров (г)	8.9	9.4	95%	19%

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 %)
Количество углеводов (г)	40.6	40.6	100%	20%
Витамин С, мг	1.2	9	13%	3%
Витамин В1, мг	0.2	0.2	125%	25%
Витамин В2, мг	0.3	0.2	167%	33%
Витамин А, мкг рэ	57.2	90	64%	13%
Кальций, мг	270.4	160	169%	34%
Магний, мг	50.8	16	318%	64%
Железо, мг	2	2	100%	20%
Калий, мг	306.5	80	383%	77%
Йод, мкг	32.6	14	233%	47%
Селен, мкг	9.4	3	313%	63%

### Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Второй завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	158	100	158%	10 %
Калорийность, ккал.	72.7	66.4-73.6	98%	5%
Количество белков (г)	0.7	2.1	33%	2%
Количество жиров (г)	0.2	2.4	9%	0%
Количество углеводов (г)	17.2	10.2	169%	8%
Витамин С, мг	7.8	2.3	347%	17%
Витамин В1, мг	0.1	0	250%	13%
Витамин В2, мг	0.1	0	200%	11%
Витамин А, мкг рэ	1.9	22.5	8%	0%
Кальций, мг	22.5	40	56%	3%
Магний, мг	9	4	225%	11%
Железо, мг	1.2	0.5	240%	12%
Калий, мг	179.1	20	896%	45%
Йод, мкг	0	3.5	0%	0%
Селен, мкг	0	0.8	0%	0%

### Меню Обед

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Обед (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	543	450	121%	34 %
Калорийность, ккал.	509.2	464.5-515.5	99%	34%
Количество белков (г)	23.7	14.7	161%	56%
Количество жиров (г)	19.3	16.5	117%	41%
Количество углеводов (г)	60.4	71.1	85%	30%
Витамин С, мг	37.4	15.8	237%	83%
Витамин В1, мг	0.4	0.3	143%	50%
Витамин В2, мг	0.5	0.3	156%	56%
Витамин А, мкг рэ	494.7	157.5	314%	110%
Кальций, мг	200.3	280	72%	25%
Магний, мг	92.7	28	331%	116%
Железо, мг	5.8	3.5	166%	58%
Калий, мг	926.8	140	662%	232%
Йод, мкг	56.2	24.5	229%	80%
Селен, мкг	20.4	5.3	389%	136%

### Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Полдник (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	200	200	100%	13 %
Калорийность, ккал.	209	199.1-220.9	94%	14%
Количество белков (г)	7.6	6.3	121%	18%
Количество жиров (г)	7.2	7.1	102%	15%
Количество углеводов (г)	28.4	30.5	93%	14%
Витамин С, мг	0.9	6.8	13%	2%
Витамин В1, мг	0.3	0.1	250%	38%
Витамин В2, мг	0.3	0.1	214%	33%
Витамин А, мкг рэ	50.3	67.5	75%	11%
Кальций, мг	191.8	120	160%	24%
Магний, мг	27.1	12	226%	34%
Железо, мг	0.6	1.5	40%	6%
Калий, мг	248.7	60	415%	62%
Йод, мкг	16.8	10.5	160%	24%
Селен, мкг	2.9	2.3	129%	19%

### Меню Ужин

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Ужин)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Ужин)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Ужин (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	426.5	400	107%	27 %
Калорийность, ккал.	361	331.8-368.2	98%	24%
Количество белков (г)	16.6	10.5	158%	40%
Количество жиров (г)	10.4	11.8	89%	22%
Количество углеводов (г)	50.5	50.8	100%	25%
Витамин С, мг	16.8	11.3	149%	37%
Витамин В1, мг	0.2	0.2	100%	25%
Витамин В2, мг	0.2	0.2	87%	22%
Витамин А, мкг рэ	82.2	112.5	73%	18%
Кальций, мг	163.4	200	82%	20%
Магний, мг	49.9	20	250%	62%
Железо, мг	3.9	2.5	156%	39%
Калий, мг	525	100	525%	131%
Йод, мкг	32	17.5	183%	46%
Селен, мкг	15.1	3.8	403%	101%

### Информация о содержании соли и сахара в 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 %)
Соль (г)	0.4	0.8	53%
Сахар (г)	7.9	10	79%

#### Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Второй завтрак (в %)
Соль (г)	0	0	0%
Сахар (г)	0.9	0	90%

#### Меню Обед

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Обед (в %)
Соль (г)	1	1	96%
Сахар (г)	4.6	5	93%

## Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Полдник (в %)
Соль (г)	0.2	0.3	52%
Сахар (г)	1.7	7	24%

## Меню Ужин

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Ужин)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Ужин)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Ужин (в %)
Соль (г)	0.6	1	58%
Сахар (г)	5.7	3	191%

## 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. Суммарная масса блюд по приемам пищи (завтрак второй завтрак обед полдник ужин завтрак второй завтрак обед полдник ужин ) **соответствует** регламентированным значениям.
4. Калорийность меню **не ниже регламентированных значений** по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей)Второй завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Полдник - 10 дня(ей)Ужин - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 15.2%, 27.8%, и 56.9% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в второй завтрак 3.9%, 2.5%, и 94.2% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 18.6%, 33.9%, и 47.4% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 14.4%, 31%, и 54.4% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в ужин 18.4%, 25.7%, и 56% соответственно.
5. Потребность в витаминах и минеральных веществах **соответствует** регламентированным показателям:  
*Витамин С Витамин В1 Витамин В2 Витамин А Кальций Магний Железо Калий Йод Селен .*
- 6. В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.**
- 7. В меню отсутствуют колбасные изделия,бутерброды, консервированные томаты, .**
- 8. В меню присутствуют кондитерские изделия, консервированные огурцы, рекомендуем исключить их из меню.**

**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" ФБУН Новосибирским НИИ гигиены Роспотребнадзора. Выдано для "МКУ Дирекция по АХО МСО" 16.02.23.**