

## Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	меню для 3х- 7милеток(74348)
2	Информация о возрастной группе детей	от 3 до 7 лет
3	Информация о характеристике питающихся	Без особенностей
4	Тип организации, для которого разработано меню	Уровень 1 - Организация дошкольного образования
5	Режим питания	Завтрак, второй завтрак, обед, полдник
6	Технологические карты на заявленные в меню блюда с указанием сборника рецептур предназначенных для питания детей	Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Москва, 2023 г.»,
7	Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах	Использование полуфабрикатов в меню не планируется
8	Информация о наличии в организации детей с сахарным диабетом, целиакией, пищевой аллергией, фенилкетонурией, муковисцидозом	

### 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)	411.7	400	103%	21 %
Калорийность, ккал.	371.1	341.3-414	90%	18%
Количество белков (г)	10.89	10.8	101%	20%
Количество жиров (г)	14.67	12	122%	24%
Количество углеводов (г)	48.88	52.2	94%	19%
Витамин С, мг	0.84	10	8%	2%
Витамин В1, мг	0.18	0.18	100%	20%
Витамин В2, мг	0.22	0.2	110%	22%
Витамин А, мкг рэ	71.5	100	72%	14%
Кальций, мг	284.18	180	158%	32%
Магний, мг	55.34	40	138%	28%
Железо, мг	3.66	2	183%	37%
Калий, мг	284.02	120	237%	47%
Йод, мкг	50	20	250%	50%
Селен, мкг	7.46	6	124%	25%

#### 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)	164	100	164%	8 %
Калорийность, ккал.	95.9	85.3-117	93%	5%
Количество белков (г)	0.88	2.7	33%	2%
Количество жиров (г)	0.21	3	7%	0%
Количество углеводов (г)	22.63	13.05	173%	9%
Витамин С, мг	7.28	2.5	291%	15%
Витамин В1, мг	0.04	0.05	80%	4%
Витамин В2, мг	0.03	0.05	60%	3%
Витамин А, мкг рэ	109.25	25	437%	22%
Кальций, мг	21.71	45	48%	2%
Магний, мг	17.45	10	175%	9%
Железо, мг	1.01	0.5	202%	10%
Калий, мг	264.58	30	882%	44%
Йод, мкг	0.01	5	0%	0%
Селен, мкг	0.12	1.5	8%	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)	701.5	600	117%	36 %
Калорийность, ккал.	672	597.2-793.8	93%	33%
Количество белков (г)	29.26	18.9	155%	54%
Количество жиров (г)	25.77	21	123%	43%
Количество углеводов (г)	80.76	91.35	88%	31%
Витамин С, мг	33.67	17.5	192%	67%
Витамин В1, мг	0.32	0.32	100%	36%
Витамин В2, мг	0.28	0.35	80%	28%
Витамин А, мкг рэ	480.41	175	275%	96%
Кальций, мг	244.6	315	78%	27%
Магний, мг	112.21	70	160%	56%
Железо, мг	6.28	3.5	179%	63%
Калий, мг	1187.37	210	565%	198%
Йод, мкг	85.37	35	244%	85%
Селен, мкг	17.9	10.5	170%	60%

#### 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)	344	250	138%	18 %
Калорийность, ккал.	307.6	256-351	100%	15%
Количество белков (г)	10.59	8.1	131%	20%
Количество жиров (г)	7.11	9	79%	12%
Количество углеводов (г)	50.31	39.15	129%	19%
Витамин С, мг	15.41	7.5	205%	31%
Витамин В1, мг	0.14	0.14	100%	16%
Витамин В2, мг	0.35	0.15	233%	35%
Витамин А, мкг рэ	76.29	75	102%	15%
Кальций, мг	242.89	135	180%	27%
Магний, мг	86.84	30	289%	43%
Железо, мг	1.26	1.5	84%	13%
Калий, мг	765	90	850%	128%
Йод, мкг	27.13	15	181%	27%
Селен, мкг	7.57	4.5	168%	25%

### 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)	0.7	1.5	47%
Сахар (г)	6.9	10	69%

#### 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	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 %)
Соль (г)	1.3	1.5	87%
Сахар (г)	8.3	5	166%

<b>Показатели</b>	<b>Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)</b>	<b>Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)</b>	<b>Удельный вес от рекомендуемой величины на Полдник (в %)</b>
Соль (г)	0.3	0.5	60%
Сахар (г)	2.5	7	36%

### **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)Второй завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Полдник - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 11.7%, 35.6%, и 52.7% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в второй завтрак 3.7%, 2%, и 94.4% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 17.4%, 34.5%, и 48.1% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 13.8%, 20.8%, и 65.4% 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, .
7. 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", разработанном ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора. Выдано для "МБДОУ "Детский сад комбинированного вида № 9" города Сорочинска Оренбургской

области" 16.09.24.