

## Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Десятидневное меню 12-18 (2 полугодие) 2025 08.01.2025(78151)
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	Режим питания	Завтрак, обед
6	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 типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 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	Детей с ОВЗ в организации - 2. Детей с Без особенностей в организации - 79.

### 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)	633	550	115%	23 %
Калорийность, ккал.	644.7	544-782	113%	23%
Количество белков (г)	28.85	18	160%	32%
Количество жиров (г)	22.74	18.4	124%	25%
Количество углеводов (г)	81.15	76.6	106%	21%
Витамин С, мг	12.64	14	90%	18%
Витамин В1, мг	0.34	0.28	121%	24%
Витамин В2, мг	0.49	0.32	153%	31%
Витамин А, мкг рэ	240.64	180	134%	27%
Кальций, мг	393.82	240	164%	33%

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 %)
Магний, мг	125.4	60	209%	42%
Железо, мг	6.68	3.4	196%	39%
Калий, мг	916.01	240	382%	76%
Йод, мкг	85.1	24	355%	71%
Селен, мкг	34.16	10	342%	68%

### 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)	924.5	800	116%	34 %
Калорийность, ккал.	904.3	816-1199.5	106%	32%
Количество белков (г)	42.03	27	156%	47%
Количество жиров (г)	28.17	27.6	102%	31%
Количество углеводов (г)	120.66	114.9	105%	32%
Витамин С, мг	24.71	21	118%	35%
Витамин В1, мг	0.48	0.42	114%	34%
Витамин В2, мг	0.35	0.48	73%	22%
Витамин А, мкг рэ	550.66	270	204%	61%
Кальций, мг	302.78	360	84%	25%
Магний, мг	170.11	90	189%	57%
Железо, мг	8.24	5.1	162%	48%
Калий, мг	1492.44	360	415%	124%
Йод, мкг	111.6	36	310%	93%
Селен, мкг	36.87	15	246%	74%

### 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)	1.2	1.2	100%
Сахар (г)	9	11.6	78%

#### 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)	1.5	2.3	65%
Сахар (г)	6.9	11.7	59%

## 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 **выше регламентированных значений** по приемам пищи

Прием пищи	Неделя	День	Значение	Норматив
Завтрак	2	Пятница	720	715

4. Калорийность меню **не ниже регламентированных значений** по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 17.9%, 31.7%, и 50.4% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 18.6%, 28%, и 53.4% соответственно.

5. 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 .*

- 6. В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.**
- 7. В меню отсутствуют колбасные изделия, кондитерские изделия, бутерброды, консервированные томаты, .**
- 8. В меню присутствуют 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 "МБОУ "Завьяловская СОШ им. Героя Советского Союза Комарова Г.В."" 08.01.25.**