

СОГЛАСОВАНО

НАЧАЛЬНИК ТЕРРИТОРИАЛЬНОГО
ОТДЕЛА ПО ГОРОДУ ЕВПАТОРИЯ
МЕЖРЕГИОНАЛЬНОГО УПРАВЛЕНИЯ
РОСПОТРЕБНАДЗОРА ПО РЕСПУБЛИКЕ
КРЫМ И ГОРОДУ СЕВАСТОПОЛЮ

С.С.ТКАЧЕВ

2018г.

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР МУНИЦИПАЛЬНОГО
БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА №1»
ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»



Э.М.ЛЕОНОВА

2018г.

**ПРИМЕРНОЕ
ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ
ДЛЯ ОДНОРАЗОВОГО ПИТАНИЯ (завтрак)**

Льготная категория

**(дети-инвалиды, дети с ограниченными возможностями здоровья,
дети из малоимущих и многодетных семей)**

МБОУ «Средняя школа № 1 г. Евпатории Республики Крым»

Неделя: Первая

Понедельник

Возрастная категория : 11-17 лет

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
181	Каша манная молочная	210	6,11	10,72	32,38	251,0	0,08	1,17	0,06	0,04	133,80	118,2	20,3	0,47
377	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62,0	0	2,83	0	0	14,2	4,4	2,4	0,36
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27	6,9	31,8	7,5	0,93
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0	0	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	65,72	0	0	0,04	0,03	2,4	3,0	0	0
338	Яблоки свежие	120	0,48	0,48	11,76	53,28	0,03	12,0	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64
16	Колбаса п/к	50	7,55	20,05	0,15	211,67	0,15	0	0,0	0	13	101,0	12,5	1,1
	Итого:		19,98	39,35	98,59	829,54	0,34	16	0,1	1,23	201	315,1	70	6,05

2

Неделя: Первая

Вторник

Возрастная категория : 11-17 лет

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда		Б	Ж	У	Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
243	Сосиски отварные	100	11,01	23,84	0,38	262,28	0,18	0	0	0	34,6	155,3	20,0	1,81
321	Капуста тушеная	200	4,13	6,48	18,87	150,2	0,05	34,32	0	0,61	110,9	80,28	41,31	1,61
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	0,01	0	0,98	0,98	21,34	3,44	3,44	0,63
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27	6,9	31,8	7,5	0,93
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0	0	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
	Печенье	50	4,26	5,66	34,86	207,26	0,06	0	0	0	30	20,62	16,88	4,12
15	Сыр твердый	50	11,6	14,75	0	179,15	0,02	0,35	130,0	0,25	440,0	250,0	17,5	0,5
	Итого:		37,31	51,84	113,8	1072,96	0,4	34,67	131	2,76	655,2	584,9	123,1	10,15

Неделя: Первая

День: Среда

Возрастная категория : 11-17 лет

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ккал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg
222	Пудинг из творога с джемом	220	30,14	24,36	63,6	592,6	0,16	0,72	0,12	0,02	256,6	380,5	49,36	2,38
	Джем	20	1,42	1	11,04	59	0,012	0,2	0,01	0,02	63,4	45,8	6,8	0,04
377	Чай с лимоном	200/7/15	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	0	14,2	4,4	2,4	0,36
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27	6,9	31,8	7,5	0,93
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0	0	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	65,72	0	0	0,04	0,03	2,4	3,0	0	0
338	Бананы св.	220	3,3	1,1	46,2	211,2	0,09	22	0	0,26	17,6	61,6	92,4	1,32
	Итого:		40,7	34,56	175,1	1176,39	0,342	25,75	0,17	1,25	372,6	570,6	175	5,58

Неделя: Первая

День: Четверг

Возрастная категория : 11-17 лет

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ккал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg
	Наименование блюда													
234	Котлеты рыбные	100	12,9	8,26	15,84	190,28	0,08	0,66	0,1	0	71,88	185,5	41,5	1,48
312	Картофельное пюре	200	4,08	6,4	27,25	183	0,19	24,21	0,03	0,05	49,3	115,5	37	1,35
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	1,59	0,02	0,012	152,2	124,6	21,34	0,048
71	Помидор св.	50	0,55	0,1	1,9	11	0,03	8,75	0	0,4	7	13	10	0,45
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27	6,9	31,8	7,5	0,93
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0	0	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
15	Сыр твердый	50	11,6	14,75	0	179,15	0,02	0,35	130,0	0,25	440	250,0	17,5	0,5
	Итого:		38,84	33,88	101,5	867,9	0,46	35,56	130,2	1,632	738,8	763,9	151,3	5,308

Неделя: Вторая

Понедельник

Возрастная категория : 11-17 лет

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		Ккал	В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	Наименование блюда														
210	Омлет натуральный	205	20,23	25,78	3,66	331,5	0,15	0,38	0,42	0,12	147,1	325,27	23,55	3,85	
71	Помидор св.	50	0,55	0,1	1,9	11	0,03	8,75	0	0,4	7	13	10	0,45	
377	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,2	62,0	0	2,83	0	0	14,2	4,4	2,4	0,36	
	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,96	0,39	17,29	80,47	0,04	0	0	0,32	8,05	37,1	8,75	1,09	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27	6,9	31,8	7,5	0,93	
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0	0	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55	
16	Колбаса п/к	50	7,55	20,05	0,15	211,67	0,15	0	0,0	0	13	101,0	12,5	1,1	
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	65,72	0	0	0,04	0,03	2,4	3,0	0	0	
	Итого:		36,13	54,42	77,3	948,23	0,45	11,96	0,46	1,79	210,1	559,1	81,2	8,33	

Неделя: Вторая

Вторник

Возрастная категория : 11-17 лет

Завтрак

№ рецептур ы	Прием пищи	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
260	Гуляш	125	18,19	20,99	3,61	276,25	0,04	1,15	0	0,11	27,26	192,7	27,5	3,83
309	Макароны отварные	200	6,8	10,0	38,0	269,2	0,08	0	0	2,6	16,0	46,0	10,0	1,0
71	Огурцы св.	50	0,35	0,05	0,95	6	0,02	2,5	0	0,001	8,5	15	7	0,25
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	1,59	0,02	0,012	152,2	124,6	21,34	0,048
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27	6,9	31,8	7,5	0,93
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0	0	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
15	Сыр твердый	50	11,6	14,75	0	179,15	0,02	0,35	130,0	0,25	440,0	250,0	17,5	0,5
338	Яблоки свежие	120	0,48	0,48	11,76	53,28	0,03	12,0	0	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64
	Итого:		47,13	50,64	110,9	1088,35	0,33	17,54	130	4,133	681,6	716,8	118,2	9,748

неделя: Вторая

День: Четверг

Возрастная категория : 11-17 лет

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		Ккал	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Наименование блюда															
229	Рыба тушеная в томате с овощами	120	18,2	4,4	2,25	121,4	0,12	1,8	22,2	2,22	43,2	265,4	42,8	0,82		
312	Картофельное пюре	200	4,08	6,4	27,25	183	0,19	24,21	0,03	0,05	49,3	115,5	37	1,35		
75	Икра свекольная	75	1,78	0,08	17,15	138,98	0,02	4,25	0	0,21	44,42	45,7	22,61	1,27		
385	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	107,00	0,08	2,6	0,04	0,02	240,00	180,0	28,0	0,2		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27	6,9	31,8	7,5	0,93		
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0	0	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55		
16	Колбаса п/к	50	7,55	20,05	0,15	211,67	0,15	0	0,0	0	13	101,0	12,5	1,1		
	Итого:		43,04	36,76	95,37	947,92	0,64	32,86	22,27	3,42	408,3	782,9	166,9	6,22		

Неделя: Вторая

День: Пятница

Возрастная категория : 11-17 лет

Завтрак

№ рецептуры	Прием пищи	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ккал	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg
278	Тефтели мясные с соусом	100/50	8,67	9,33	13,83	174	0,07	2	29,17	0,05	40,17	204,6	27,25	3,75
171	Каша пшеничная	210	8,98	10,51	52,52	341,3	0,17	0	0,04	0,04	47,37	205,4	48,12	3,48
71	Огурцы св.	50	0,35	0,05	0,95	6	0,02	2,5	0	0,001	8,5	15	7	0,25
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	0,01	0	0,98	0,98	21,34	3,44	3,44	0,63
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27	6,9	31,8	7,5	0,93
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	0,05	0	0	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
15	Сыр твердый	50	11,6	14,75	0	179,15	0,02	0,35	130,0	0,25	440,0	250,0	17,5	0,5
	Итого:		35,91	35,75	127	974,47	0,37	4,8	160,2	2,241	575,8	753,8	127,3	10,09

Химический состав, пищевая и энергетическая ценность

Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
371,2	418,3	1200,5	1013,4	4,27	205,8	594,4	23,28	4011,0	5943,0	1404,0	87,39

Набор продуктов на одного человека за 10 дней

Наименование продукта	Кол-во продукта (г)
Картофель	456
Джем	20
Овощи свежие	773
Масло растит.	61
Сухофрукты	60
Сахар	138
Мука	52
Яйца	171
Молоко	647
Хлеб пшеничный	550
Хлеб ржаной	300
Масло сливочное	116
Сыр тв.	212
Томат паста 25%	21
Сосиски	102
Макаронны	68
Творог	154
Крупы	192
Сметана	20
Фрукты св.	460
Цитрусовые	16
Чай	1,0
Колбаса п/к	204
Рыба св/м, б/г	196
Какао	8
Куры	289
Сок	400
Печенье	50
Говядина б/к	188

**Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Крым и городе
федерального значения Севастополе»**

ОРГАН ИНСПЕКЦИИ
Аттестат аккредитации
RA.RU.710101 от 13 ноября 2015
Юридический адрес: 295034
г. Симферополь, ул. Набережная, д.67
тел.: (365) 549-900, факс: (365) 549-901
ИНН 9102034069 ОГРН 1149102060348
ОКПО 00711250 КПП 910201001
e-mail: fbuz_priemn@cge-crimea.ru http://www.cge-crimea.ru
Фактический адрес: 297412, г. Евпатория,
ул. Некрасова, 37/43,
тел.: (36569) 6-17-13,
e-mail: fbuz_evp@cge-crimea.ru
ОКПО 00711250 ОГРН 1149102060348
ИНН 9102034069 КПП 910201001

УТВЕРЖДАЮ

Главный врач филиала
федерального _____ бюджетного _____
учреждения здравоохранения «Центр _____
гигиены и эпидемиологии в _____
республике Крым и городе федерального _____
значения Севастополе» в городе Евпатории,
Черноморском, Раздольненском и Сакском
районах.

(наименование учреждения)

М. В. Султанов

ФИО

мп.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии санитарным правилам и нормативам перспективного меню

№ 2.52 /Э.83 от 04.04.18 г.

1. **Наименование учреждения:** МБОУ «Средняя школа №1 г. Евпатории Республики Крым».
2. **Юридический адрес:** 297408 РК, г. Евпатория, ул. Интернациональная, 55
3. **Фактический адрес:** 297408 РК, г. Евпатория, ул. Интернациональная, 55
4. **Ф.И.О. руководителя:** Леонова Э.М. **Телефон, факс:**
5. **ИНН/КПП:** 9110087385/911001001 **ОГРН:** 1149102179148
6. **Основание для проведения экспертизы:** заявление №2.52 от 12.02.18 г.
7. **Документы, представленные для проведения экспертизы**
- примерное цикличное меню для одноразового питания детей-инвалидов, детей с ограниченными возможностями здоровья, детей с малоимущих и многодетных семей 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях (завтрак);
- информация о выполнении норм питания МБОУ «Средняя школа №1»
8. **Перечень нормативной документации, на основании которой проводилась экспертиза:**
СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», Постановление СМ РК №360 от 27.07.16 г. «О внесении изменений в постановление СМ РК от 15 сентября 2015 г.»
9. **Характеристика рациона питания:**
Согласно меню, для обучающихся 5-11 классов льготных категории для детей с ограниченными возможностями здоровья, детей с малоимущих и многодетных семей – завтрак. Учитывая, что интервал между приемами пищи менее 3,5-4 ч. (п.6.7, п.6.8 СанПиН 2.4.5. 2409-08 «Санитарно-

№ экспертного заключения № 2.52 /Э.83 от 04.04.2018 г.

/ФИО Мемедлаева Э.Р.

эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».)

10. Ссылка на рецептуры: в меню приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд в соответствии со сборником рецептур. (Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях/ Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна,2015г.; Наименование блюд, указываемые в меню, соответствуют их наименованиям, указанным в использованном сборнике рецептур.

11. Повторение одних и тех же блюд в последующие 2-3 дня: в примерном меню не допускается повторение одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или в последующие 2-3 дня.

.Распределение пищевых веществ и калорийности (за 10 дней)

Средняя энергетическая ценность рациона в меню для детей 5-11 классов для детей инвалидов, детей с ограниченными возможностями здоровья, детей из малоимущих и многодетных семей-завтрак, составляет 1013ккал (норма среднесуточной потребности - 2713 ккал, завтрак -25 % от нормы -678 ккал); количество белков в среднем 37,1 гр. (норма среднесуточной потребности -90, завтрак -25 % от нормы -23-.); жиров в среднем 41.8 гр. (норма среднесуточной потребности -92, завтрак -25 % от нормы-23 гр.);углеводов в среднем за -120 гр.(норма среднесуточной потребности -383гр, завтрак -25 % от нормы -95,7).

Название пищевых веществ	Усредненная потребность в пищевых веществах для возрастной группы с 11 лет и старше		Фактически за 10 дней, в среднем
	Среднесуточная	25 % от среднесуточной потребности	
Белки	90	22,5	37,1
Жиры	92	23	41,8
Углеводы	383	95,7	120
Энергетическая ценность	2713	678	1013

13.Объемы отдельных блюд для детей: с учетом возраста обучающихся в примерном меню соблюдены требования по массе порций блюд.

. Продукты, включенные в рацион питания детей ежедневно

Завтрак меню состоит из горячего блюда и горячего напитка, фрукты включены в меню два раза в неделю.

В меню 5-11 классов льготной категории мясо (или рыба, птица), хлеб, овощи, крупы, растительное масло сахар, соль предусмотрены ежедневно. Остальные продукты (творог, сметана, птица, сыр, яйцо, соки, фрукты и др.) включены 2-3 раз в неделю.

Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рацион обеспечивает физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии.


15.Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности обеспечена за счет использования разнообразных пищевых продуктов, с естественным содержанием необходимых витаминов и минеральных веществ (с учетом потерь при тепловой обработке) в т.ч. свежих фруктов, овощей, зелени.

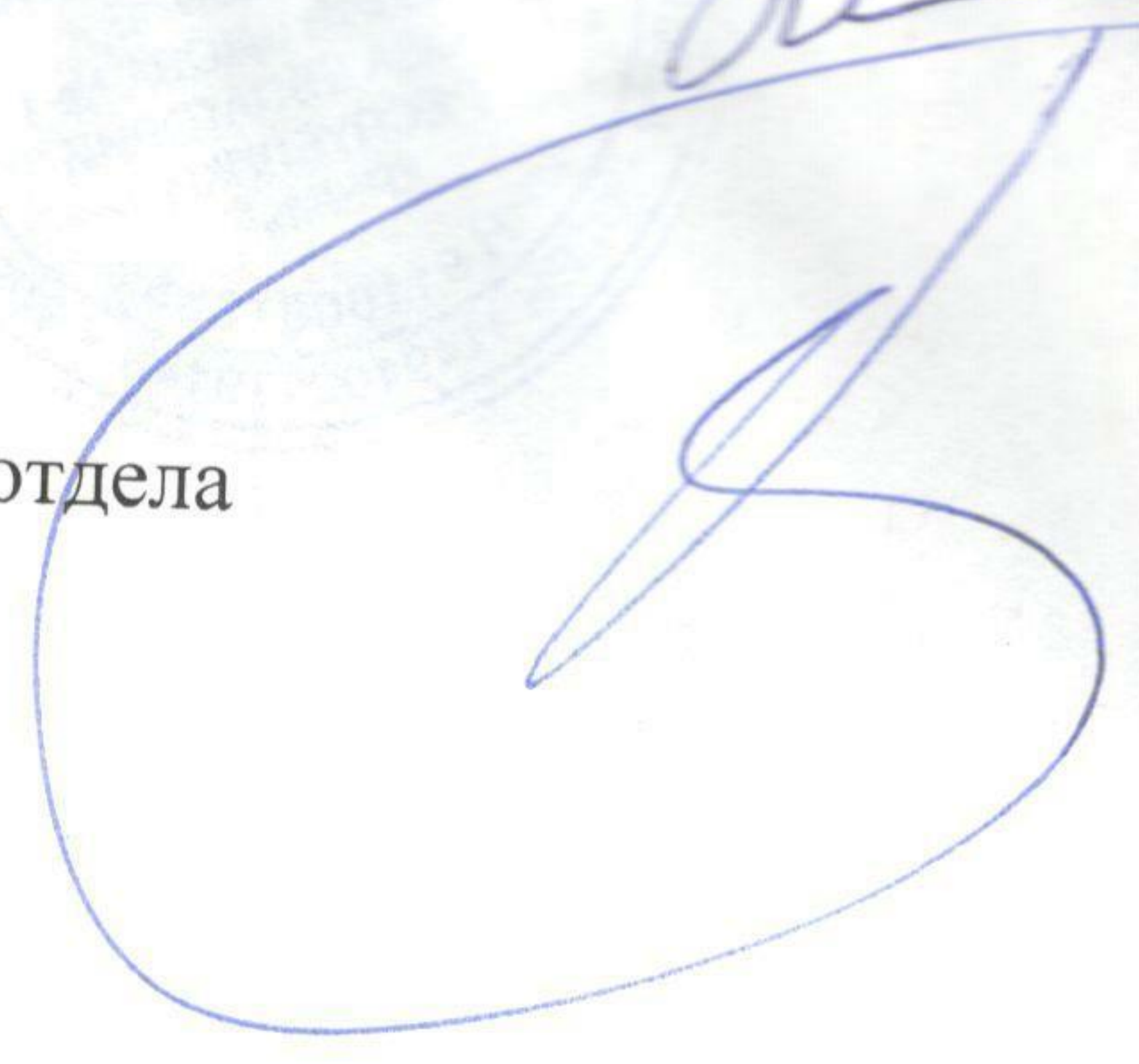
Заключение: -примерное цикличное меню для одноразового питания детей-инвалидов, детей с ограниченными возможностями здоровья, детей с малоимущих и многодетных семей 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях (завтрак) МБОУ «Средняя школа №1 г. Евпатории Республики Крым» соответствует требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»,

Врач-эксперт ОИ
филиала ФБУЗ «ЦГ и Э в РК и гфз
Севастополе» в городе Евпатория,
Черноморском, Раздольненском и
Сакском районах

Зам. технического директора ОИ,
заведующий санитарно-гигиенического отдела



Мемедлаева Э.Р.



Абдураимов А. А.

№ экспертного заключения № 2.52/Э.83 от 04.04.2018 г.

Подпись эксперта ОИ  /ФИО Мемедлаева Э.Р.