

Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	примерное 10-дневное меню(73735)
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 рецептов предназначенных для питания детей	Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Сборник рецептов 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)	414.7	400	104%	21 %
Калорийность, ккал.	373.7	341.3-414	91%	18%
Количество белков (г)	10.7	10.8	99%	20%
Количество жиров (г)	14.38	12	120%	24%
Количество углеводов (г)	50.37	52.2	96%	19%
Витамин С, мг	2.33	10	23%	5%
Витамин В1, мг	0.18	0.18	100%	20%
Витамин В2, мг	0.23	0.2	115%	23%
Витамин А, мкг рэ	72.7	100	73%	15%
Кальций, мг	275.76	180	153%	31%
Магний, мг	61.02	40	153%	31%
Железо, мг	3.7	2	185%	37%
Калий, мг	332.95	120	277%	55%
Йод, мкг	48.9	20	245%	49%
Селен, мкг	7.51	6	125%	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)	703.5	600	117%	36 %
Калорийность, ккал.	672.8	597.2-793.8	93%	33%
Количество белков (г)	29.29	18.9	155%	54%
Количество жиров (г)	25.77	21	123%	43%
Количество углеводов (г)	80.94	91.35	89%	31%
Витамин С, мг	33.76	17.5	193%	68%
Витамин В1, мг	0.32	0.32	100%	36%
Витамин В2, мг	0.28	0.35	80%	28%
Витамин А, мкг рэ	480.44	175	275%	96%
Кальций, мг	247.37	315	79%	27%
Магний, мг	112.62	70	161%	56%
Железо, мг	6.3	3.5	180%	63%
Калий, мг	1192.58	210	568%	199%
Йод, мкг	85.52	35	244%	86%
Селен, мкг	17.91	10.5	171%	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.	311.8	256-351	101%	15%
Количество белков (г)	10.45	8.1	129%	19%
Количество жиров (г)	6.91	9	77%	12%
Количество углеводов (г)	51.93	39.15	133%	20%
Витамин С, мг	16.28	7.5	217%	33%
Витамин В1, мг	0.14	0.14	100%	16%
Витамин В2, мг	0.34	0.15	227%	34%
Витамин А, мкг рэ	76.09	75	101%	15%
Кальций, мг	231.69	135	172%	26%
Магний, мг	89.64	30	299%	45%
Железо, мг	1.31	1.5	87%	13%
Калий, мг	785.2	90	872%	131%
Йод, мкг	26.23	15	175%	26%
Селен, мкг	7.47	4.5	166%	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)	6.7	10	67%

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%

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)	0.3	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);
- 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 11.4%, 34.6%, и 53.9% 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 13.4%, 20%, и 66.6% соответственно.
- 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 .
- В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.**
- В меню отсутствуют колбасные изделия,бутерброды, консервированные томаты, .**
- 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 "Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад

комбинированного вида № 5"" 24.09.24.