



18

Согласовано

Утверждаю

Заведующий

ДС № № 111111111111

С. С. Сидорова

ИП Чаушева М.Я.



Примерное десятидневное меню питания для дошкольных образовательных учреждений

В возрасте от 3 до 7 лет

(зимне-весенний период)

день : понедельник
неделя первая
сезон: зимне-весенний
возрастная категория : от 3 до 7 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	ВИТАМИН С	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК: 20-25%	Суп молочный манный	200	5,48	5,04	16,1	131,8	0,97	99
	бутерброд с сыром и маслом	5//12/20	4,4	7,36	9,72	123,2	0,08	
	чай с сахаром	200	0,06	0,02	11,1	56,8	0,03	
	итого за приём:	437	13,04	15,07	41,77	356,1	2,35	
2 завтрак:	яблоко	100	0,4	0	9,8	44	10	386
	итого за приём:	100	0,4	0	9,8	44	10	
обед: 30-35%	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	2,07	6,4	13,09	118,5	10,36	63
	огурец соленый	50	0,4	0	0,85	5	2,5	
	котлета мясная из говядины	70	10,86	8,25	11,24	162,16	0,09	
	картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,43	137,25	18,16	
	компот из яблок + вит.С	200	0,16	0,16	23,88	97,6	51,72	
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,3	8,02	41,2		
	хлеб ржаной	37,5	2,47	0,45	12,52	65,25		
итого за приём:	782,5	20,62	20,36	90,03	626,96	82,83		
полдник: 10-15%	ватрушка с творогом	70	10,7	7,74	36,34	235,81	0,06	436//501
	кефир	200	6	5	8	102	1,4	
	итого за приём:	270	16,7	12,74	44,34	337,81	1,46	
	итого за день:	1589,5	50,76	48,17	185,94	1364,87	96,64	

день : вторник
 неделя первая
 сезон: зимне-весенний
 возрастная категория : от 3 до 7 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	ВИТАМИН С	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК: 20-25%	Омлет натуральный	100	8,81	16,97	1,68	195,37	0,15	229
	Икра кабачковая прм.пр-во	60	0,9	0,94	4,62	46,8	5,76	
	бутерброд с маслом	10//20	1,66	7,45	9,76	113,1		1
	какао с молоком	200	4,2	3,62	17,28	118,6	1,6	416
	итого за приём:	390	15,57	28,98	33,34	473,87	7,51	
2 завтрак:	сок фруктовый	150	0,75	0	15,5	64	8	418
	итого за приём:	150	0,75	0	15,5	64	8	
обед: 30-35%	суп картофельный с горохом	250	5,48	5,26	16,31	134,75	5,81	87
	гренки из пшеничного хлеба	20	1,6	0,3	8,02	41,2		
	котлета рубленая из птицы с соусом	80/30	12,92	11,85	12,6	212	0,73	322
	капуста тушёная	150	2,97	5,56	14,2	118,5	24,55	143
	компот из сушеных фруктов+вит.С	200	0,44	0,01	27,76	113	50,4	394
	хлеб ржаной	37,5	2,47	0,45	12,52	65,25		
	итого за приём:	767,5	25,88	23,43	91,41	684,7	81,49	
полдник: 10-15%	запеканка из творога	130	22,79	15,65	22,28	321,1	0,3	251
	сметана t.	7	0,18	1,05	0,25	11,2	0,05	
	чай с молоком	200	2,96	2,6	15,9	98,9	1,33	413
	печенье	25	1,57	4,15	17,15	112,5		
	итого за приём:	362	27,5	23,45	55,58	543,7	1,68	
	итого за день:	1669,5	69,7	75,86	195,83	1766,27	98,68	

день : среда
 неделя первая
 сезон: зимне-весенний
 возрастная категория : от 3 до 7 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	ВИТАМИН С	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК: 20-25%	каша пшеничная вязкая	120	3,15	3,15	19,38	118,44		182
	котлета рыбная	60	11,99	4,05	7,67	115	0,82	27.сен
	бутерброд с маслом	8//20	1,64	6	9,76	99,8		6//7
	кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,95	101,1	1,3	414
	итого за приём:	408	19,94	15,87	52,76	434,34	2,12	
2 завтрак:	молоко кипяченое	180	5,5	4,5	8,46	95,4	2,46	419
	итого за приём:	180	5,5	4,5	8,46	95,4	2,46	
Обед: 30-35%	Рассольник со сметаной	250/7	2,32	6,24	16,91	134,47	7,6	82
	Запеканка картофельная с мясом и соусом	160/30	12,13	9,5	25,7	237	3,8	308/372
	салат из свеклы с соленым огурцом	60	0,51	3,06	1,56	35,88	3,35	20
	кисель из сока + вит.С	200	0,57	0,06	30,2	123,6	50,1	400
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,3	8,02	41,2		
	хлеб ржаной	37,5	2,47	0,45	12,52	65,25		
	итого за приём:	764,5	19,6	19,61	94,91	637,4	64,85	
ПОЛДНИК: 10-15%	суп молочный рисовый	200	4,81	5,07	16,83	132,4	0,91	101
	чай с сахаром	200	0,06	0,02	11,1	56,8	0,03	411
	вафли	20	0,8	6,1	12,5	170,07		
	итого за приём:	420	5,67	11,19	40,43	359,27	0,94	
	итого за день:	1772,5	50,71	51,17	196,56	1526,41	70,37	

День : четверг
неделя перила
сезон: зимне-весенний
возрастная категория : от 3 до 7 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества				ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	ВИТАМИН С	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У	У			
ЗАВТРАК: 20-25%	суп молочный с гречневой крупой	200	5,96	5,46	17,08	142,2	0,9	101	
	бутерброд с маслом и сыром	5/12//20	4,4	7,36	9,72	123,2	0,08	6//7	
	чай с сахаром	200	0,06	0,02	11,1	56,8	0,03	411	
	итого за приём:	437	10,42	12,84	37,9	322,2	1,01		
2 завтрак:	яблоко	100	0,4	0	9,8	44	10	386	
	итого за приём:	100	0,4	0	9,8	44	10		
обед: 30-35%	Щи из свежей капусты	250	1,62	4,86	6,74	77,25	13,29	77	
	огурец соленый	50	0,4	0	0,85	5	2,5		
	плов из свинины	150/65	17,54	24,79	35,32	443,01			
	сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64	8	418	
	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5			
	хлеб ржаной	37,5	2,47	0,45	12,52	65,25			
	итого за приём:	732,5	25,15	30,4	85,07	725,01	23,79		
полдник: 10-15%	Булочка „Веснушка„	70	5,46	4,28	37,7	211,4		456	
	ряженка	200	5,8	5	8	93,33	1,4	420	
	итого за приём:	270	11,26	9,28	45,7	304,73	1,4		
	итого за День:	1539,5	47,23	52,52	178,47	1395,94	36,2		

День : пятница
 неделя первая
 сезон: зимне-весенний
 возрастная категория : от 3 до 7 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЯЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	ВИТАМИН С	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК: 20-25%	отварные макароны с маслом и сыром	150	5,72	3,5	27,45	158,7		219
	икра кабачковая	60,00	0,9	0,94	4,62	46,8	5,76	
	бутерброд с маслом	5//20	1,61	3,82	9,72	80		
	чай с молоком	200	2,96	2,6	15,9	98,9	1,33	1
	итого за приём:	435	11,19	10,86	57,69	384,4	7,09	
2 завтрак:	яблоко							
	итого за приём:	100	0,4	0	9,8	44	10	386
обед: 30-35%	итого за приём:	100	0,4	0	9,8	44	10	
	суп картофельный с рисом	250	1,96	2,72	14,57	90,75	8,25	86
	тефтели рыбные тушеные в соусе	70/15	10,14	4,2	10,66	120,99	0,25	277
	рагу из овощей	150	2,5	16,53	13,3	211,5	8,31	148
	компот из сушеных фруктов	200	0,44	0,01	27,76	113	50,4	394
	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5		
	хлеб ржаной	37,5	2,47	0,45	12,52	65,25		
	итого за приём:	752,5	19,88	24,21	93,3	671,99	67,21	
	суп молочный с овсяными хлопьями							
	печенье	200	5,92	5,93	17,92	148,8	0,9	
ПОЛДНИК: 10-15%	чай с сахаром	30	1,88	4,98	20,58	135		
	итого за приём:	200,00	0,06	0,02	11,1	56,8	0,03	411
	итого за день:	430	7,86	10,93	49,6	340,6	0,93	
	итого за день:	1717,5	39,33	46	210,39	1440,99	85,23	

День : понедельник
неделя вторая
сезон: зимне-весенний
возрастная категория : от 3 до 7 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	ВИТАМИН С	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК: 20-25%	Суп молочный с пшеном	200	5,8	5,46	18,57	146,8	0,9	101
	бутерброд с маслом	8//20	1,64	6	9,76	99,8		01..январь
	кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,67	15,95	101,1	1,3	414
	итого за приём:	428	10,6	14,13	44,28	347,7	2,2	
2 завтрак:	яблоко	100	0,4	0	9,8	44	10	386
	итого за приём:	100	0,4	0	9,8	44	10	
обед: 30-35%	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/7	2,07	6,4	13,09	118,5	10,36	63
	огурец соленый	50	0,4	0	0,85	5	2,5	
	биточки мясные из говядины	65	9,36	6,26	6,18	119,12	0,13	306
	картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,43	137,25	18,16	339
	компот из яблок + вит.С	200	0,16	0,16	23,88	97,6	51,72	390
	хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	58,75		
	хлеб ржаной	37,5	2,47	0,45	12,52	65,25		
	итого за приём:	784,5	19,49	18,32	89,02	601,47	82,87	
полдник: 10-15%	лапшевник с творогом и стученым молоком	130/25	17,86	14,77	42,13	373	0,17	226
	кефир	200	6	5	8	102	1,4	420
	итого за приём:	355	23,86	19,77	50,13	475	1,57	
	итого за День:	1667,5	54,35	52,22	193,23	1468,17	96,64	

День : вторник
 неделя вторая
 сезон: зимне-весенний
 возрастная категория : от 3 до 7 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	ВИТАМИН С	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК: 20-25%	каша рисовая рассыпчатая с фруктами	150	5,57	9,43	43,19	280	1,25	181
	бутерброд с маслом	5//20	1,61	3,82	9,72	80		1
	чай с молоком	200	2,96	2,6	19,5	98,9	1,33	413
	итого за приём:	375	10,14	15,85	72,41	458,9	2,58	
2 завтрак:	яблоко	100	0,4	0	9,8	44	10	386
	итого за приём:	100	0,4	0	9,8	44	10	
обед: 30-35%	суп картофельный с горохом	250	5,48	5,26	16,31	134,75	5,81	87
	гренки из пшеничного хлеба	20	1,6	0,3	8,02	41,2		
	тефтели мясная из говядины с соусом	70/15	4,77	5,48	6,03	92,75	0,26	304
	свекла тушеная в соусе	150	3,1	9,54	14,14	155	1,99	145
	сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64	8	418
	хлеб ржаной	37,5	2,47	0,45	12,52	65,25		
	итого за приём:	692,5	18,17	21,03	72,17	552,95	16,06	
полдник: 10-15%	булочка „творожная,“	70	9,15	4,24	34,71	214,2	0,13	470
	ряженка	200	5,8	5	8	93,33	1,4	420
	итого за приём:	270	14,95	9,24	42,71	307,53	1,53	
	итого за день:	1437,5	43,66	46,12	197,09	1363,38	30,17	

День : среда
неделя вторая
сезон: зимне-весенний
возрастная категория : от 3 до 7 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	ВИТАМИНС	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК: 20-25%	картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,43	137,25	18,16	339
	салат из соленых огурцов с луком	60	0,51	3,06	1,56	35,88	3,33	20
	бутерброд с маслом	8//30	2,43	6,1	14,59	123,3		1
	какао с молоком	200	4,2	3,62	17,28	118,6	1,6	416
	Итого за приём:	448	10,2	17,58	53,86	415,03	23,09	
2 завтрак:	яблоко	100	0,4	0	9,8	44	10	386
	Итого за приём:	100	0,4	0	9,8	44	10	
обед: 30-35%	суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	11,18	7,71	15,64	177,65	11,45	89/129
	кнели куриные с рисом	80	22,7	18,85	7,06	289,33	0,04	329
	салат из квашеной капусты	60	0,84	3,04	5,41	51,54	19,47	81
	каша пшеничная вязкая	120	5,72	4,8	37,87	210,75		362
	кисель из сока + вит.с	200	0,57	0,06	30,2	123,6	51,1	400
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,3	8,02	41,2		
	хлеб ржаной	37,5	2,47	0,45	12,52	65,25		
	Итого за приём:	822,5	45,08	35,21	116,72	959,32	82,06	
полдник: 10-15%	пирожок с повидлом	80	4,66	5,13	38,49	85,33	0,33	437
	молоко кипяченое	190	5,8	4,75	8,93	100,7	2,59	419
	Итого за приём:	270	10,46	9,88	47,42	186,03	2,92	
	Итого за день:	1640,5	66,14	62,67	227,8	1604,38	118,07	

День : четверг
неделя вторая
сезон: зимне-весенний
возрастная категория : от 3 до 7 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	ВИТАМИН С	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК: 20-25%	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,74	5,21	18,84	145,2	0,9	100
	бутерброд с сыром и маслом	5//12/20	4,4	7,36	9,72	123,2	0,08	6//7
	чай с сахаром	200	0,06	0,02	11,1	56,8	0,03	411
	итого за приём:	437	13,04	15,07	41,77	356,1	2,35	
2 завтрак:	сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64	8	418
	итого за приём:	150	0,75	0	15,15	64	8	
обед: 30-35%	суп картофельный с клецками	250/25	20,54	3,9	17,35	116,87	5,75	91,128
	рыба тушеная с овощами	80	7,92	4,55	2,19	80,99	1,79	261
	картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,43	137,25	18,16	339
	салат из свеклы и яблок	60	0,66	3,1	6,86	58,02	5,58	36
	компот из сушеных фруктов+ вит.С	200	0,44	0,01	27,76	113	50,4	394
	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5		
	хлеб ржаной	37,5	2,47	0,45	12,52	65,25		
	итого за приём:	832,5	37,46	17,11	101,6	641,88	81,68	
полдник: 10-15%	сырники из творога со сметаной	130/10	22,7	11,38	38,1	345,37	0,29	245
	кофейный напиток	200	3,16	2,67	15,95	101,1	1,3	414
	вафли	35	2,25	2,86	23,89	130,54	0,002	489
	итого за приём:	375	28,11	16,91	77,94	577,01	1,59	
	итого за День:	1794,5	79,36	49,09	236,46	1638,99	93,62	

День : пятница
 неделя вторая
 сезон: зимне-весенний
 возрастная категория : от 3 до 7 лет

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	пищевые вещества			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	ВИТАМИН С	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК: 20-25%	омлет натуральный с сосисками	100/50	8,81/5,5	11,95/16,97	1,68/0,2	325,37	0,15	229/291
	салат из квашеной капусты	60	0,84	3,04	5,41	51,54	19,47	81
	бутерброд с маслом	8//30	2,49	6,1	14,59	123,3		1
	какао с молоком	200	4,2	3,62	17,28	118,6	1,6	416
	итого за приём:	448	21,84	41,68	39,16	618,81	21,22	
2 завтрак:	яблоко	100	0,4	0	9,8	44	10	386
	итого за приём:	100	0,4	0	9,8	44	10	
обед: 30-35%	суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/25	6,63	5,18	15,44	135	11,2	90
	котлета мясная из говядины	70	10,87	8,18	11,24	162,16	0,09	229
	Тушеная капуста	150	2,97	5,56	14,2	118,5	24,55	143
	кисель из сока + вит.С	200	0,57	0,06	30,2	123,6	50,1	400
	хлеб пшеничный	34,8	2,74	0,34	16,8	81,78		
	хлеб ржаной	37,5	2,47	0,45	12,52	65,25		
	итого за приём:	767,3	26,25	19,77	100,4	686,29	85,94	
полдник: 10-15%	молоко кипяченое	190	6	5	9,4	106	2,73	419
	вафли	40	0,16	12,2	25	341,4		
	итого за приём:	230	6,16	17,2	34,4	447,4	2,73	
	итого за День:	1545,3	54,65	78,65	183,76	1796,5	119,89	

САД	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА				ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)	Витамин С
	Б	Ж	У			
ДНИ						
1	50,76	48,17	185,94	1364,87	96,64	
2	69,7	75,86	195,83	1766,27	98,68	
3	50,71	51,17	196,56	1526,41	70,37	
4	47,23	52,52	178,47	1395,94	36,2	
5	39,33	46	210,39	1440,99	85,23	
6	54,35	52,22	193,23	1468,17	96,64	
7	43,66	46,12	197,09	1363,38	30,17	
8	66,14	62,67	227,8	1604,38	118,07	
9	79,36	49,09	236,46	1638,99	93,622	
10	54,65	78,65	183,76	1796,5	119,89	
ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:	555,89	562,47	2005,53	15365,9	845,512	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА 10 ДНЕЙ:	55,59	56,25	200,55	1536,59	84,55	

Наименование сборника рецептур:

СБОРНИК РЕЦЕПТУР НА ПРОДУКЦИЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ

Руководители разработки сборника: *Могильный М.П.* (ФГБОУ ВО МГУТУ им. К.Г. Разумовского (ПКУ));
Тутельян В.А. (ФГБНУ "НИИ питания").

Сборник технических нормативов: Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2016. - 640 с.

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ САД (ЗИМА-ВЕСНА)

Дни	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
Наименование	норма/брутто	1-1	1-2	1-3	1-4	1-5	2-1	2-2	2-3	2-4	2-5	10дней	за 10дней	% выполн
сметана	83	5	19,5	14,5		7,5	11	15,5		10				83
творог	300	22,9	93,8			51	18,5		113,8	264	342	2547		300
молоко		164	273	425	140	242	264		319	264	342			300
кефир		207				207								414
ряженка						207								414
итого молочка:		3375	371	273	425	347	242	471	321	319	342	3375		100
сыр		48	12		12	12	14	15,2	14,77	25,1	13	9,5	158	100
масло слив		158	14	15,9	17,1	19,43	14	15,2	14,77	25,1	13	9,5	158	100
молоко стуженое		352	33,2	49	35,6	17,6	38,6	36,6	20,9	28,9	49,8	30	365,2	103,75
гречка					16		12						16	
овсян. хлопья					16	45	13	49,3	7				130,3	
рис							16		36,4				52,4	
пшено					5								5	
перловая					29,1								29,1	
пшеничная								20,25					40,5	
горох													20,8	
манка		323	13	28,05	50,1	61	25	16	69,55	43,4	0	0	306,1	94,77
итого крупы:		90	13	7,8	13	20,25	48	26	9	9,4	11	10,5	84,9	102,29
макаронны		83	5	10	8	5	9	8	9	9,4	11	10,5	84,9	102,29
масло растит.		9			3		3				3		9	100
кофнаток		9						0,04					0,043	100
ванилин		4,5							1,5		1,5		4,5	100
какао		4,5							4,5		4,5		4,5	100
повидло		4,5							4,5		4,5		4,5	100
чай		4,5							4,5		4,5		4,5	100
наюм		90											66,45	66,67
сухофрукты		90											66,45	66,67
итого сухофрукты:		90											66,45	66,67
лим. кислота		0,2						0,2			0,2		1	100
сок		750							150		150		750	100
яблоко		855							304,5		237,8		133,3	1750
картофель		1750							66,75		304,5		133,3	1750
томат		7,5							2		2,5		7,5	45
капустя свекла		50							69,4		69,4		206	674,5
капустя квашеная		60											60	120
икра кабахковая		25							160		60		330	330
свекла		15,75							12,5		61,5		258,75	258,75
морковь		22							27,3		30,7		367,1	367,1
лук		22							66,7		66,7		248,45	248,45
огурцы соленые		50											2182,6	89,45
итого по овощам:		2440							2,15		11,2		182,25	101,25
яйцо		180							60		38,7		454	100
масо б/к		454							60		38,7		454	100
окопочка/грудка		203									77		203	100
минтай		293											51	100
сосиски		51											51	100
крахмал		2,25											2,25	100
хлеб ржаной		375											375	100
хлеб пшеничный		600											601,4	100,23

Федеральная служба по надзору

в сфере защиты прав потребителей и безопасности товаров

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения

«Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель руководителя

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

Филиал

г. Краснодар

И.И. [Signature]

Аттестат аккредитации № RA.RU.710012 от 22.04.2015г.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 1005/31 «31» августа 2015 года

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы

Примерного десятидневного меню для дошкольных образовательных учреждений,

ИП Чаушева Марина Яковлевна, 353864, РФ, Краснодарский край,

город Приморско-Ахтарск, улица Красноармейская, дом 112/5

1. Основание: заявление ИП Чаушевой М.Я. зарегистрированное в Тимашевском филиале ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае» входящий №384/54/ОИ от 20.01.2020 г.

2. Заявитель: ИП Чаушева Марина Яковлевна
ИНН: 234702169698
ОГРН: 319237500238012

Юридический адрес: 353864, РФ Краснодарский край, город Приморско-Ахтарск, улица Красноармейская, дом 112/5
Фактический адрес: 353864, РФ Краснодарский край, город Приморско-Ахтарск, улица Красноармейская, дом 112/5

3. Работодчик: ИП Чаушева Марина Яковлевна
Юридический адрес: 353864, РФ Краснодарский край, город Приморско-Ахтарск, улица Красноармейская, дом 112/5
Фактический адрес: 353864, РФ Краснодарский край, город Приморско-Ахтарск, улица Красноармейская, дом 112/5

4. Цель экспертизы: на соответствие требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

5. Перечень рассматриваемых материалов:

- Примерное десятидневное меню (зимне-весенний период) для дошкольных образовательных учреждений (возраст от 1,5 до 3 лет).
- Примерное десятидневное меню (летне-осенний период) для дошкольных образовательных учреждений (возраст от 3 до 7 лет).
- Примерное десятидневное меню (летне-осенний период) для дошкольных образовательных учреждений (возраст от 1,5 до 3 лет).
- Примерное десятидневное меню (летне-осенний период) для дошкольных образовательных учреждений (возраст от 3 до 7 лет).

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»

Филиал

г. Краснодар

И.И. [Signature]

г. Краснодар

И.И. [Signature]

г. Краснодар

173023

Протокол № 8-4

Иванов И.И.

Энергетическая ценность рациона, в целом, соответствует энергозатратам организма детей дошкольного возраста.

Прием пищи	Дети от 1,5 до 7 лет; (ккал)	Дети от 3 до 7 лет; (ккал)
Завтрак	303,4	401,5
2-завтрак	46,2	47
Обед	526,0	665,3
Полдник	250,1	366,1
Итого:	1125,7	1479,9

Таблица №1 (летне-осенний период)

1. Оценка соответствия энергетической ценности (калорийности) рациона энергозатратам организма детей дошкольного возраста:
 Энергетическая ценность суточного рациона, по отдельным приемам пищи, находится в пределах допустимых отклонений: среднее за 10 дней на 1-го ребенка.

В среднем десятидневном меню не используются запрещенные продукты.
 В меню обедов включено второе блюдо которое состоит из мяса, птицы или рыбы с гарниром.
 В питания детей используется йодированная соль.
 аскорбиновой кислотой.
 С целью обеспечения детей витамином С, ежедневно проводится витаминизация напитков.
 повторяемость отдельных блюд отмечена через каждые 2-3 дня-соответствует требованиям.
 нормам отдельных блюд для детей разного возраста. В основном дети получают разные блюда.
 Выход отдельных блюд находится в пределах нормы и примерно соответствует рекомендациям.
 примерное меню 2-3 раза в неделю.
 овощи и фрукты включены в меню ежедневно. Рыба, яйцо, сыр, творог, сметана- включены в (пшеничной, ржаной), мясо, молоко, масло сливочное, масло растительное, сахар, крупы, свежие.
 Примерное меню включает разнообразный ассортимент продуктов. Такие продукты как хлеб-много-раскладки, содержащие различные добавки о рецептуре блюд.
 технологические карты с указанием процессов приготовления блюд и технологических режимов-сорник рецептур;

6. Санитарно-эпидемиологическая оценка:
 В дошкольных образовательных учреждениях организовано четырехразовое питание. Примерное меню составлено на 10 дней и включает в себя следующие пункты:
 - прием пищи;
 - номер рецептуры;
 - наименование блюда;
 - выход блюда;
 - пищевые вещества: белки, жиры, углеводы;
 - энергетическая ценность блюда;
 - витамин С.
 Примерное десятидневное меню составлено для следующих возрастных категорий:
 - дети от 1,5 до 3 лет;
 - дети от 3 до 7 лет.
 Оформление примерного меню соответствует требованиям санитарных правил.
 Для проведения экспертизы меню представляются:

Handwritten signature

Витаминный и минеральный составы рационов сбалансированы, находятся в пределах допустимых отклонений.
Соотношение основных пищевых веществ, в целом, соответствует возрастным потребностям детей дошкольного возраста.

Дети от 1,5 до 3 лет		Дети от 3 до 7 лет	
Белки (г)	Жиры (г)	Углевод(г)	Белки (г)
11,0	15,4	35,6	14,0
0,9	0	10,5	1,0
19,2	18,2	74,2	25,8
Обед	11,1	9,5	15,3
Полдник	42,2	43,1	152,2
Итого:			56,1
			55,8
			200,5

Таблица №4 (зимне-весенний период)

Витаминный и минеральный составы рационов сбалансированы, находятся в пределах допустимых отклонений.
Соотношение основных пищевых веществ, в целом, соответствует возрастным потребностям детей дошкольного возраста.

Дети от 1,5 до 3 лет		Дети от 3 до 7 лет	
Белки (г)	Жиры (г)	Углевод(г)	Белки (г)
11,6	13,8	33,0	14,2
0,86	0	9,9	3
18,8	16,6	77,0	25,3
Обед	9,4	7,9	12,7
Полдник	40,66	38,3	55,2
Итого:			52,5
			47,5
			198,9

Таблица №3 (летне-осенний период)

Энергетическая ценность рациона, в целом, соответствует энерготратам организма детей дошкольного возраста.
2. Оценка соотношения (сбалансированности) основных пищевых веществ, в граммах, соответствующего возрастным потребностям учащихся:
Химический состав суточного рациона, по отдельным приемам пищи, находится в пределах допустимых отклонений: среднее за 10 дней на 1-го ребенка.

Принем пищи	Дети от 1,5 до 7 лет;		Дети от 3 до 7 лет;	
	(ккал)	(ккал)	(ккал)	(ккал)
Завтрак	300,2	51,1	416,8	53,1
2-завтрак	535,0	678,8		
Обед	262,0	343,3		
Полдник	1148,3	1492		
Итого:				

Таблица №2 (зимне-весенний период)

С.И. [Signature]
Одобрено 2011 г. № 102/101
в аккредитованном учреждении

Handwritten signature

Л.Н. Журавлева

Врач по
общей гигиене

Handwritten signature

7. Выводы: примерное десятидневное меню для дошкольных образовательных учреждений, ИПЧ Чашевой Марины Яковлевны, 353864, РФ, Краснодарский край, город Приморско-Ахтарск, улица Красноармейская, дом 112/2-5 соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям Улицы Красноармейская, дом 112/2-5 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Распределение суточного рациона по отдельным приемам пищи, в целом, соответствует требованиям санитарных норм и правил.

Дети от 1,5 до 3 лет		Дети от 3 до 7 лет	
	(%)		(%)
Завтрак	21,4	23,2	
2-завтрак	4,0	3,0	
Обед	38,2	37,7	
Полдник	18,7	19,0	

Таблица №6 (зимне-весенний период)

Распределение суточного рациона по отдельным приемам пищи, в целом, соответствует требованиям санитарных норм и правил.

Дети от 1,5 до 3 лет		Дети от 3 до 7 лет	
	(%)		(%)
Завтрак	21,7	22,3	
2-завтрак	4,0	3,0	
Обед	37,5	37,0	
Полдник	17,8	20,3	

Таблица №5 (летне-осенний период)

среднее за 10 дней на 1-го ребенка.

завтрак, обед, полдник):

3. Оценка распределения суточного рациона по отдельным приемам пищи (завтрак, 2-й