

Гигиеническая оценка меню:

| № | Перечень детализируемой информации | Детализация информации |
|---|---|---|
| 1 | Название меню | ежедневное 12-дневное меню для обучающихся 12-18 лет(75983) |
| 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, второй 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.», «Рекомендации по адаптации действующего меню в организованных детских коллективах для организации питания детей с пищевой аллергией / Новосибирск, 2020 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 - 16. Детей с Без особенностей в организации - 97. |

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) | 581.5 | 550 | 106% | 22 % |
| Калорийность, ккал. | 593.1 | 515.7-625.6 | 104% | 21% |
| Количество белков (г) | 24.38 | 18 | 135% | 27% |
| Количество жиров (г) | 17.27 | 18.4 | 94% | 19% |
| Количество углеводов (г) | 85.04 | 76.6 | 111% | 22% |
| Витамин С, мг | 28.86 | 14 | 206% | 41% |
| Витамин В1, мг | 0.27 | 0.28 | 96% | 19% |

| 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 %) |
| Витамин В2, мг | 0.31 | 0.32 | 97% | 19% |
| Витамин А, мкг рэ | 188.12 | 180 | 105% | 21% |
| Кальций, мг | 280.85 | 240 | 117% | 23% |
| Магний, мг | 109.61 | 60 | 183% | 37% |
| Железо, мг | 5.95 | 3.4 | 175% | 35% |
| Калий, мг | 816.62 | 240 | 340% | 68% |
| Йод, мкг | 67.43 | 24 | 281% | 56% |
| Селен, мкг | 20.39 | 10 | 204% | 41% |

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) | 249.2 | 200 | 125% | 9 % |
| Калорийность, ккал. | 134.5 | 128.9-176.8 | 94% | 5% |
| Количество белков (г) | 1.63 | 4.5 | 36% | 2% |
| Количество жиров (г) | 0.34 | 4.6 | 7% | 0% |
| Количество углеводов (г) | 31.24 | 19.15 | 163% | 8% |
| Витамин С, мг | 9.83 | 3.5 | 281% | 14% |
| Витамин В1, мг | 0.05 | 0.07 | 71% | 4% |
| Витамин В2, мг | 0.11 | 0.08 | 138% | 7% |
| Витамин А, мкг рэ | 538.66 | 45 | 1197% | 60% |
| Кальций, мг | 50.78 | 60 | 85% | 4% |
| Магний, мг | 24.93 | 15 | 166% | 8% |
| Железо, мг | 0.56 | 0.85 | 66% | 3% |
| Калий, мг | 606.17 | 60 | 1010% | 51% |
| Йод, мкг | 0.67 | 6 | 11% | 1% |
| Селен, мкг | 0.9 | 2.5 | 36% | 2% |

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) | 977.5 | 800 | 122% | 36 % |
| Калорийность, ккал. | 1012.3 | 816-1199.5 | 118% | 36% |
| Количество белков (г) | 43.55 | 27 | 161% | 48% |
| Количество жиров (г) | 36.35 | 27.6 | 132% | 40% |

| 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 %) |
| Количество углеводов (г) | 127.73 | 114.9 | 111% | 33% |
| Витамин С, мг | 45.46 | 21 | 216% | 65% |
| Витамин В1, мг | 0.51 | 0.42 | 121% | 36% |
| Витамин В2, мг | 0.47 | 0.48 | 98% | 29% |
| Витамин А, мкг рэ | 783.81 | 270 | 290% | 87% |
| Кальций, мг | 363.4 | 360 | 101% | 30% |
| Магний, мг | 178.39 | 90 | 198% | 59% |
| Железо, мг | 10.86 | 5.1 | 213% | 64% |
| Калий, мг | 1801.96 | 360 | 501% | 150% |
| Йод, мкг | 112.98 | 36 | 314% | 94% |
| Селен, мкг | 46.25 | 15 | 308% | 93% |

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 | 1.2 | 58% |
| Сахар (г) | 8.4 | 11.6 | 72% |

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) | 1.6 | 2.3 | 70% |
| Сахар (г) | 5.6 | 11.7 | 48% |

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 - 12 дня(ей)Второй завтрак - 12 дня(ей)Обед - 12 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 16.4%, 26.2%, и 57.3% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в второй завтрак 4.8%, 2.3%, и 92.9% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 17.2%, 32.3%, и 50.5% 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, консервированные огурцы.**
7. **В меню присутствуют кондитерские изделия, 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 общеобразовательное учреждение "Гамалеевская средняя общеобразовательная школа №2 имени Н.С. Трубина"Сорочинского городского округа Оренбургской области " 19.12.24.