

Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Примерное 12-ти дневное меню для ЛДП "Время Первых" для обучающихся с 12-18 лет, 2024- 2025 учебный год(81118)
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 рецептур предназначенных для питания детей	Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г.», «Сборник типовых меню и рецептур 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 - 28.

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)	604.6	550	110%	22 %
Калорийность, ккал.	621.3	544-782	109%	22%
Количество белков (г)	15.06	18	84%	17%
Количество жиров (г)	18.59	18.4	101%	20%
Количество углеводов (г)	98.44	76.6	129%	26%
Витамин С, мг	15.29	14	109%	22%
Витамин В1, мг	0.26	0.28	93%	19%
Витамин В2, мг	0.31	0.32	97%	19%
Витамин А, мкг рэ	103.62	180	58%	12%

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 %)
Кальций, мг	300.27	240	125%	25%
Магний, мг	85.49	60	142%	28%
Железо, мг	3.92	3.4	115%	23%
Калий, мг	726.59	240	303%	61%
Йод, мкг	47.43	24	198%	40%
Селен, мкг	8.94	10	89%	18%

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)	925.8	800	116%	34 %
Калорийность, ккал.	934.9	816-1199.5	109%	33%
Количество белков (г)	38.51	27	143%	43%
Количество жиров (г)	31.26	27.6	113%	34%
Количество углеводов (г)	124.9	114.9	109%	33%
Витамин С, мг	34.64	21	165%	49%
Витамин В1, мг	0.47	0.42	112%	34%
Витамин В2, мг	0.35	0.48	73%	22%
Витамин А, мкг рэ	561.21	270	208%	62%
Кальций, мг	406.92	360	113%	34%
Магний, мг	155.85	90	173%	52%
Железо, мг	7.65	5.1	150%	45%
Калий, мг	1360.27	360	378%	113%
Йод, мкг	96.17	36	267%	80%
Селен, мкг	21.07	15	140%	42%

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)	0.8	1.2	67%
Сахар (г)	8.2	11.6	71%

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)	1.4	2.3	61%
Сахар (г)	7.4	11.7	63%

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)Обед - 12 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 9.7%, 26.9%, и 63.4% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 16.5%, 30.1%, и 53.4% 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, .**
7. **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 "МАОУ Равнинная СОШ " 05.03.25.
