

Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	"Светлячок" Меню дошкольной группы (3-7 лет) сезон весна-лето(71368)
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 «Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г.», «Сборник Е.В.Ушаковой», «Сборник рецептов блюд дополнительного питания в организациях для детей / Новосибирск, 2024»,
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)	420.5	400	105%	22 %
Калорийность, ккал.	397.3	341.3-414	97%	19%
Количество белков (г)	15.19	10.8	141%	28%
Количество жиров (г)	14.45	12	120%	24%
Количество углеводов (г)	51.65	52.2	99%	20%
Витамин С, мг	26.57	10	266%	53%
Витамин В1, мг	0.14	0.18	78%	16%
Витамин В2, мг	0.29	0.2	145%	29%
Витамин А, мкг рэ	119.25	100	119%	24%
Кальций, мг	287.81	180	160%	32%
Магний, мг	47.73	40	119%	24%

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 %)
Железо, мг	2.28	2	114%	23%
Калий, мг	307.56	120	256%	51%
Йод, мкг	41.14	20	206%	41%
Селен, мкг	18.22	6	304%	61%

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)	190	100	190%	10 %
Калорийность, ккал.	104.9	85.3-117	102%	5%
Количество белков (г)	3.18	2.7	118%	6%
Количество жиров (г)	2.18	3	73%	4%
Количество углеводов (г)	18.14	13.05	139%	7%
Витамин С, мг	35.88	2.5	1435%	72%
Витамин В1, мг	0.15	0.05	300%	17%
Витамин В2, мг	0.15	0.05	300%	15%
Витамин А, мкг рэ	25.94	25	104%	5%
Кальций, мг	108.85	45	242%	12%
Магний, мг	27.52	10	275%	14%
Железо, мг	1.22	0.5	244%	12%
Калий, мг	371.43	30	1238%	62%
Йод, мкг	4.46	5	89%	4%
Селен, мкг	0.87	1.5	58%	3%

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)	719	600	120%	37 %
Калорийность, ккал.	715.6	597.2-793.8	99%	35%
Количество белков (г)	27.91	18.9	148%	52%
Количество жиров (г)	26.64	21	127%	44%
Количество углеводов (г)	91.05	91.35	100%	35%
Витамин С, мг	29.54	17.5	169%	59%
Витамин В1, мг	0.53	0.32	166%	59%
Витамин В2, мг	0.57	0.35	163%	57%

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 %)
Витамин А, мкг рэ	528.62	175	302%	106%
Кальций, мг	228.11	315	72%	25%
Магний, мг	97.44	70	139%	49%
Железо, мг	5.84	3.5	167%	58%
Калий, мг	974.07	210	464%	162%
Йод, мкг	74.24	35	212%	74%
Селен, мкг	9.32	10.5	89%	31%

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)	338.5	250	135%	17 %
Калорийность, ккал.	341.9	256-351	111%	17%
Количество белков (г)	15.88	8.1	196%	29%
Количество жиров (г)	11.76	9	131%	20%
Количество углеводов (г)	43.14	39.15	110%	17%
Витамин С, мг	4.06	7.5	54%	8%
Витамин В1, мг	0.13	0.14	93%	14%
Витамин В2, мг	0.26	0.15	173%	26%
Витамин А, мкг рэ	106.08	75	141%	21%
Кальций, мг	242.57	135	180%	27%
Магний, мг	50.29	30	168%	25%
Железо, мг	1.88	1.5	125%	19%
Калий, мг	476.07	90	529%	79%
Йод, мкг	47.79	15	319%	48%
Селен, мкг	10.31	4.5	229%	34%

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)	10.9	10	109%

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)	1.2	1.5	80%
Сахар (г)	1.6	5	32%

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)	0.5	0.5	100%
Сахар (г)	7	7	100%

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 15.3%, 32.7%, и 52% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в второй завтрак 12.1%, 18.7%, и 69.2% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 15.6%, 33.5%, и 50.9% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 18.6%, 31%, и 50.5% 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 "Управление образования администрации муниципального образования Светлинский район Оренбургской области" 20.02.25.