

УТВЕРЖДАЮ

Начальник департамента образования
администрации города Кирова





" 01 " 12

**Рацион питания и цикличное 10-дневное меню
для организации питания детей в возрастных группах 3-7 лет
период питания осень-зима с 01.10 по 29.02**

Киров

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
осень-зима с 01.10 по 29.02 01 день (пн), Возрастная категория: Сад						
Завтрак 1						
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,86	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	Итого	430	9,61	12,4	54,16	366,66
Завтрак 2						
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого	300	1,4	0,6	29,59	133
На весь день						
	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	Итого	5				
Обед						
	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,71	2,9	15,22	98,98
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПИЦЦА	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого	700	20,11	36,76	68,55	675,16
Полдник						
	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	60	3,55	2,8	45	219,6
	Итого	260	9,15	7,7	54,3	324,4
Ужин 1						
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	150	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,29	38,5
	БАТОН	37	2,82	0,37	18,98	96,93
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	Итого	477	22,71	21,69	67,95	554,16
Итого за: осень-зима с 01.10 по 29.02		2172	62,98	79,15	274,55	2053,38
осень-зима с 01.10 по 29.02 02 день (вт), Возрастная категория: Сад						
Завтрак 1						
	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,95	6	21,74	161,83
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	Итого	418	12,28	13,23	48,11	358,42
Завтрак 2						

АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1	43
Итого	100	0,89	0,2	8,1	43

На весь день

Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого	5				

Обед

САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого	720	24,36	21,36	98,38	696,39

Полдник

ЙОГУРТ	200	5,8	5	22	156
БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С БЕЛЫМ ШОКОЛАДОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого	250	9,8	7	46	275,98

Ужин 1

САЛАТ 'ДЕРЕВЕНСКИЙ'	60	2,52	5,52	3,42	73,2
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	131,85
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17,76	7,28	0	136,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
ЧАЙ С САХАРОМ И	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого	525	27,28	17,56	65,52	501,13

Итого за: осень-зима с 01.10 по 29.02 2018 74,61 59,35 266,11 1874,92

осень-зима с 01.10 по 29.02 03 день (ср), Возрастная категория: Сад

Завтрак 1

КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого	430	10,84	12,83	53,63	372,21

Завтрак 2

ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого	300	1,4	0,6	29,59	133

На весь день

Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого	5				

Обед

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,09	4,5	58,9
-------------------------------	----	---	------	-----	------

УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	10,57	20,76	17,26	296,15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого	695	22,48	29,24	66,94	623,25

Полдник

МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243
Итого	270	10,23	14,47	39,41	347,8

Ужин 1

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого	455	17,39	24,24	41,9	454,83

Итого за: осень-зима с 01.10 по 29.02 2155 62,34 81,38 231,47 1931,09

осень-зима с 01.10 по 29.02 04 день (чт), Возрастная категория: Сад

Завтрак 1

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,74	20,25	272,88
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого	400	16,2	17,64	38,91	417,69

Завтрак 2

АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1	43
Итого	100	0,89	0,2	8,1	43

На весь день

Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого	5				

Обед

САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого	770	19,39	20,93	97,03	618,42

Полдник

КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
БАТОН	30	2,29	0,3	15,39	78,59

Итого	250	8,3	0,5	39,26	204,73
Ужин 1					
САЛАТ `ОСЕННИЙ`	60	1,07	3,17	7,55	63,06
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
ПУДИНГ ИЗ МЯСА	70	13,25	27,84	0,78	292,75
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого	490	19,22	34,39	41,94	546,48
Итого за: осень-зима с 01.10 по 29.02	2015	64	73,66	225,24	1830,32
осень-зима с 01.10 по 29.02 05 день (пт), Возрастная категория: Сад					
Завтрак 1					
КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,73	4,95	24,25	165,65
БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого	430	10,48	12,05	52,85	363,35
Завтрак 2					
СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого	300	1,4	0,6	29,59	133
На весь день					
Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого	5				
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого	700	21,53	29,29	71,07	578,99
Полдник					
МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
Итого	250	8,9	6,5	42,06	266,99
Ужин 1					
САЛАТ `МОЗАИКА`	60	1,73	4,43	6,09	71,34
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,97	10,16	27,48	301,11
СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	30	0,78	2,84	3,08	40,96
БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого	505	30,39	17,86	53,89	497,62
Итого за: осень-зима с 01.10 по 29.02	2190	72,7	66,3	249,46	1839,95
осень-зима с 01.10 по 29.02 06 день (пн), Возрастная категория: Сад					
Завтрак 1					

КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160	4,53	4,22	26,05	159,98
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого	430	14,37	15,91	54,95	420,68

Завтрак 2

АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1	43
Итого	100	0,89	0,2	8,1	43

На весь день

Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого	5				

Обед

САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
РАССОЛЬНИК ПЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	131,85
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	75	6,68	26,11	1,02	299,08
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого	715	16,09	38,21	78,72	732,32

Полдник

МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого	250	8,8	7,56	35,02	251,09

Ужин 1

МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	200	7,23	11,21	47,55	323,67
СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ	50	0,2	0	4,6	19,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого	485	11,44	11,84	77,49	466,98

Итого за: осень-зима с 01.10 по 29.02 1985 51,59 73,72 254,28 1914,07

осень-зима с 01.10 по 29.02 07 день (вт), Возрастная категория: Сад

Завтрак 1

КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
СЫР ПОРЦИЯМИ	18	4,15	5,36	0	65,73
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого	423	10,95	12,51	46,26	328,29

Завтрак 2

СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого	300	1,4	0,6	29,59	133

На весь день						
	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	Итого	5				
Обед						
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	Итого	735	19,42	21,46	95,26	577,85
Полдник						
	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	Итого	270	10,58	8,82	46,81	312,43
Ужин 1						
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,69	102,34
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И	180	0,04	0	9,15	36,78
	Итого	500	11,33	19,91	42,42	458,32
Итого за: осень-зима с 01.10 по 29.02		2233	53,68	63,3	260,34	1809,89
осень-зима с 01.10 по 29.02 08 день (ср), Возрастная категория: Сад						
Завтрак 1						
	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	Итого	470	14,54	16,59	44,9	386,5
Завтрак 2						
	АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1	43
	Итого	100	0,89	0,2	8,1	43
На весь день						
	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	Итого	5				
Обед						
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39

КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого	770	13,76	21,5	67,05	605,6

Полдник

МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ПЕЧЕНЬЕ	60	0,06	0	47,64	192,6
Итого	260	5,66	4,9	56,94	297,4

Ужин 1

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И	60	0,89	3	11,1	75,8
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СОБЛЮДИТЬ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого	455	30,55	17,86	56,3	510,47

Итого за: осень-зима с 01.10 по 29.02 2060 65,4 61,05 233,29 1842,97

осень-зима с 01.10 по 29.02 09 день (чт), Возрастная категория: Сад

Завтрак 1

КАША `АССОРТИ`	200	5,09	5,5	26,1	172,6
БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого	430	9,54	12,4	53,87	368,4

Завтрак 2

СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого	300	1,4	0,6	29,59	133

На весь день

Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого	5				

Обед

САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	5,9	4,9	82,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58
БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,19	8,69	13,5	176,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
БАТОН	33	2,52	0,33	16,93	86,44
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого	733	20,67	20,68	89,46	651,47

Полдник

КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
Итого	265	10,55	2	47,69	255,04

Ужин 1

СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61

ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого	475	12,34	9,86	73,92	435,09
Итого за: осень-зима с 01.10 по 29.02	2208	54,5	45,54	294,53	1843
осень-зима с 01.10 по 29.02 10 день (пт), Возрастная категория: Сад					
Завтрак 1					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого	430	10,14	14,32	50,95	373,25
Завтрак 2					
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого	100	0,4	0,4	9,8	47
На весь день					
Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого	5				
Обед					
МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,64
СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33
ЗРАЗЫ ИЗ МЯСА	80	5,83	17,37	9,03	212,46
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого	700	18,03	30,03	62,39	620,43
Полдник					
МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА`	70	5,04	4,2	38,08	212,8
Итого	270	10,64	9,1	47,38	317,6
Ужин 1					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого	455	17,27	24,21	50,66	489,21
Итого за: осень-зима с 01.10 по 29.02	1960	56,48	78,06	221,18	1847,49
Итого за весь период	20996	618,28	681,51	2510,45	18787,08
Среднее значение за период	2099,6	61,83	68,15	251,05	1878,71

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И
БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Кировской области»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Кировской области»)

610000, г. Киров, ул. Свободы, д. 64 «а»

Телефон/факс: (8332) 38-57-54, e-mail: kirov@sanepid.ru, <http://www.sanepid.ru>

ОКПО 73606667 ОГРН 1054316558669, ИНН/КПП 4345100758/434501001



УТВЕРЖДАЮ
Заместитель главного врача

К.В.Ердяков

« 23 » декабря 2020г.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № 09-190-2021-Д

о соответствии (несоответствии) санитарным правилам и нормам
циклического 10-дневного меню для организации питания детей
в возрастных группах 3 - 7 лет
в дошкольных образовательных учреждениях
системы Департамента образования города Кирова
период питания осень-зима с 01.10. по 31.03.

На основании заявления Администрации города Кирова входящий № 147 от 18.12.2020г., проведена оценка цикличного 10-дневного меню для организации питания детей в возрастных группах 3 - 7 лет в дошкольных образовательных учреждениях системы Департамента образования города Кирова период питания осень-зима с 01.10. по 31.03. на соответствие обязательным требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», вступающим в действие с 01 января 2021г., включающая следующие виды инспекции:

1. санитарно-эпидемиологическая экспертиза.

Период проведения инспекции: с 18.12.2020г. по 23.12.2020г.

Санитарно-эпидемиологическая экспертиза проведена: заведующим отделения гигиены питания и гигиены детей и подростков ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Кировской области» Корепановой А.Г. (сертификат эксперта № 12940 от 25.11.2017г., действителен до 25.11.2022г.).

Предоставленные документы:

1. цикличное 10-дневное меню для организации питания детей в возрастных группах 3-7 лет в дошкольных образовательных учреждениях системы Департамента образования города Кирова период питания осень-зима с 01.10. по 31.03.;
2. среднесуточный набор пищевых продуктов;
3. накопительная ведомость по расходу продуктов питания.

Установлено:

Предоставлено цикличное 10-дневное меню, разработанное Департаментом образования города Кирова, для организации питания детей в возрастных группах 3 - 7 лет в дошкольных образовательных учреждениях, период питания осень-зима с 01.10. по 31.03.

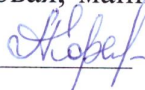
Меню предусматривает распределение блюд, кулинарных, мучных, кондитерских и хлебобулочных изделий по отдельным приемам пищи, рассчитано на 5-ти разовый прием пищи: завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин.

Меню содержит информацию об энергетической ценности, пищевых веществах (белки, жиры, углеводы) в каждом блюде.

В предоставленном меню соблюдены нормируемые суммарные объемы блюд по приемам пищи и масса порций для детей с учетом обозначенного возраста. Приведены ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборниками рецептур.

Основное (организованное) меню разнообразное, используется широкий ассортимент продуктов. В завтраки планируется давать: каши из круп (пшеничная, ячневая, геркулесовая, манная, рисовая, кукурузная, пшеничная), лапшу молочную,

Подпись исполнителя _____



блюда из творога и горячие напитки (кофейный напиток, чай с сахаром, чай без сахара, какао с молоком), порционно детям планируется давать масло сливочное, сыр, яйцо вареное. На второй завтрак включены соки и фрукты одновременно или сок либо фрукты. В меню обеда запланированы: холодные закуски - салаты, горячие первые блюда (различные супы), второе (основное горячее блюдо из мяса, рыбы или птицы), напитки. На полдник планируется давать молочные и кисломолочные продукты с булочными или кондитерскими изделиями (пастила, мармелад, пряники, печенье, баранки). На ужин запланированы салаты, свекла отварная порционно, блюда из рыбы, мяса, субпродуктов (говяжья печень), творожные, яичные, овощные, макаронные блюда, различные напитки.

В циклическом 10-дневном меню отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи находится в пределах $\pm 5\%$. Средний процент пищевой ценности за неделю по отдельным приемам пищи соответствует нормативным требованиям для завтрака – 20%, второго завтрака – 5%, обеда – 35%, полдника – 15%, ужина – 25%. Калорийность в процентном отношении приведена в таблице 1.

Табл. 1

	1 неделя					
	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	среднее за неделю
Завтрак	20,4 %	20,4 %	19,8 %	21,9 %	20,2 %	20,5 %
Второй завтрак	7,4 %	2,6 %	8,3 %	2,6 %	4,8 %	5,1 %
Обед	38,01 %	37,7 %	31,9 %	36,03 %	33,7 %	35,46 %
Полдник	17,01 %	12,7 %	17,9 %	10,9 %	16,7 %	15,04 %
Ужин	29,8 %	25,2 %	21,1 %	23,6 %	26,8 %	25,3 %

	2 неделя					
	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	среднее за неделю
Завтрак	23,4 %	16,7 %	21,5 %	20,5 %	20,7 %	20,5 %
Второй завтрак	2,6 %	7,4 %	3,6 %	7,4 %	2,6 %	4,7 %
Обед	36,1 %	32,6 %	33,9 %	33,9 %	38,5 %	35,02 %
Полдник	16,8 %	19,7 %	15,2 %	12,5 %	13,3 %	15,5 %
Ужин	25,9 %	25,5 %	27,9 %	25,7 %	22,3 %	25,48 %

В циклическом 10-дневном меню не встречаются запрещенные блюда, перечисленные в приложении № 6 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Подпись исполнителя 

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

Циклическое 10-дневное меню для организации питания детей в возрастных группах 3 - 7 лет в дошкольных образовательных учреждениях системы Департамента образования города Кирова период питания осень-зима с 01.10. по 31.03.

СООТВЕТСТВУЕТ:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Заведующий отделением гигиены питания
и гигиены детей и подростков



А.Г. Корепанова

Примечание:

1. Полная или частичная перепечатка, копирование экспертного заключения без письменного разрешения ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Кировской области» не допускается. Разрешение подтверждается подписью главного врача (заместителя главного врача) ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Кировской области» и печатью с указанием даты выдачи копии.
2. Экспертное заключение составлено в двух экземплярах.

Подпись исполнителя _____

