

Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	2026.Примерное 10-тидневное осенне-зимнее меню для двухразового питания обучающихся 5-9 классов (завтрак и обед) в соответствии с рекомендуемыми среднесуточными наборами пищевых продуктов(103635)
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	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.»,
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 Без особенностей в организации - 39.

Информация об энергетической, пищевой и витаминно-минеральной ценности меню

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)	962	800	120%	36 %
Калорийность, ккал.	976	816-1199.5	114%	34%
Количество белков (г)	45.67	27	169%	51%
Количество жиров (г)	36.73	27.6	133%	40%
Количество углеводов (г)	115.68	114.9	101%	30%
Витамин С, мг	87.07	21	415%	124%
Витамин В1, мг	0.51	0.42	121%	36%
Витамин В2, мг	0.86	0.48	179%	54%
Витамин А, мкг рэ	1005.2	270	372%	112%
Кальций, мг	377.65	360	105%	31%
Магний, мг	200.36	90	223%	67%
Железо, мг	11.09	5.1	217%	65%

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 %)
Калий, мг	1734.44	360	482%	145%
Йод, мкг	84.35	36	234%	70%
Селен, мкг	57.13	15	381%	114%

Информация о содержании соли и сахара в меню

Меню Обед

Показатели	Фактические значения (г)		Рекомендуемые значения (г)	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
	Добавленные при приготовлении блюд и напитков	Содержащиеся в продукции промышленного выпуска		
Соль	1.3	0	2.3	57%
Сахар	8	0	11.7	68%

В сумме за все приемы пищи

Показатели	Фактические значения (г)		Рекомендуемые значения (г)	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
	Добавленные при приготовлении блюд и напитков	Содержащиеся в продукции промышленного выпуска		
Соль	1.3	0	2.3	57%
Сахар	8	0	11.7	68%

Фрагмент заключительной части экспертного заключения

Рассмотренное меню соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 по следующим пунктам:

- Меню безопасное** (запрещенных к употреблению в организованных детских коллективах блюд и продуктов – нет)
- Меню разнообразное** (повторов блюд в течение дня и двух смежных дней нет);
- Калорийность меню **не ниже регламентированных значений** по приемам пищи: Обед - 10 дня(ей) Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 18.7%, 33.9%, и 47.4% 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.**

6. В меню отсутствуют колбасные изделия, кондитерские изделия, бутерброды, консервированные томаты, .

7. В меню присутствуют 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 "МБОУ"Амбинская ОШ"" 06.08.26.