# Гигиеническая оценка меню:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Перечень детализируемой информации** | **Детализация информации** |
| 1 | Название меню | Осенне-зимнее(**69798**) |
| 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 новый», |
| 7 | Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах | Использование полуфабрикатов в меню не планируется |

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) | 595 | 550 | 108% | 22 % |
| Калорийность, ккал. | 580.1 | 544-782 | 102% | 20% |
| Количество белков (г) | 24.13 | 18 | 134% | 27% |
| Количество жиров (г) | 13.35 | 18.4 | 73% | 15% |
| Количество углеводов (г) | 90.86 | 76.6 | 119% | 24% |
| Витамин С, мг | 18.11 | 14 | 129% | 26% |
| Витамин В1, мг | 0.28 | 0.28 | 100% | 20% |
| Витамин В2, мг | 0.37 | 0.32 | 116% | 23% |
| Витамин А, мкг рэ | 72.91 | 180 | 41% | 8% |
| Кальций, мг | 385.96 | 240 | 161% | 32% |
| Магний, мг | 96.53 | 60 | 161% | 32% |
| Железо, мг | 4.66 | 3.4 | 137% | 27% |
| Калий, мг | 652.36 | 240 | 272% | 54% |
| Йод, мкг | 57.74 | 24 | 241% | 48% |
| Селен, мкг | 33.76 | 10 | 338% | 68% |

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) | 908 | 800 | 114% | 34 % |
| Калорийность, ккал. | 896.4 | 816-1199.5 | 105% | 31% |
| Количество белков (г) | 38.85 | 27 | 144% | 43% |
| Количество жиров (г) | 29.01 | 27.6 | 105% | 32% |
| Количество углеводов (г) | 119.98 | 114.9 | 104% | 31% |
| Витамин С, мг | 46.11 | 21 | 220% | 66% |
| Витамин В1, мг | 0.54 | 0.42 | 129% | 39% |
| Витамин В2, мг | 0.43 | 0.48 | 90% | 27% |
| Витамин А, мкг рэ | 758.99 | 270 | 281% | 84% |
| Кальций, мг | 265.96 | 360 | 74% | 22% |
| Магний, мг | 176.72 | 90 | 196% | 59% |
| Железо, мг | 8.11 | 5.1 | 159% | 48% |
| Калий, мг | 1534.52 | 360 | 426% | 128% |
| Йод, мкг | 110.35 | 36 | 307% | 92% |
| Селен, мкг | 29.32 | 15 | 195% | 59% |

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) | 1 | 1.2 | 83% |
| Сахар (г) | 12.5 | 11.6 | 108% |

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) | 1.9 | 2.3 | 83% |
| Сахар (г) | 5 | 11.7 | 43% |

# 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 - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 16.6%, 20.7%, и 62.7% соотвественно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 17.3%, 29.1%, и 53.5% соотвественно.
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 .***

1. **В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.**
2. **В меню отсутствуют колбасные изделия,кондитерские изделия,бутерброды, консервированные томаты, .**
3. **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 "муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Уранбашская СОШ"" 24.07.24.