



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

**Управление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека по Новосибирской области**
(Управление Роспотребнадзора по Новосибирской области)

Челоскинцев ул., д.7а, г. Новосибирск, 630132
телефон 220-26-78 факс 220-28-75 E-mail: Upravlenie@54.rosпотребnadzor.ru <http://www.54.rosпотребnadzor.ru>

ОКПО75861582, ОГРН 1055406024794 ИНН/КПП 5406306550/540701001

23 МАР 2023

№ 5400-02/018-2361-2023

на № _____ от _____

Об экспертизе меню

Директору ГАУ НСО
«Центр детского, семейного
отдыха и оздоровления
«ВСЕКАНИКУЛЫ»
О.П. Бугай

E-mail: vsekan@nso.ru

Уважаемая Оксана Павловна!

Управлением Роспотребнадзора по Новосибирской области рассмотрено перспективное меню на 14 дней для организации питания детей в государственном автономном учреждении Новосибирской области «Центр детского, семейного отдыха и оздоровления «ВСЕКАНИКУЛЫ» для возрастных групп с 7 - 11 лет и 12 лет и старше, по результатам экспертизы установлено, что перспективное меню на 14 дней для организации питания детей в государственном автономном учреждении Новосибирской области «Центр детского, семейного отдыха и оздоровления «ВСЕКАНИКУЛЫ» для возрастных групп с 7 - 11 лет и 12 лет и старше соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Приложение:

1. Экспертное заключение на перспективное четырнадцатидневные меню для детей ГАУ НСО «ВСЕКАНИКУЛЫ» от 13.03.2022 г. № 02/4071-07-17-11 - на 3л. в 1 экз.

Заместитель руководителя

Н.В.Ильиных

Миниахметова Э.Р. 2202566 Меню «ВСЕКАНИКУЛЫ»

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
завтрак 1:							
	Бутерброд с сыром	60	8.64	15.6	12	223.2	65/Пермь-18
	Омлет натуральный	250	21.138	29.95	5.4	375.75	54-1о/Нск, 2022 г
	Чай с сахаром	200	0.19	0.04	6.42	26.8	54-2гн / Новосибирск, 2022 г
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		550	32.968	46.75	44.38	730.43	
завтрак 2:							
	Банан	200	3	1	42	189	Пром.
Итого за завтрак 2:		200	3	1	42	189	
обед:							
	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	2.263	11.025	3.575	122.5	54-6з / Новосибирск, 2022 г.
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6.463	3.465	23.12	149.5	54-7с / Новосибирск, 2022 г
	Гуляш из говядины	120	20.388	19.812	4.68	278.64	54-2м / Новосибирск, 2022 г
	Каша гречневая рассыпчатая	200	10.96	8.454	47.907	311.6	54-4г / Новосибирск, 2022 г
	Кисель из смородины	200	0.24	0.08	12.22	50.5	54-23хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		990	48.834	44.036	144.782	1170.74	
полдник:							
	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6	Пром.
	Булочка с повидлом (пром)	120	9.6	16.8	67.2	458.4	Пром.
Итого за полдник:		320	10.6	17	87.4	545	
ужин 1:							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Овощи натуральные соленые (огурец)	60	0.48	0.06	1.02	6.6	149 / Пермь 2018г.
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски (Минтай)	300	20.125	5.375	22.125	218.75	313 / Пермь 2018г
	Чай с лимоном и сахаром	200	0.25	0.05	6.61	27.9	54-3гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		680	29.375	6.685	83.035	511.25	
ужин 2:							
	Йогурт	200	6.8	5	11	116.2	Пром.
	Печенье - "Галеты"	20	1.94	2.04	13.12	78.6	Пром.
Итого за ужин 2:		220	8.74	7.04	24.12	194.8	
Итого за день:		2960	133.517	122.511	425.717	3341.22	
Неделя 1							
День 2							
завтрак 1:							
	Масло сливочное (порциями)	10	0.08	7.25	0.13	66.1	53-19з / Н-22
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4.64	5.9		71.667	54-1з / Новосибирск, 2022 г
	Каша жидкая молочная кукурузная	250	7.363	7.263	41.238	259.875	54-1к / Новосибирск, 2022 г
	Чай с молоком и сахаром	200	1.55	1.14	8.6	50.9	54-4гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.76	Пром.
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		560	19.673	23.033	90.208	646.982	
завтрак 2:							
	Яблоки свежие	200	0.8	0.8	19.6	88.8	Пом.
Итого за завтрак 2:		200	0.8	0.8	19.6	88.8	
обед:							
	Салат из свежих помидоров с луком	100	1.131	6.186	4.72	79.1	14 / Москва, Дели принт, 2010
	Борщ с капустой и картофелем со	250	5.895	7.08	12.665	137.95	54-2с / Новосибирск, 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	сметаной						
	Запеканка картофельная с печенью	280	32.158	15.484	44.996	448	54-17м / Новосибирск, 2022 г
	Соус сметанный	30	0.447	2.466	0.978	27.87	54-1соус / Новосибирск, 2022 г
	Напиток из шиповника	200	0.64	0.25	15.15	65.3	54-13хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		980	48.791	32.666	131.789	1016.22	
полдник:							
	Сок абрикосовый	200	1		25.4	105.6	Пром.
	Кекс "Столичный" (пром)	120	9.72	6.36	65.88	359.64	Пром.
Итого за полдник:		320	10.72	6.36	91.28	465.24	
ужин 1:							
	Кукуруза сахарная	60	1.245	0.21	6.12	31.35	Пром.
	Тефтели из говядины с рисом	120	17.37	17.55	9.72	266.25	54-16м / Новосибирск, 2022 г
	Капуста тушеная	200	4.787	6.054	19.467	151.334	54-8г / Новосибирск, 2022 г
	Чай со смородиной и сахаром	200	0.3	0.08	7.22	30.8	54-6гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		700	32.222	25.094	95.807	737.734	
ужин 2:							
	Ряженка	200	5.8	5	8.4	101.8	Пром.
	Печенье классическое	20	1.5	1.96	14.88	83.16	Пром.
Итого за ужин 2:		220	7.3	6.96	23.28	184.96	
Итого за день:		2980	119.506	94.913	451.964	3139.936	
Неделя 1 День 3							
завтрак 1:							
	Запеканка из творога	250	49.438	17.788	37.1	506.25	54-1т / Новосибирск, 2022 г
	Соус молочный натуральный	30	1.08	2.217	2.865	35.76	54-5соус / Новосибирск, 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Кофейный напиток с молоком	200	3.87	2.86	11.19	86	54-23гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.76	Пром.
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		560	60.428	24.345	91.395	826.45	
завтрак 2:							
	Груша	200	0.8	0.6	20.6	91	Пром.
Итого за завтрак 2:		200	0.8	0.6	20.6	91	
обед:							
	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0.95	5.15	3.088	62.375	54-5з / Новосибирск, 2022 г
	Суп картофельный с горохом	250	5.343	5.005	19.795	145.6	54-8с-2020 / Новосибирск, 2020
	Плов из отварной говядины	300	22.98	22.095	57.87	522.45	54-11м / Новосибирск, 2022
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.47		19.78	81	54-1хн / Новосибирск, 2022
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		970	38.263	33.45	153.813	1069.425	
полдник:							
	Сок апельсиновый	200	1.4	0.2	26.4	113	Пром.
	Булочка с творогом (пром)	120	9.48	11.28	66.6	405.84	Пром.
Итого за полдник:		320	10.88	11.48	93	518.84	
ужин 1:							
	Рыба, запеченная в омлете	120	15.12	5.64	9.24	148.8	300 / Пермь 2018
	Картофель отварной с укропом	200	4.174	8.522	23.479	187.827	153 / Пермь 2018
	Кисель из вишни	200	0.1	0.04	14.02	56.8	54-25хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		640	27.914	15.402	100.019	651.427	
ужин 2:							
	Снежок	200	5.4	5	21.6	153	Пром.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Итого за ужин 2:		200	5.4	5	21.6	153	
Итого за день:		2890	143.685	90.277	480.427	3310.142	
Неделя 1 День 4							
завтрак 1:							
	Масло сливочное (порциями)	10	0.08	7.25	0.13	66.1	53-19з / Н-22
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4.64	5.9		71.667	54-1з / Новосибирск, 2022 г
	Каша "Дружба"	250	6.25	7.35	30	211.125	54-16к / Новосибирск, 2022 г
	Какао с молоком	200	4.68	3.52	12.5	100.4	54-21гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.76	Пром.
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		560	21.69	25.5	82.87	647.732	
завтрак 2:							
	Банан	200	3	1	42	189	Пром.
Итого за завтрак 2:		200	3	1	42	189	
обед:							
	Сельдь с луком	100	9.1	21	4.7	244	316 / Пермь 2018
	Свекольник (со сметаной)	250	224.75	5.33	13.353	110.375	54-18с / Новосибирск, 2022 г.
	Жаркое из сердца	300	40.8	7.2	56.4	450	363 / Пермь 2018
	Компот из облепихи	200	0.23	0.95	7.4	39	54-9хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		970	283.4	35.68	135.133	1101.375	
полдник:							
	Сок персиковый	200	0.6		33	134.4	Пром.
	Булочка Дорожная (пром)	120	9.24	2.88	64.08	319.2	Пром.
Итого за полдник:		320	9.84	2.88	97.08	453.6	
ужин 1:							
	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1	53-2з / Новосибирск, 2022 г
	Шницель из курицы	100	19.067	4.32	13.36	168.534	54-24м / Новосибирск, 2022 г
	Каша гречневая рассыпчатая с	200	6.78	17.42	30.58	306.2	203 / Пермь 2018

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	луком						
	Чай с сахаром	200	0.19	0.04	6.42	26.8	54-2гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		720	35.357	23.08	106.14	773.634	
ужин 2:							
	Варенец	200	5.8	5	8.2	101	Пром.
	Вафли (пром)	20	2.08	0.26	12.84	62.02	Пром.
Итого за ужин 2:		220	7.88	5.26	21.04	163.02	
Итого за день:		2990	361.167	93.4	484.263	3328.361	
Неделя 1 День 5							
завтрак 1:							
	Яйцо вареное	40	4.78	4.05	0.25	56.6	54-6о / Н-22
	Масло сливочное (порциями)	10	0.08	7.25	0.13	66.1	53-19з / Н-22
	Каша вязкая молочная ячневая	250	9.063	11.638	42.575	311.375	54-21к / Новосибирск, 2022 г
	Чай с молоком и сахаром	200	1.55	1.14	8.6	50.9	54-4гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.76	Пром.
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		580	21.513	25.558	91.795	683.415	
завтрак 2:							
	Яблоки свежие	200	0.8	0.8	19.6	88.8	Пом.
Итого за завтрак 2:		200	0.8	0.8	19.6	88.8	
обед:							
	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1.638	10.088	9.575	135.625	54-8з / Новосибирск, 2022 г
	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	250	9.24	6.805	11.975	146.05	54-16с / Новосибирск, 2022 г
	Курица отварная	120	38.565	2.925	1.32	185.7	54-21м / Новосибирск, 2022 г
	Соус красный основной	30	0.981	0.732	2.67	21.24	54-3соус / Новосибирск, 2022 г
	Макароны отварные	200	7.094	6.56	43.734	262.4	54-1г / Новосибирск, 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Компот из кураги	200	0.98	0.05	15.64	66.9	54-2хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		1020	67.018	28.36	138.194	1075.915	
полдник:							
	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6	Пром.
	Булочка с повидлом (пром)	120	9.6	16.8	67.2	458.4	Пром.
Итого за полдник:		320	10.6	17	87.4	545	
ужин 1:							
	Кнели из говядины с рисом	120	17.91	19.245	7.95	276.9	54-30м / Новосибирск, 2022 г
	Рагу из овощей	200	3.827	9.974	18.174	177.867	54-9г / Новосибирск, 2022 г
	Компот из яблок с лимоном	200	0.3	0.2	14.2	60	487 / Пермь 2018
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		640	30.557	30.619	93.604	772.767	
ужин 2:							
	Кефир	200	5.8	5	8	100.2	Пром.
	Печенье классическое	20	1.5	1.96	14.88	83.16	Пром.
Итого за ужин 2:		220	7.3	6.96	22.88	183.36	
Итого за день:		2980	137.788	109.297	453.473	3349.257	
Неделя 1 День 6							
завтрак 1:							
	Пудинг творожный запеченный	250	4.667	12.334	44.334	461.667	285 / Пермь 2018
	Бутерброд с сыром	60	8.64	15.6	12	223.2	65/Пермь-18
	Кофейный напиток с молоком	200	3.87	2.86	11.19	86	54-23гн / Новосибирск, 2022 г
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		550	20.177	31.954	88.084	875.547	
завтрак 2:							
	Груша	200	0.8	0.6	20.6	91	Пром.
Итого за завтрак 2:		200	0.8	0.6	20.6	91	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
обед:							
	Салат из свежих помидоров с перцем	100	1.1	6.2	4.4	78	20 / Пермь 2018
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5.895	7.08	12.665	137.95	54-2с / Новосибирск, 2022 г
	Котлета из говядины	100	18.24	17.387	16.427	295.067	54-4м / Новосибирск, 2022 г
	Соус сметанный натуральный	30	0.897	4.935	1.956	55.83	54-4соус / Новосибирск, 2022 г
	Каша перловая рассыпчатая	200	5.9	7.02	40.67	249.5	54-5г / Новосибирск, 2022 г
	Компот из смородины черной	200	0.28	0.11	8.35	35.4	54-7хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		1000	40.832	43.932	137.748	1109.747	
полдник:							
	Сок абрикосовый	200	1		25.4	105.6	Пром.
	Кекс "Столичный" (пром)	120	9.72	6.36	65.88	359.64	Пром.
Итого за полдник:		320	10.72	6.36	91.28	465.24	
ужин 1:							
	Рыба, запеченная под молочным соусом с картофельным пюре	300	20.609	14.87	29.087	332.609	312 / Пермь 2018г.
	Чай с лимоном и сахаром	200	0.25	0.05	6.61	27.9	54-3гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		620	29.379	16.12	88.977	618.509	
ужин 2:							
	Йогурт	200	6.8	5	11	116.2	Пром.
	Печенье - "Галеты"	20	1.94	2.04	13.12	78.6	Пром.
Итого за ужин 2:		220	8.74	7.04	24.12	194.8	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Итого за день:		2910	110.648	106.006	450.809	3354.843	
Неделя 1							
День 7							
завтрак 1:							
	Масло сливочное (порциями)	10	0.08	7.25	0.13	66.1	53-19з / Н-22
	Каша жидкая молочная рисовая	250	6.6	6.775	35.825	230.625	54-25к / Новосибирск, 2022 г
	Какао с молоком	200	4.68	3.52	12.5	100.4	54-21гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.76	Пром.
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		540	17.4	19.025	88.695	595.565	
завтрак 2:							
	Банан	200	3	1	42	189	Пром.
Итого за завтрак 2:		200	3	1	42	189	
обед:							
	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.375	54-3з / Новосибирск, 2022 г
	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10.803	7.583	17.403	181.025	54-5с / Новосибирск, 2022 г
	Капуста тушеная с мясом	300	32.955	33.03	20.01	509.1	54-10м / Новосибирск, 2022 г
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.47		19.78	81	54-1хн / Новосибирск, 2022
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		970	53.848	42.013	114.273	1050.5	
полдник:							
	Сок апельсиновый	200	1.4	0.2	26.4	113	Пром.
	Булочка с творогом (пром)	120	9.48	11.28	66.6	405.84	Пром.
Итого за полдник:		320	10.88	11.48	93	518.84	
ужин 1:							
	Котлета "Школьная"	120	17.64	13.32	15.24	252	347 / Пермь 2018г.
	Макаронные отварные с сыром	200	10.547	9.094	38.2	276.934	54-3г / Новосибирск, 2022 г
	Чай со смородиной	200	0.3	0.08	7.22	30.8	54-6гн / Новосибирск, 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	и сахаром						
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		640	37.007	23.694	113.94	817.734	
ужин 2:							
	Ряженка	200	5.8	5	8.4	101.8	Пром.
	Печенье классическое	20	1.5	1.96	14.88	83.16	Пром.
Итого за ужин 2:		220	7.3	6.96	23.28	184.96	
Итого за день:		2890	129.435	104.172	475.188	3356.599	
Неделя 2 День 1							
завтрак 1:							
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4.64	5.9		71.667	54-1з / Новосибирск, 2022 г
	Запеканка из творога с морковью	250	25.967	15.25	43.734	416	54-2т / Новосибирск, 2022 г
	Молоко сгущенное	30	2.16	2.55	16.65	98.19	Пром.
	Чай с молоком и сахаром	200	1.55	1.14	8.6	50.9	54-4гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.76	Пром.
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		580	40.357	26.32	109.224	835.197	
завтрак 2:							
	Яблоки свежие	200	0.8	0.8	19.6	88.8	Пом.
Итого за завтрак 2:		200	0.8	0.8	19.6	88.8	
обед:							
	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1	53-2з / Новосибирск, 2022 г
	Рассольник Ленинградский	250	5.94	7.223	17.043	156.9	54-3с / Новосибирск, 2022 г
	Котлета рыбная (горбуша)	120	21.024	7.92	10.284	196.32	54-2р / Новосибирск, 2022 г
	Соус сметанный натуральный	30	0.897	4.935	1.956	55.83	54-4соус / Новосибирск, 2022 г
	Картофельное пюре	200	4.094	7.08	26.427	185.867	54-11г / Новосибирск, 2022 г
	Компот из вишни	200	0.09	0.04	7.03	28.8	54-12хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		1020	41.365	28.498	118.52	895.817	
полдник:							
	Сок персиковый	200	0.6		33	134.4	Пром.
	Булочка Дорожная (пром)	120	9.24	2.88	64.08	319.2	Пром.
Итого за полдник:		320	9.84	2.88	97.08	453.6	
ужин 1:							
	Плов с курицей	300	40.845	12.135	49.83	471.9	54-12м / Новосибирск, 2022 г
	Чай зеленый с сахаром	200	0.2		1.5	6.8	54-10гн-2020 / Новосибирск 2020г.
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		620	49.565	13.335	104.61	736.7	
ужин 2:							
	Снежок	200	5.4	5	21.6	153	Пром.
Итого за ужин 2:		200	5.4	5	21.6	153	
Итого за день:		2940	147.327	76.833	470.634	3163.114	
Неделя 2							
День 2							
завтрак 1:							
	Яйцо вареное	40	4.78	4.05	0.25	56.6	54-6о / Н-22
	Масло сливочное (порциями)	10	0.08	7.25	0.13	66.1	53-19э / Н-22
	Каша вязкая молочная пшенная	250	10.4	12.65	47.05	343.625	54-6к / Новосибирск, 2022 г
	Кофейный напиток с молоком	200	3.87	2.86	11.19	86	54-23гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.76	Пром.
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		580	25.17	28.29	98.86	750.765	
завтрак 2:							
	Груша	200	0.8	0.6	20.6	91	Пром.
Итого за завтрак 2:		200	0.8	0.6	20.6	91	
обед:							
	Салат из белокочанной	100	1.35	10.138	5.9	120.25	54-9э / Новосибирск, 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	капусты с морковью и яблоками						
	Уха рыбацкая (минтай)	250	6.925	2.325	12.25	97.5	121 / Пермь 2018г.
	Овощи, фаршированные мясом и рисом (перец)	120	8.739	6.893	6.462	122.462	332 / Пермь 2018г.
	Картофель отварной с укропом	200	4.174	8.522	23.479	187.827	153 / Пермь 2018
	Компот из яблок с лимоном	200	0.3	0.2	14.2	60	487 / Пермь 2018
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		990	30.008	29.278	115.571	846.039	
полдник:							
	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6	Пром.
	Булочка с повидлом (пром)	120	9.6	16.8	67.2	458.4	Пром.
Итого за полдник:		320	10.6	17	87.4	545	
ужин 1:							
	Пудинг из говядины с овощами	280	32.62	23.38	23.94	436.8	343 / Пермь 2018г.
	Соус сметанный	30	0.447	2.466	0.978	27.87	54-1 соус / Новосибирск, 2022 г
	Компот из смородины черной	200	0.28	0.11	8.35	35.4	54-7хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		630	41.867	27.156	86.548	758.07	
ужин 2:							
	Варенец	200	5.8	5	8.2	101	Пром.
	Вафли (пром)	20	2.08	0.26	12.84	62.02	Пром.
Итого за ужин 2:		220	7.88	5.26	21.04	163.02	
Итого за день:		2940	116.325	107.584	430.019	3153.894	
Неделя 2							
День 3							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак 1:							
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4.64	5.9		71.667	54-1з / Новосибирск, 2022 г
	Омлет с зеленым горошком	250	16.138	17.738	7.963	255.875	54-2о / Новосибирск, 2022 г
	Какао с молоком	200	4.68	3.52	12.5	100.4	54-21гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.76	Пром.
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		550	31.498	28.638	60.703	626.382	
завтрак 2:							
	Банан	200	3	1	42	189	Пром.
Итого за завтрак 2:		200	3	1	42	189	
обед:							
	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0.95	5.15	3.088	62.375	54-5з / Новосибирск, 2022 г
	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5.82	7.048	7.14	115.25	54-1с / Новосибирск, 2022 г
	Печень говяжья по-строгановски	120	20.088	19.056	7.992	283.92	54-18м / Новосибирск, 2022 г
	Каша гречневая рассыпчатая	200	10.96	8.454	47.907	311.6	54-4г / Новосибирск, 2022 г
	Компот из облепихи	200	0.23	0.95	7.4	39	54-9хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		990	46.568	41.858	126.807	1070.145	
полдник:							
	Сок абрикосовый	200	1		25.4	105.6	Пром.
	Кекс "Столичный" (пром)	120	9.72	6.36	65.88	359.64	Пром.
Итого за полдник:		320	10.72	6.36	91.28	465.24	
ужин 1:							
	Овощи натуральные соленые (огурец)	60	0.48	0.06	1.02	6.6	149 / Пермь 2018г.
	Жаркое домашнему	300	30.09	28.14	25.83	477	54-9м / Новосибирск, 2022 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Чай с сахаром	200	0.19	0.04	6.42	26.8	54-2гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		680	39.28	29.44	86.55	768.4	
ужин 2:							
	Кефир	200	5.8	5	8	100.2	Пром.
	Печенье классическое	20	1.5	1.96	14.88	83.16	Пром.
Итого за ужин 2:		220	7.3	6.96	22.88	183.36	
Итого за день:		2960	138.366	114.256	430.22	3302.527	
Неделя 2 День 4							
завтрак 1:							
	Запеканка из творога	250	49.438	17.788	37.1	506.25	54-1т / Новосибирск, 2022 г
	Молоко сгущенное	30	2.16	2.55	16.65	98.19	Пром.
	Чай с молоком и сахаром	200	1.55	1.14	8.6	50.9	54-4гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.76	Пром.
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		560	59.188	22.958	102.59	853.78	
завтрак 2:							
	Яблоки свежие	200	0.8	0.8	19.6	88.8	Пом.
Итого за завтрак 2:		200	0.8	0.8	19.6	88.8	
обед:							
	Салат из свежих помидоров с перцем	100	1.1	6.2	4.4	78	20 / Пермь 2018
	Свекольник (со сметаной)	250	224.75	5.33	13.353	110.375	54-18с / Новосибирск, 2022 г.
	Тефтели из говядины паровые	100	13.625	11.913	8.325	195.125	54-8м / Новосибирск, 2022 г
	Соус красный основной	30	0.981	0.732	2.67	21.24	54-3соус / Новосибирск, 2022 г
	Каша перловая рассыпчатая	200	5.9	7.02	40.67	249.5	54-5г / Новосибирск, 2022 г
	Напиток из шиповника	200	0.64	0.25	15.15	65.3	54-13хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		1000	255.516	32.645	137.848	977.54	
полдник:							
	Сок апельсиновый	200	1.4	0.2	26.4	113	Пром.
	Булочка с творогом (пром)	120	9.48	11.28	66.6	405.84	Пром.
Итого за полдник:		320	10.88	11.48	93	518.84	
ужин 1:							
	Птица в соусе с томатом	120	16.9	18.3	3.8	247	367 / Пермь 2018г.
	Макароны отварные	200	7.094	6.56	43.734	262.4	54-1г / Новосибирск, 2022 г
	Кисель из вишни	200	0.1	0.04	14.02	56.8	54-25хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		640	32.614	26.1	114.834	824.2	
ужин 2:							
	Йогурт	200	6.8	5	11	116.2	Пром.
	Печенье - "Галеты"	20	1.94	2.04	13.12	78.6	Пром.
Итого за ужин 2:		220	8.74	7.04	24.12	194.8	
Итого за день:		2940	367.738	101.023	491.992	3457.96	
Неделя 2 День 5							
завтрак 1:							
	Масло сливочное (порциями)	10	0.08	7.25	0.13	66.1	53-19з / Н-22
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4.64	5.9		71.667	54-1з / Новосибирск, 2022 г
	Каша вязкая молочная пшеничная	250	10.175	11.55	48.3	337.875	54-13к / Новосибирск, 2022 г
	Кофейный напиток с молоком	200	3.87	2.86	11.19	86	54-23гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.76	Пром.
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		560	24.805	29.04	99.86	760.082	
завтрак 2:							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Груша	200	0.8	0.6	20.6	91	Пром.
Итого за завтрак 2:		200	0.8	0.6	20.6	91	
обед:							
	Салат из белокочанной капусты	100	2.513	10.15	10.338	142.625	54-7з / Новосибирск, 2022 г
	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	250	6.193	7.213	14.11	146.1	54-11с / Новосибирск, 2022 г
	Рыба, тушеная в томате с овощами(Минтай)	120	16.62	8.892	7.548	176.64	54-11р / Новосибирск, 2022 г
	Картофельное пюре	200	4.094	7.08	26.427	185.867	54-11г / Новосибирск, 2022 г
	Компот из смеси сухофруктов	200	0.47		19.78	81	54-1хн / Новосибирск, 2022
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		990	38.41	34.535	131.483	990.232	
полдник:							
	Сок персиковый	200	0.6		33	134.4	Пром.
	Булочка Дорожная (пром)	120	9.24	2.88	64.08	319.2	Пром.
Итого за полдник:		320	9.84	2.88	97.08	453.6	
ужин 1:							
	Сердце в соусе	120	11.424	6.912	6.24	132.48	362 / Пермь 2018г.
	Рис с овощами	200	4.25	7.56	34.69	223.7	54-28г / Новосибирск, 2022 г
	Чай зеленый с сахаром	200	0.2		1.5	6.8	54-10гн-2020 / Новосибирск 2020г.
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		640	24.394	15.672	95.71	620.98	
ужин 2:							
	Ряженка	200	5.8	5	8.4	101.8	Пром.
	Печенье классическое	20	1.5	1.96	14.88	83.16	Пром.
Итого за ужин 2:		220	7.3	6.96	23.28	184.96	
Итого за день:		2930	105.549	89.687	468.013	3100.854	
Неделя 2							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
завтрак 1:							
	Каша жидкая молочная манная	250	6.688	7.175	31.613	217.875	54-27к / Новосибирск, 2022 г
	Бутерброд с сыром	60	8.64	15.6	12	223.2	65/Пермь-18
	Какао с молоком	200	4.68	3.52	12.5	100.4	54-21гн / Новосибирск, 2022 г
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		550	23.008	27.455	76.673	646.155	
завтрак 2:							
	Банан	200	3	1	42	189	Пром.
Итого за завтрак 2:		200	3	1	42	189	
обед:							
	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.375	54-3з / Новосибирск, 2022 г
	Суп с рыбными консервами (сайра)	250	7.375	8.448	15.683	168.25	54-27с / Новосибирск, 2022 г
	Котлета "Школьная"	100	14.7	11.1	12.7	210	347 / Пермь 2018г.
	Макароны отварные с овощами	200	6.267	8.254	35.4	241.067	54-2г / Новосибирск, 2022 г
	Компот из кураги	200	0.98	0.05	15.64	66.9	54-2хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		970	38.942	29.252	136.503	965.592	
полдник:							
	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6	Пром.
	Булочка с повидлом (пром)	120	9.6	16.8	67.2	458.4	Пром.
Итого за полдник:		320	10.6	17	87.4	545	
ужин 1:							
	Рыба, запеченная в омлете	120	15.12	5.64	9.24	148.8	300 / Пермь 2018
	Картофель запеченный из отварного	200	4.6	17.6	16	240	379 / Пермь 2018г.
	Кисель из облепихи	200	0.28	1.14	11.87	58.8	54-24хн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		640	28.52	25.58	90.39	705.6	
ужин 2:							
	Варенец	200	5.8	5	8.2	101	Пром.
	Вафли (пром)	20	2.08	0.26	12.84	62.02	Пром.
Итого за ужин 2:		220	7.88	5.26	21.04	163.02	
Итого за день:		2900	111.95	105.547	454.006	3214.367	
Неделя 2 День 7							
завтрак 1:							
	Масло сливочное (порциями)	10	0.08	7.25	0.13	66.1	53-19з / Н-22
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4.64	5.9		71.667	54-1з / Новосибирск, 2022 г
	Каша жидкая молочная овсяная	250	8.525	9.3	30.763	240.75	54-22к / Новосибирск, 2022 г
	Чай с молоком и сахаром	200	1.55	1.14	8.6	50.9	54-4гн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.76	Пром.
	Батон нарезной	40	3	1.16	20.56	104.68	Пром.
Итого за завтрак 1:		560	20.835	25.07	79.733	627.857	
завтрак 2:							
	Яблоки свежие	200	0.8	0.8	19.6	88.8	Пом.
Итого за завтрак 2:		200	0.8	0.8	19.6	88.8	
обед:							
	Сельдь с луком	100	9.1	21	4.7	244	316 / Пермь 2018
	Суп из овощей	250	1.75	4.628	10.088	89	54-17с / Новосибирск, 2022 г
	Рагу из курицы	280	29.33	9.856	24.528	304.36	54-22м / Новосибирск, 2022 г
	Компот из яблок с лимоном	200	0.3	0.2	14.2	60	487 / Пермь 2018
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за обед:		950	49	36.884	106.796	955.36	
полдник:							
	Сок абрикосовый	200	1		25.4	105.6	Пром.
	Кекс "Столичный" (пром)	120	9.72	6.36	65.88	359.64	Пром.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Итого за полдник:		320	10.72	6.36	91.28	465.24	
ужин 1:							
	Биточки из говядины	120	21.888	20.864	19.712	354.08	54-6м / Новосибирск, 2022 г
	Горошница	200	19.334	1.76	45.04	273.067	54-21г / Новосибирск, 2022 г
	Чай со смородиной и сахаром	200	0.3	0.08	7.22	30.8	54-бгн / Новосибирск, 2022 г
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.64	Пром.
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3.96	0.72	23.76	117.36	Пром.
Итого за ужин 1:		640	50.042	23.904	125.252	915.947	
ужин 2:							
	Снежок	200	5.4	5	21.6	153	Пром.
Итого за ужин 2:		200	5.4	5	21.6	153	
Итого за день:		2870	136.797	98.018	444.261	3206.204	
Среднее значение за период:		2934.286	161.415	100.966	457.928	3269.949	

1 неделя 1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	2 неделя 8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день
ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1	ЗАВТРАК 1
Бутерброд с сыром	Масло сливочное (порциями)	Запеканка из творога	Масло сливочное (порциями)	Яйцо вареное	Пудинг творожный запеченный	Масло сливочное (порциями)	Сыр твердых сортов в нарезке	Яйцо вареное	Сыр твердых сортов в нарезке	Запеканка из творога	Масло сливочное (порциями)	Каша жидкая молочная манная	Масло сливочное (порциями)
Омлет натуральный	Сыр твердых сортов в нарезке	Соус молочный натуральный	Сыр твердых сортов в нарезке	Масло сливочное (порциями)	Бутерброд с сыром	Каша жидкая молочная рисовая	Запеканка из творога с морковью	Масло сливочное (порциями)	Омлет с зеленым горошком	Молоко сгущенное	Сыр твердых сортов в нарезке	Бутерброд с сыром	Сыр твердых сортов в нарезке
Чай с сахаром	Каша жидкая молочная кукурузная	Кофейный напиток с молоком	Каша "Дружба"	Каша вязкая молочная ячневая	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Молоко сгущенное	Каша вязкая молочная пшеничная	Какао с молоком	Чай с молоком и сахаром	Каша вязкая молочная пшеничная	Какао с молоком	Каша жидкая молочная овсяная
Батон нарезной	Чай с молоком и сахаром	Хлеб пшеничный	Какао с молоком	Чай с молоком и сахаром	Батон нарезной	Хлеб пшеничный	Чай с молоком и сахаром	Кофейный напиток с молоком	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Кофейный напиток с молоком	Батон нарезной	Чай с молоком и сахаром
	Хлеб пшеничный	Батон нарезной	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		Батон нарезной	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Батон нарезной	Батон нарезной	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный
	Батон нарезной		Батон нарезной	Батон нарезной		Батон нарезной	Батон нарезной				Батон нарезной		Батон нарезной
ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2	ЗАВТРАК 2
Банан	Яблоки свежие	Груша	Банан	Яблоки свежие	Груша	Банан	Яблоки свежие	Груша	Банан	Яблоки свежие	Груша	Банан	Яблоки свежие
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	Салат из свежих помидоров с луком	Салат из свежих помидоров и огурцов	Сельдь с луком	Салат из белокочанной капусты с морковью	Салат из свежих помидоров с перцем	Помидор в нарезке	Огурец в нарезке	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	Салат из свежих помидоров и огурцов	Салат из свежих помидоров с перцем	Салат из белокочанной капусты	Помидор в нарезке	Сельдь с луком
Суп картофельный с макаронными изделиями	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Суп картофельный с горохом	Свекольник (со сметаной)	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Суп из овощей с фрикадельками мясными	Рассольник Ленинградский	Уха рыбацкая (минтай)	Щи из свежей капусты со сметаной	Свекольник (со сметаной)	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	Суп с рыбными консервами (сайра)	Суп из овощей
Гуляш из говядины	Запеканка картофельная с печенью	Плов из отварной говядины	Жаркое из сердца	Курица отварная	Котлета из говядины	Капуста тушеная с мясом	Котлета рыбная (горбуша)	Овощи, фаршированные мясом и рисом (перец)	Печень говяжья по-строгановски	Тефтели из говядины паровые	Рыба, тушеная в томате с овощами(Минтай)	Котлета "Школьная"	Рагу из курицы
Каша гречневая рассыпчатая	Соус сметанный	Компот из смеси сухофруктов	Компот из облепихи	Соус красный основной	Соус сметанный натуральный	Компот из смеси сухофруктов	Соус сметанный натуральный	Картофель отварной с укропом	Каша гречневая рассыпчатая	Соус красный основной	Картофельное пюре	Макароны отварные с овощами	Компот из яблок с лимоном
Кисель из смородины	Напиток из шиповника	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Макароны отварные	Каша перловая рассыпчатая	Хлеб пшеничный	Картофельное пюре	Компот из яблок с лимоном	Компот из облепихи	Каша перловая рассыпчатая	Компот из смеси сухофруктов	Компот из кураги	Хлеб пшеничный
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Компот из кураги	Компот из смородины черной	Хлеб ржано-пшеничный	Компот из вишни	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Напиток из шиповника	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный			Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный

				Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный		Хлеб ржано-пшеничный		Хлеб ржано-пшеничный				
полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник
Сок яблочный	Сок абрикосовый	Сок апельсиновый	Сок персиковый	Сок яблочный	Сок абрикосовый	Сок апельсиновый	Сок персиковый	Сок яблочный	Сок абрикосовый	Сок апельсиновый	Сок персиковый	Сок яблочный	Сок абрикосовый
Булочка с повидлом (пром)	Кекс "Столичный" (пром)	Булочка с творогом (пром)	Булочка Дорожная (пром)	Булочка с повидлом (пром)	Кекс "Столичный" (пром)	Булочка с творогом (пром)	Булочка Дорожная (пром)	Булочка с повидлом (пром)	Кекс "Столичный" (пром)	Булочка с творогом (пром)	Булочка Дорожная (пром)	Булочка с повидлом (пром)	Кекс "Столичный" (пром)
УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1	УЖИН 1
Овощи натуральные соленые (огурец)	Кукуруза сахарная	Рыба, запеченная в омлете	Огурец в нарезке	Кнели из говядины с рисом	Рыба, запеченная под молочным соусом с картофельным пюре	Котлета "Школьная"	Плов с курицей	Пудинг из говядины с овощами	Овощи натуральные соленые (огурец)	Птица в соусе с томатом	Сердце в соусе	Рыба, запеченная в омлете	Биточки из говядины
Рыба, запеченная с картофелем по-русски (Минтай)	Тефтели из говядины с рисом	Картофель отварной с укропом	Шницель из курицы	Рагу из овощей	Чай с лимоном и сахаром	Макаронные отварные с сыром	Чай зеленый с сахаром	Соус сметанный	Жаркое подомашнему	Макароны отварные	Рис с овощами	Картофель запеченный из отварного	Горошница
Чай с лимоном и сахаром	Капуста тушеная	Кисель из вишни	Каша гречневая рассыпчатая с луком	Компот из яблок с лимоном	Хлеб пшеничный	Чай со смородиной и сахаром	Хлеб пшеничный	Компот из смородины черной	Чай с сахаром	Кисель из вишни	Чай зеленый с сахаром	Кисель из облепихи	Чай со смородиной и сахаром
Хлеб пшеничный	Чай со смородиной и сахаром	Хлеб пшеничный	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный		Хлеб ржано-пшеничный		Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный	Хлеб ржано-пшеничный
	Хлеб ржано-пшеничный		Хлеб ржано-пшеничный										
УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2	УЖИН 2
Йогурт	Ряженка	Снежок	Варенец	Кефир	Йогурт	Ряженка	Снежок	Варенец	Кефир	Йогурт	Ряженка	Варенец	Снежок
Галеты (пром)	Печенье (пром)		Вафли (пром)	Печенье (пром)	Галеты (пром)	Печенье (пром)		Вафли (пром)	Печенье (пром)	Галеты (пром)	Печенье (пром)	Вафли (пром)	



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

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

ул. Фрунзе, д. 84, г. Новосибирск, 630099

тел/факс 224-58-38 E-mail: cgnsso@cn.ru ОКПО 76681824 ОГРН 1055406020845 ИНН/КПП 5406305556/540601001



Утверждаю

Заместитель главного врача

С.С. Ступа

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

**на перспективные четырнадцатидневные меню для детей ГАУ НСО
«ВСЕКАНИКУЛЫ»**

13.03.2023г.

№ 02/4071-07-17-11

1. Перечень документов, представленных для проведения экспертизы:

- Предписание Управления Роспотребнадзора по Новосибирской области о назначении экспертизы № 02/4071 от 06.03.2023г. (о проведении экспертизы примерного перспективного меню на 14 дней для организации питания детей в ГАУ НСО «Центр детского, семейного отдыха и оздоровления «ВСЕКАНИКУЛЫ» для возрастных групп 7-11 лет и 12 лет и старше;

- Перспективное четырнадцатидневное меню для организации питания детей возрастной категории от 7 до 11 лет на весенне-летний сезон. ГАУ НСО «ВСЕКАНИКУЛЫ»;

- Перспективное четырнадцатидневное меню для организации питания детей возрастной категории 12 лет и старше на весенне-летний сезон. ГАУ НСО «ВСЕКАНИКУЛЫ».

2. При проведении экспертизы использовались следующие нормативные документы:

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

- Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций» (утвержденные Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным Государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю. Поповой 18.05.2020г.);

- Методические рекомендации МР 2.3.6.0233-21 «Предприятия общественного питания. Методические рекомендации к организации общественного питания населения» (утвержденные Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным Государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю. Поповой 02.03.2021г.).

3. В ходе проведения экспертизы установлено:

Представленные на экспертизу перспективные 14-дневные меню для питания детей в возрасте 7-11 и 12 лет и старше в ГАУ НСО

«ВСЕКАНИКУЛЫ» утверждены директором учреждения, содержат данные о разработчике меню. Меню включают необходимые сведения в соответствии с требованиями СанПиН 2.3./2.4.3590-20, п. 8.1.4., приложение № 8. Указаны сведения об использованных Сборниках рецептов на продукцию для детей, номера рецептов блюд и кулинарных изделий указаны, что соответствует СанПиН 2.3./2.4.3590-20.

Представленные меню рассчитаны на четырнадцать дней, предусматривают организацию шестизазового горячего питания (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин и второй ужин). Содержат информацию о приеме пищи, наборе блюд, наборе продуктов, их количественном составе, энергетической и пищевой ценности (белки, жиры и углеводы, витамины), что соответствует СанПиН 2.3./2.4.3590-20.

В меню не включены продукты, которые не допускаются для реализации в детских учреждениях, что соответствует СанПиН 2.3./2.4.3590-20, п. 8.1.9., приложение 6.

Повторения одних и тех же блюд в течение дня и в последующие 2 дня не отмечается, что соответствует Методическим рекомендациям МР 2.4.0179-20 п. 2.5.

Летнюю сезонность меню определяют салаты из свежих овощей или порционированные овощи нового урожая (помидор, огурец, перец, капуста), включенные в состав обедов или ужинов ежедневно. На второй завтрак ежедневно запланированы свежие фрукты (яблоко, груша, банан), что соответствует СанПиН 2.3./2.4.3590-20, приложение № 7 таблица 2. Для приготовления сладких блюд также используются свежие фрукты и ягоды.

В меню включены овощи урожая прошлого года (в основном корнеплоды), которые подвергаются термической обработке, что соответствует Методическим рекомендациям МР 2.3.6.0233-21.2.3.6. п.7.2.13.

Салат из белокочанной капусты включен в состав обеда три раза. Предполагается использовать для салата, без термической обработки, капусту нового урожая.

Меню не нарушает принципы щадящего питания, используются рекомендуемые способы термической обработки продуктов, исключены продукты с раздражающими свойствами, что соответствует Методическим рекомендациям МР 2.4.0179-20 п. 2.5.

Хлеб пшеничный и ржаной включен в рацион ежедневно, количество хлеба для детей разных возрастов соответствует суточному рациону, что соответствует СанПиН 2.3./2.4.3590-20, приложение № 7 таблица 2.

Ежедневно в рацион включены блюда или кулинарные изделия, куда входят молоко, крупы, мясопродукты, масло сливочное и растительное, хлеб ржаной и пшеничный, фрукты, овощи, что соответствует СанПиН 2.3./2.4.3590-20, приложение № 7 таблица 2. Яйца дети получают ежедневно в виде омлетов, в запеканках и в выпечке. Такие продукты, как рыба (11 раз), творог (4 раза), сыр (7 раз) включены 1 раз в 2-3 дня, что соответствует СанПиН 2.3./2.4.3590-20, приложение № 7 таблица 2.

На второй завтрак ежедневно запланированы свежие фрукты (яблоко, груша, банан), что соответствует СанПиН 2.3./2.4.3590-20, приложение № 7 таблица 2. В меню включен фрукт, вес порции которого ежедневно выше

рекомендуемого в два раза. Для приготовления сладких блюд также используются свежие фрукты и ягоды.

Соки и кисломолочные продукты включены в меню полдника и второго ужина ежедневно, что соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20, приложение № 7 таблица 2.

Завтрак ежедневно включает закуску (бутерброды), горячие блюда (молочные, творожные или яичные), горячий напиток, что соответствует Методическим рекомендациям МР 2.4.0179-20 п. 2.5.

Обед ежедневно состоит из закуски (овощной салат, овощи порционно в нарезке), первого и второго блюда, сладкого блюда (компот из сушеных или свежих фруктов или ягод, кисель) или напитка, что соответствует Методическим рекомендациям МР 2.4.0179-20 п. 2.4.

В состав полдников ежедневно включаются соки и выпечка, что не противоречит СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Сок и выпечка включены в ассортименте.

Ужин состоит из основного второго блюда (мясо, рыба или птица), гарнира из овощей, круп или макаронных изделий. Кроме того в состав ужина входят овощи и напиток (чай, кисель или компот из с/м ягод).

В качестве второго ужина в меню включены кисломолочные продукты (йогурт, кефир, варенец, ряженка, снежок) и кондитерские изделия в ассортименте, что соответствует п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В меню соблюдены требования по массе порций для данных возрастов детей на каждый прием пищи, что соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20, п. 8.1.2., приложение № 9, таблица 1.

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для обоих возрастов соответствуют требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20, приложение № 9, табл. 3.

Энергетическая ценность суточного рациона ежедневно превышает потребность для детей данных возрастных групп более чем на 10%, что не противоречит СанПиН 2.3/2.4.3590-20, п. 8.1.2.3. При этом распределение в процентном отношении энергетической ценности по отдельным приемам пищи (завтрак, обед, ужин) соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20, п. 8.1.2. 3., приложение № 10, таблица 3.

В соответствии с ведомостью контроля за рационом питания по использованным продуктам в течение четырнадцати дней, дети обеспечиваются основным набором пищевых продуктов, предусмотренных в среднесуточном наборе пищевой продукции.

Вывод: Перспективные четырнадцатидневные меню для организации питания детей на весенне-летний сезон в возрасте 7-11 и 12 лет и старше ГАУ НСО «ВСЕКАНИКУЛЫ» соответствуют СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций», МР 2.3.6.0233-21 «Предприятия общественного питания. Методические рекомендации к организации общественного питания населения».

Врач по гигиене детей и подростков, эксперт

Е.Д.Кулагина

