

СОГЛАСОВАНО

« ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ

« ____ » _____ 20 ____ г.

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/94 от 01.02.2021 г.

для питания в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствии с требованиями СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические организации общественного питания населения"

**Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.
Приемы пищи: завтрак, обед.**



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Тюменской области»)
Холодильная, 57. Тюмень, 625027; Телефон (3452) 56-79-90, (3452) 56-79-91, (3452) 56-79-92
Тел/факс (3452) 20-50-06; e-mail: tocgsen@fguz-tyumen.ru; [http:// www.fguz-tyumen.ru](http://www.fguz-tyumen.ru)
ОКПО 74757016 ОГРН 1057200617759 ИНН/КПП 7203158959/720301001



УТВЕРЖДАЮ
Главный врач (заместитель) ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Тюменской области»
А.Я.Фольмер

№ 16/2

«09» 03 2021 г.

г. Тюмень

Экспертное заключение

1. Наименование услуги: экспертиза примерного 20-ти дневного меню № 20-ШК/3590-20/94 от 01.02.2021 для питания в детских общеобразовательных организациях.
2. Заявитель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
3. Получатель: АУ ТО «Центр технологического контроля».
Юридический адрес: 625026, г. Тюмень, ул. Рижская 47А;
ИНН 7203208134, ОГРН 1077203065147.
4. Нормативные документы, используемые экспертами при проведении экспертизы:
СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
5. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено:
На основании заявки № 112405 от 09.02.2021г. рассмотрено представленное примерное 20-ти дневное меню № 20-ШК/3590-20/94 от 01.02.2021 для питания в детских общеобразовательных организациях. Приемы пищи: завтрак, обед. Возрастная категория детей: 7-11 лет.
Меню разработано на основании:
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
При составлении меню использованы:
• Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 — Москва.: 2006 г.

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г.

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для диетического питания — М.: Хлебпродинформ, 2002 г.

- Сборник технических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации - Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г.

- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть - Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г.

Представлены аннотация к меню, содержащая ссылки на используемую литературу, нормативные документы, пояснения к меню; накопительная ведомость; таблица распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи; таблица суммарных объемов блюд по приемам пищи.

Для обеспечения здоровым питанием составлено примерное меню на 20 дней, в соответствии с рекомендуемой формой составления примерного меню (приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Меню разработано на период не менее двух недель (с учетом режима организации) для возрастной группы детей 7-11 лет, что соответствует требованиям п. 8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности (содержание белков, жиров и углеводов в каждом блюде). Приводятся ссылки на рецепты используемых блюд и кулинарных изделий, в соответствии со сборниками рецептов.

Меню включает завтрак, обед. На долю завтрака в среднем за 20 дней приходится 20-25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии, на долю обеда - 30 - 35%. Примерное меню разработано с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастной группы с 7 до 11 лет (приложение 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20) и суточного набора продуктов для организации питания детей в организациях профессионального образования (приложение 7 таблица 2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует требованиям п. 8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Объем готовых блюд для указанного возраста (7-11 лет) соответствует приложению 9 таблице 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню используется: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей используется соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий, что соответствует требованиям п. 8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В примерном меню отсутствуют блюда и кулинарные изделия, которые могут послужить причиной возникновения и распространения инфекционных и массовых

неинфекционных заболеваний (отравлений), указанные в приложении 6 (СанПиН 2.3/2.4.3590-20), что соответствует п. 8.1.9. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Заключение

Представленное примерное 20-ти дневное меню № 20-ШК/3590-20/94 от 01.02.2021 для питания в детских общеобразовательных организациях, разработанное АУ ТО «Центр технологического контроля» соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Заведующий отделением гигиены детей и подростков – врач по гигиене детей и подростков

Д.Г. Шаева



Исполнитель Д.Г. Шаева
567990, доп.3841



Аннотация

Меню приготавливаемых блюд для питания **в детских общеобразовательных организациях, разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20), раздел VIII «Особенности организации общественного питания детей».**

Возрастная категория детей: с 7 до 11 лет.

В соответствии с Приложением 10, Таблица 3 «Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации» СанПиН 2.3/2.4.3590 – 20, предусмотрены следующие приемы пищи – **завтрак, обед.**

Суточная потребность 2350 ккал в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Приложение 10, Таблица 1 «потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная).

Соблюдено требование п.8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20, «допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5 % при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице 3 Приложения №10 к настоящим правилам, по каждому приему пищи».

Выведено соответствие по содержанию пищевых веществ, как и отдельно, по приемам пищи – завтраков и обедов, так и в совокупности завтрак, обед.

Масса порций для детей в меню соответствует требованиям Приложения № 9, Таблица 1 «Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)».

Суммарные объемы блюда по приемам пищи соответствуют требованиям Приложения № 9, Таблица 3 «Суммарные объемы блюда по приемам пищи (в граммах не менее)».

Нормы питания в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)".

В меню предусмотрено потребление полного продуктового набора за завтраки - молочные продукты, мясо, рыба, курица, творог, крупы, овощи, картофель, фрукты и т.д., что позволяет применять меню как для одного приема пищи, так и для двухразового питания.

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее).

Форма меню в соответствии с требованиями п.8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Приложение В (рекомендуемый образец).

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической ценности, Расчеты проведены на программном комплексе: «Система расчетов для общественного питания», одобренный Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (свидетельство № 32 от 11.06.2009 г.)

Технологическая документация разработана на основании нормативных сборников рецептур:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть - М.: Хлебпродинформ, 1996 г (**№рец.-1996**).

- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва.:2006г; (**№рец.-2006, Москва**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах — М.: Хлебпродинформ, 2004г (**№рец.-2004**).
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для диетического питания — М.: Хлебпродинформ, 2002 г (**№рец.-2002**).

«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

- Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации – Пермь, ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера», 2013 г. (№рец.-2013, Пермь).
- Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, I часть, II часть – Екатеринбург, Уральский государственный экономический университет, ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области», 2011г. (№рец.-2011, Екатеринбург).

Меню укомплектовано технологическими документами (технологическими картами) в соответствие с п. 2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Приготовление блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару, приготовление в конвектомате. Указана температура подачи блюд и срок реализации.

Для овощей приняты нормы отходов соответствие с Приложением №24, Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г. Необходимо строго следить за пересчетом процента отходов для расчета сырья по овощам, в соответствии с сезонностью. Закладка продуктов в блюда соответствует нормативным таблицам. Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996 г.

В целях профилактики гиповитаминозов в соответствии с п.8.1.6. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами использованы: хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, витаминизированные напитки. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами рекомендуется использовать в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а также инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий. Соль в меню включена в состав рецептур блюд (каши, выпечные изделия), в другие блюда закладка соли осуществляется с учетом приготовления качественных по органолептическим показателям в меру соленых блюд.

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2-х часов с момента изготовления, п.8.1.2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Следует учитывать, что выход фруктов, кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. При формировании ежедневного меню необходимо определять фактический выход фруктов и кондитерских изделий.

Разработчик АУ ТО «Центр технологического контроля»
г. Тюмень ул. Рижская 47а, электронный адрес: teikontrol2014@yandex.ru

школ-
дений
для
ООО
венная

часть,
ФКУЗ
-2011,

ми) в
принцип
скание,
подачи

борника
счетом
кладка
нарных

3590-20
ы: хлеб
напитки.
звать в
также
лактики
ищевая
в состав
яется с
блюду.

должны
2.4.3590-

МЕНЮ
ИЧЕСКИЙ

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню №20-ШК/3590-20/94 от 01.02.2021 г. для питания детей школьного возраста с 7 до 11 лет (завтрак, обед)

№	Продукты	Норма в питание в день, г, мл, нетто на 1 ребенка в сутки	Норма в день, г, мл, нетто, при чем пищи - завтрак, обед	Дни																	за 20 дней, г	Факт в день г, мл,	% выполнения			
				фактически получено г, мл.																						
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				18	19	20
1	Хлеб ржаной	80	36	40	20	30	40	40	20	40	40	40	40	40	40	40	20	20	40	40	40	690	35	96		
2	Хлеб пшеничный	150	75	80	79	82	70	114	60	102	40	79	82	83	60	60	65	76	60	101	68	60	1478	74	99	
3	Мука пшеничная	15	11	4	2	3	18	8	2	0	4	18	0	0	12	9	13	6	92	14	2	11	8	225	11,2	104
4	Крупы, бобовые	45	34	78	0	50	6	58	25	5	49	0	38	30	71	39	5	58	20	63	0	18	43	656	33	97
5	Макаронные изделия	15	13,5	0	0	0	53	0	0	53	0	53	0	0	53	0	0	0	0	0	53	0	10	275	13,8	102
6	Картофель	187	140	50	256	141	43	192	228	175	138	30	203	236	151	168	177	192	20	25	106	171	217	2919	146	104
7	Овощи (свежие, мороженые, консервированные), включая соленные и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	280	182	105	205	359	164	116	120	120	212	129	188	113	178	259	140	91	282	112	300	317	173	3681	184	101
8	Фрукты свежие	185	92,5	204	0	130	140	100	140	100	0	123	24	130	4	20	100	190	30	0	174	140	0	1749	87	95
9	Сухофрукты	15	10,5	0	0	25	15	0	0	20	0	20	15	0	34	0	38	15	15	0	0	20	217	11	103	
10	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные***	200	80	0	200	0	0	200	0	200	0	200	0	200	0	200	0	0	0	200	0	200	0	1600	80	100
11	Сахар (в т.ч. для приготовления блюд и напитков, в случае использования пищевой продукции промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемой готовой пищевой продукции)	30	27	33	12	28	46	10	28	15	11	39	25	16	33	23	48	25	51	15	26	18	30	530	27	98
12	Кондитерские изделия	10	6	0	0	0	0	0	40	0	15	36	0	0	0	0	0	0	15	25	0	0	0	131	6,6	104
13	Какао	1	0,5	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	10	0,5	100
14	Чай	1	0,6	1,0	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	1,0	11	0,6	100	
15	Кофейный напиток	2	0,8	0	4	0	0	0	4	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	16	0,8	100
16	Мясо 1-й категории	70	56	63	0	146	0	0	63	146	0	0	79	97	63	79	79	0	0	154	95	53	1117	55,9	100	
17	Субпродукты (печень, язык, сердце)	30	15	0	0	0	101	0	0	0	0	95	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	95	291	14,6	97
18	Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат.)	35	35	26	135	0	0	65	0	26	95	26	0	0	65	0	26	86	130	0	0	41	721	36	103	
19	Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое	58	34,8	0	75	36	0	72	0	0	107	0	72	0	36	81	0	75	0	72	0	93	0	719	36	103
20	Молоко	300	102	182	124	143	20	128	314	13	124	20	37	290	130	41	20	18	218	20	100	24	15	1981	99	97
21	Кисломолочная пищевая продукция	150	37,5	0	125	0	0	125	0	125	0	125	0	0	0	0	125	0	0	125	0	0	125	750	38	100
22	Творог (5%-9% м.д.ж.)	50	30	0	0	0	120	0	0	0	134	0	0	0	0	0	141	0	0	172	0	0	567	28	95	
23	Сметана	10	9	5	5	0	15	8	5	0	35	32	5	5	8	17	10	0	0	12	13	0	0	175	8,7	103
24	Сыр	10	6	10	15	0	0	0	20	15	10	0	16	15	0	0	0	0	0	0	15	0	0	116	5,8	97
25	Масло сливочное	30	18	19	10	5	35,7	19,8	15	8,5	22	23	20	26	17	23	19	22	26	19	9	10	18	365	18,3	101
26	Масло растительное	15	9	8	12	18	8	4	9	12	3	9	8	7	10	5	14	4	8	0	16	20	11	186	9,3	104
27	Яйцо, шт.	40	14	32	4	5	24	14	0	5	0	18	5	4	9	14	8	10	7	23	8	32	49	270	13	96
28	Дрожжи хлебопекарные***	0,2	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0,1	100
29	Крахмал	3	1,1	7	0	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	0	0	0	0	0	7	0	0	21	1,1	100
30	Специи	2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	24	1,2	100	
31	Соль пищевая поваренная йодированная	3	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	36	1,8	100	

* Нормы питания в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Приложение 7, Таблица 2 "Среднесуточные нормы пищевой продукции для организации питания детей от 7 до 18 лет (в нетто г., мл. на 1 ребенка в сутки)"

** Количество потребляемых продуктов округлено до целого числа

Меню № 20-ШК/3590-20/94

Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей школьного возраста с 7 до 11 лет *

Суточная потребность СанПин 2.3/2.4.3590-20 (2350 ккал)**	Завтрак, ккал 20-25 % от суточного рациона		% выполнения		Обед, ккал 30-35% от суточного рациона		% выполнения		Итого, ккал 50 - 60% от суточного рациона		% выполнения
	470-588				705-823				1175/1410		
1 день	548		23		738		31		1286		55
2 день	559		24		743		32		1302		55
3 день	586		25		730		31		1316		56
4 день	581		25		714		30		1295		55
5 день	545		23		788		34		1333		57
ИТОГО в среднем за неделю	564		24		743		32		1306		56
6 день	505		21		799		34		1304		55
7 день	563		24		725		31		1288		55
8 день	585		25		731		31		1316		56
9 день	530		23		789		34		1319		56
10 день	529		23		753		32		1282		55
ИТОГО в среднем за неделю	542		23		759		32		1302		56
11 день	539		23		766		33		1306		56
12 день	580		25		769		33		1349		57
13 день	520		22		787		34		1307		56
14 день	550		23		706		34		1346		57
15 день	555		24		715		30		1270		54
ИТОГО в среднем за неделю	549		23		767		33		1316		56
16 день	575		24		736		31		1311		56
17 день	523		22		757		32		1280		54
18 день	562		24		766		33		1328		57
19 день	562		24		766		33		1327		56
20 день	572		24		800		34		1373		58
ИТОГО в среднем за неделю	559		24		765		33		1324		56
ИТОГО в среднем за день	553		24		758		32		1312		56

*Приложение 10, Таблица 3 СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

**Приложение 10, Таблица 1 СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

*Приложение 10, Таблица 3 СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

**Приложение 10, Таблица 1 СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей с 7 до 11 лет (не менее)

Приложение №9, таблица 3 к СанПин 2.3/2.4.3590-20	Завтрак, грамм	Обед, грамм
1 день	500	700
2 день	615	795
3 день	600	755
4 день	590	800
5 день	540	785
6 день	550	770
7 день	570	885
8 день	575	720
9 день	580	755
10 день	540	795
11 день	500	745
12 день	565	740
13 день	530	810
14 день	500	775
15 день	550	845
16 день	595	760
17 день	550	770
18 день	570	780
19 день	585	775
20 день	600	740
20 день	605	790

Автономное учреждение Тюменской области:

«Центр технологического контроля»

ОГРН 1077203065147

ИНН 720208134

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)

Название блюд	Масса порций в граммах для двух возрастных групп	
	7 до 11 лет	12 лет и старше
Каша, или овощное, или яичное, или творожное, или мясное блюдо (допускается комбинация разных блюд завтрака, при этом выход каждого блюда может быть уменьшен при условии соблюдения общей массы блюд завтрака)	150-200	200-250
Закуска (холодное блюдо) (салат, овощи и т.п.)	60-100	100-150
Первое блюдо	200-250	250-300
Второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы)	90-120	100-120
Гарнир	150-200	180-230
Третье блюдо (компот, кисель, чай, напиток кофейный, какао-напиток, сок, напиток из шиповника, сок)	180-200	180-200
Фрукты	100	100

**Расход соли и специй
при приготовлении блюд и изделий**

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1	2	5
1. Холодные блюда (на порцию)	2—3	0,01
2. Супы (на 1000 г) ¹	6—10	0,04
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10	—
4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)		
гречневая каша:		
рассыпчатая из ядрицы	21	—
вязкая	40	—
пшеничная каша:		
рассыпчатая	25	—
вязкая	40	—
рисовая каша:		
рассыпчатая	28	—
вязкая	45	—
перловая каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	45	—
овсяная каша вязкая	40	—
манная каша вязкая	45	—
кукурузная каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	35	—
5. Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3—4	—
6. Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30	—
7. Блюда из яиц (на 1 шт.)	0,25	—
8. Блюда из творога (на 1 кг)	10	—
9. Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)	3	0,01
10. Блюда из мяса (на 1 порцию)	4	0,02
11. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3—5	0,02

¹ Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.

ТАБЛИЦА ЗАМЕНЫ ПИЩЕВОЙ ПРОДУКЦИИ В ГРАММАХ (НЕТТО) С УЧЕТОМ ИХ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ

Вид пищевой продукции	Масса, г	Вид пищевой продукции - заменитель	Масса, г
Говядина	100	Мясо кролика	96
		Печень говяжья	116
		Мясо птицы	97
		Рыба (треска)	125
		Творог с массовой долей жира 9%	120
		Баранина 2 кат.	97
		Конина 1 кат.	104
		Мясо лосося (мясо с ферм)	95
		Оленина (мясо с ферм)	104
		Консервы мясные	120
Молоко питьевое с массовой долей жира 3,2%	100	Молоко питьевое с массовой долей жира 2,5%	100
		Молоко сгущенное (цельное и с сахаром)	40
		Сгущено-вареное молоко	40
		Творог с массовой долей жира 9%	17
		Мясо (говядина 1 кат.)	14
		Мясо (говядина 2 кат.)	17
		Рыба (треска)	17,5
		Сыр	12,5
Творог с массовой долей жира 9%	100	Мясо говядина	83
		Рыба (треска)	105
Яйцо куриное	41	Творог с массовой долей жира 9%	31
		Мясо (говядина)	26
		Рыба (треска)	30
		Молоко цельное	186
		Сыр	20
Рыба (треска)	100	Мясо (говядина)	87
		Творог с массовой долей жира 9%	105

«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Картофель	100	Капуста белокочанная	111
		Капуста цветная	80
		Морковь	154
		Свекла	118
		Бобы (фасоль), в том числе консервированные	33
		Горошек зеленый	40
		Горошек зеленый консервированный	64
		Кабачки	300
Фрукты свежие	100	Фрукты консервированные	200
		Соки фруктовые	133
		Соки фруктовые – ягодные	133
		Сухофрукты:	
		Яблоки	12
		Чернослив	17
		Курага	8
		Изюм	22

**Меню приготавливаемых блюд
завтрак, обед**

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ №20-ШК/3590-20/94 от 01.02.2021 г.

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, аннотацию, накопительную ведомость, таблицу распределения энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи, таблицу суммарных объемов блюд по приемам пищи (в граммах - не менее)

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
Завтрак			615	15,8	14,5	88,5	547,5	
Бутерброд с сыром и маслом			20/5/10	5,8	6,4	7,9	112,4	№1,3-2004
хлеб пшеничный	20	20						
масло сливочное	5	5						
сыр	11	10						
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая			200	7,5	7,7	26,0	203	№311-2004
хлопья овсяные "Геркулес"	25	25						
молоко питьевое	182	182						
сахар	3	3						

ЭКЗЕМПЛЯР-ОРИГИНАЛ

Меню № 20-ШК/3590-20/94

АУ ТО «Центр территориального контроля»

морковь до 01.01.-20%	22,5	18							
-----------------------	------	----	--	--	--	--	--	--	--

с 01.01 - 20%	23,0	10							
масса отварной моркови		16							
яйцо куриное	32	32							
лук репчатый	8,3	7							
<i>лук репчатый использовать только до 1 марта, после 1 марта лук зеленый</i>									
или лук зеленый	9	7							
масло растительное	4	4							
Суп из овощей с курицей, со сметаной	250/10/5	5,9	6,3	16,0	144,3				№135-2004
курица потрошенная 1 категории (мякоть без кожи)	29	26							
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	67	50							
01.11.-31.12.- 30%	72	50							
01.01-29.02 - 35%	77	50							
01.03 - 40%	84	50							
морковь до 01.01.-20%	12,5	10							
с 01.01 - 25%	13,3	10							
лук репчатый	12	10							
горошек зелёный консервированный	28	18							

Автономное учреждение Томской области
«Центр таможенно-финансового контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203-06134

	масло сливочное	5	5																
	сметана	5	5																
Гуляш из говядины									100	9,1	7,5	3,4	117,5						№437-2004
	говядина 1 категории	86	63																
	или говядина полуфабрикат	74	63																
	или говядина гуляш-полуфабрикат промышленного производства	63	63																
	масло растительное	4	4																
	масса тушеного мяса		40																
	масса соуса		60																
	лук репчатый	14	12																
	томатное пюре (без искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов, без содержания крахмала и соли)	6	6																
	мука пшеничная	4	4																
Рис припущенный									150	3,7	3,6	29,7	166,0						№512-2004
	крупа рисовая	53	53																
	вода питьевая	110	110																
	масло сливочное	4	4																
Кисель из свежих ягод									200	0,3	0,2	21,5	89,0						№505-2013, Пермь

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		4	4	4			№505-2013, Пермь	
Кисель из свежих ягод								
вещь замороженная		26	24	200	0,3	0,2	21,5	89,0
или смородина замороженная		25,2	24					
или клюква замороженная		25,2	24					
сахар		15	15					
крахмал		7	7					
Хлеб пшеничный				40	2,0	0,6	16,2	77,8
или Хлеб пшеничный витаминизированный				40				
Хлеб ржаной				20	0,7	0,1	9,4	41,3
или хлеб ржаной витаминизированный				20				
ИТОГО:					43	41	186	1286
2 день								
Наименование блюда	Брутто, г	¹ Нетто, г	Химический состав				№ рецептуры	
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г		ЭЦ, ккал
Завтрак								
Бутерброд с сыром			600	22,7	20,5	71,0	559,1	
хлеб пшеничный	20	20	20/15	5,3	3,7	7,2	83,3	№3-2004
сыр	16	15						

Автономное учреждение Тюменской области
«Центр технологического контроля»
ОГРН 1077203065147
ИНН 7203208134

Котлета рыбная запеченная		90	9,3	8,3	11,6	158,3	№388-2004
минтай потрошенный обезглавленный (филе с кожей без костей)	101	75					
или горбуша потрошенная с головой (филе без кожи и костей)	113	75					
или филе горбуши свежемороженой в ледяной глазури промышленного производства	87	75					
хлеб пшеничный	14	14					
вода питьевая	12	12					
лук репчатый	3,0	2,5					
яйцо куриное	3,5	3,5					
сухари	4,5	4,5					
масло растительное	2	2					
Пюре картофельное			150	4,4	23,5	147	№520-2004
картофель - 01.09.-31.10.- 25%	170	128					
01.11.-31.12. -30%	183	128					
01.01-29.02 - 35%	197	128					
01.03 - 40%	214	128					
молоко питьевое	24	24					
масло сливочное	5	5					

масло сливочное	5	5								

кофейный напиток		200	2,3	2,5	14,8	90,9	№690-2004
кофейный напиток	4						
сахар	10						
молоко питьевое	100						
Йогурт молочный полужирный в индивидуальной упаковке							
		125	1,8	1,5	4,5	38,7	
Хлеб ржаной							
		20	0,7	0,1	9,4	41,3	
или хлеб ржаной витаминизированный							
		20					
Обед							
Овощи свежие (огурцы)							
		755	25,1	28,1	97,4	743,1	
огурцы свежие грунтовые	63	60	0,5	0,1	1,3	7,9	№70-2006, Москва
или огурцы свежие парниковые	61						
Борщ с капустой и картофелем со сметаной							
		250/5	2,3	4,9	16,7	120,1	№110-2004
свекла до 01.01.-20%	50						
с 01.01 - 25%	53						
капуста свежая белокочанная	25						
или капуста квашеная промышленного производства	21						
картофель - 01.09.-31.10. - 25%	27						

Автономное учреждение Томской области
 «Центр технологического контроля»
 ОГРН 1077203081347
 ИНН 7203208134