

Распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона по отдельным приемам пищи по меню период в среднем за 10 дней составляет: на завтрак 23 %, при норме на завтрак 20-25%, что соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ по приемам пищи составляет: на завтрак белка- 24 % (норма 20-25%), на завтрак жиров 23 % (норма 20-25%), на завтрак углеводов 24 % (норма 20-25%), что **соответствует** Приложению 10, Таблицы № 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Масса блюд **соответствуют** требованиям Приложению № 9 Таблицы 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Суммарный объем блюд на завтрак для детей 7-11 лет соответствует Приложению 9 Таблице 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Обед включает в себя горячие блюда (первые блюда), закуски (овощные салаты, овощи свежие), вторые блюда (мясное, рыбное с гарниром), горячие напитки, выпечки, фрукты.

Энергетическая ценность завтрака и его качественный состав (белки, жиры, углеводы) в среднем за 10 дней составляет: на обед белка приходится 26,58 гр (34,5 % от суточной потребности), жира-26,58 гр (34 % от суточной потребности), углеводов 108,79 гр (32 % от суточной потребности), калорийность 771,78 ккал (32,8 % от суточной потребности).

Распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона по отдельным приемам пищи по меню период в среднем за 10 дней составляет: на обед 32,8 %, при норме на обед 30-35%, что соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ по приемам пищи составляет: на обед белка- 34,5 % (норма 30-35%), на обед жиров 34 % (норма 30-35%), на обед углеводов 32 % (норма 30-35%), что **соответствует** Приложению 10, Таблицы № 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Масса блюд **соответствуют** требованиям Приложению № 9 Таблицы 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Суммарный объем блюд на обед для детей 7-11 лет соответствует Приложению 9 Таблице 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Представлено фактическое меню для детей обучающихся с 12 и старше, кратность приема пищи 2 раза в день (завтрак + обед).

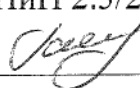
Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности каждого блюда, белков, жиров и углеводов. В меню имеется номер рецептуры по сборнику рецептур.

Завтрак включает в себя горячие блюда (каши из разных круп), закуски (овощные салаты, овощи свежие, запеканки из творога), вторые блюда (мясное, рыбное с гарниром), горячие напитки, выпечки, фрукты.

Энергетическая ценность завтрака и его качественный состав (белки, жиры, углеводы) в среднем за 10 дней составляет: на завтрак белка приходится 21,65 гр (24 % от суточной потребности), жира-20,15 гр (22 % от суточной потребности), углеводов 87,68 гр (23 % от суточной потребности), калорийность 619,66 ккал (23 % от суточной потребности).

Распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона по отдельным приемам пищи по меню период в среднем за 10 дней составляет: на завтрак 23 %, при норме на завтрак 20-25%, что соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ по приемам пищи составляет: на завтрак белка- 24 % (норма 20-25%), на завтрак жиров 22 % (норма 20-25%), на завтрак углеводов 23 % (норма 20-25%), что **соответствует** Приложению 10, Таблицы № 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.



Масса блюд **соответствуют** требованиям Приложению № 9 Таблицы 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Суммарный объем блюд на завтрак для питания детей с 12 лет и старше соответствует Приложению 9 Таблице 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Обед включает в себя горячие блюда (первые блюда), закуски (овощные салаты, овощи свежие), вторые блюда (мясное, рыбное с гарниром), горячие напитки, выпечки, фрукты.

Энергетическая ценность завтрака и его качественный состав (белки, жиры, углеводы) в среднем за 10 дней составляет: на обед белка приходится 29,13 гр (32 % от суточной потребности), жира-30,52 гр (33 % от суточной потребности), углеводов 119,02 гр (31 % от суточной потребности), калорийность 833,20 ккал (30,5 % от суточной потребности).

Распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона по отдельным приемам пищи по меню период в среднем за 10 дней составляет: на обед 30,5 %, при норме на обед 30-35%, что соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ по приемам пищи составляет: на обед белка- 32 % (норма 30-35%), на обед жиров 33 % (норма 30-35%), на обед углеводов 31 % (норма 30-35%), что **соответствует** Приложению 10, Таблицы № 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Масса блюд **соответствуют** требованиям Приложению № 9 Таблицы 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Суммарный объем блюд на обед для питания детей с 7-11 лет соответствует Приложению 9 Таблице 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Представлено фактическое меню для питания детей с ОВЗ, кратность приема пищи 2 раза в день (завтрак + обед).

Примерное меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности каждого блюда, белков, жиров и углеводов. В меню имеется номер рецептуры по сборнику рецептур.

Завтрак включает в себя горячие блюда (каши из разных круп), закуски (овощные салаты, овощи свежие, запеканки из творога), вторые блюда (мясное, рыбное с гарниром), горячие напитки, выпечки, фрукты.

Энергетическая ценность завтрака и его качественный состав (белки, жиры, углеводы) в среднем за 10 дней составляет белка приходится 25,08 гр (28 % от суточной потребности), жира-27,93 гр (30 % от суточной потребности), углеводов 90,57 гр (27 % от суточной потребности), калорийность 614,15 ккал (26 % от суточной потребности).

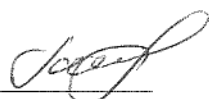
Распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона по отдельным приемам пищи по меню период в среднем за 10 дней составляет 26 %, что соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ по приемам пищи составляет белка- 28 %, жиров 30 %, на завтрак углеводов 24 %, что **соответствует** Приложению 10, Таблицы № 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Масса блюд **соответствуют** требованиям Приложению № 9 Таблицы 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Суммарный объем блюд для питания детей с ОВЗ соответствует Приложению 9 Таблице 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ



Примерное 10-ти дневное меню для питания обучающихся 7-11 лет и 12 лет и старше и детей с ОВЗ

**СООТВЕТСТВУЕТ**

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», Приложению 9, таблице 1, Приложению 10, таблицы № 1 № 3

Экспертизу провел:  
Врач по общей гигиене



Р.С.Тагирова

