

Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	меню для лагеря 2025 год(82395)
2	Информация о возрастной группе детей	от 7 до 11 лет
3	Информация о характеристике питающихся	Без особенностей
4	Тип организации, для которого разработано меню	Уровень 1 - Организация отдыха и оздоровления
5	Режим питания	Завтрак, 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.», «Сборник рецептов блюд дополнительного питания в организациях для детей / Новосибирск, 2024», «сборник Е.В.Ушаковой»,
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	

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)	602.5	500	121%	25 %
Калорийность, ккал.	624.3	612.6-743.2	123%	25%
Количество белков (г)	21.12	16.94	125%	25%
Количество жиров (г)	17.8	17.38	102%	20%
Количество углеводов (г)	94.9	73.7	129%	26%
Витамин С, мг	14.52	13.2	110%	22%
Витамин В1, мг	0.28	0.26	108%	21%
Витамин В2, мг	0.42	0.31	135%	27%
Витамин А, мкг рэ	121.11	154	79%	16%
Кальций, мг	381.97	242	158%	32%
Магний, мг	110.65	55	201%	40%
Железо, мг	5.11	2.64	194%	39%

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 %)
Калий, мг	749.46	242	310%	62%
Йод, мкг	51.74	22	235%	47%
Селен, мкг	19.9	6.6	302%	60%

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)	858.5	700	123%	36 %
Калорийность, ккал.	869.3	857.7-1140	98%	34%
Количество белков (г)	37.02	29.65	125%	44%
Количество жиров (г)	22.51	30.42	74%	26%
Количество углеводов (г)	129.64	128.98	101%	35%
Витамин С, мг	36.87	23.1	160%	56%
Витамин В1, мг	0.56	0.46	122%	42%
Витамин В2, мг	0.46	0.54	85%	30%
Витамин А, мкг рэ	413.15	269.5	153%	54%
Кальций, мг	266.22	423.5	63%	22%
Магний, мг	167.88	96.25	174%	61%
Железо, мг	7.36	4.62	159%	56%
Калий, мг	1283.8	423.5	303%	106%
Йод, мкг	112.14	38.5	291%	102%
Селен, мкг	26.51	11.55	230%	80%

Информация о содержании соли и сахара в меню

Меню Завтрак

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	0.7	0	1	70%
Сахар	9.3	2.9	10	93%

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	1.4	0	1.5	93%
Сахар	3.8	5.2	10	38%

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	2.1	0	2.5	84%
Сахар	13.1	8.1	20	66%

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. Суммарная масса блюд выше регламентированных значений по приемам пищи

Прием пищи	Неделя	День	Значение	Норматив
Завтрак	2	Понедельник	655	650
Завтрак	2	Пятница	695	650
Обед	1	Понедельник	930	910

4. Калорийность меню не выше регламентированных значений по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 13.5%, 25.7%, и 60.8% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 17%, 23.3%, и 59.7% соответственно.

5. 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 .

6.

7. В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли.
8. В меню отсутствуют колбасные изделия, кондитерские изделия, бутерброды, консервированные томаты, .
9. 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 "МКУ ЦСДОУ Беляевского района" 18.04.25.