

Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Меню приготавливаемых блюд (1-3 лет) Ф(42910)
2	Информация о возрастной группе детей	от 1 до 3 лет
3	Информация о характеристике питающихся	Без особенностей
4	Тип организации, для которого разработано меню	Уровень 1 - Организация дошкольного образования
5	Режим питания	Завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин
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 «Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Москва, 2023 г.», «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. В.А.Тутельян. 2012», «Сборник рецептов. Могильный 2007»,
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)	368	350	105%	23 %
Калорийность, ккал.	310.4	265.4-322	92%	18%
Количество белков (г)	12.3	8.4	146%	29%
Количество жиров (г)	10.81	9.4	115%	23%
Количество углеводов (г)	40.98	40.6	101%	20%
Витамин С, мг	19.77	9	220%	44%
Витамин В1, мг	0.13	0.16	81%	16%
Витамин В2, мг	0.25	0.18	139%	28%
Витамин А, мкг рэ	134.16	90	149%	30%
Кальций, мг	211.94	160	132%	26%
Магний, мг	38.39	16	240%	48%
Железо, мг	2.25	2	113%	23%

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	363	80	454%	91%
Йод, мкг	26.72	14	191%	38%
Селен, мкг	16.28	3	543%	109%

Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Второй завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	132	100	132%	8 %
Калорийность, ккал.	87.3	66.4-91	103%	5%
Количество белков (г)	0.4	2.1	19%	1%
Количество жиров (г)	0.12	2.35	5%	0%
Количество углеводов (г)	21.17	10.15	209%	10%
Витамин С, мг	5.54	2.25	246%	12%
Витамин В1, мг	0.02	0.04	50%	3%
Витамин В2, мг	0.03	0.05	60%	3%
Витамин А, мкг рэ	36.25	22.5	161%	8%
Кальций, мг	14.5	40	36%	2%
Магний, мг	12.62	4	316%	16%
Железо, мг	0.38	0.5	76%	4%
Калий, мг	186.74	20	934%	47%
Йод, мкг	0	3.5	0%	0%
Селен, мкг	0	0.75	0%	0%

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)	567	450	126%	35 %
Калорийность, ккал.	526.5	464.5-617.4	89%	31%
Количество белков (г)	26.07	14.7	177%	62%
Количество жиров (г)	18.45	16.45	112%	39%
Количество углеводов (г)	64.04	71.05	90%	32%
Витамин С, мг	18.79	15.75	119%	42%
Витамин В1, мг	0.3	0.28	107%	38%
Витамин В2, мг	0.5	0.32	156%	56%

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 %)
Витамин А, мкг рэ	1065.91	157.5	677%	237%
Кальций, мг	213.63	280	76%	27%
Магний, мг	103.04	28	368%	129%
Железо, мг	5.89	3.5	168%	59%
Калий, мг	1047.21	140	748%	262%
Йод, мкг	82.97	24.5	339%	119%
Селен, мкг	29.97	5.25	571%	200%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Полдник (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	207.5	200	104%	13 %
Калорийность, ккал.	214.1	199.1-273	85%	13%
Количество белков (г)	7.3	6.3	116%	17%
Количество жиров (г)	6.84	7.05	97%	15%
Количество углеводов (г)	30.84	30.45	101%	15%
Витамин С, мг	1.74	6.75	26%	4%
Витамин В1, мг	0.12	0.12	100%	15%
Витамин В2, мг	0.27	0.14	193%	30%
Витамин А, мкг рэ	84.06	67.5	125%	19%
Кальций, мг	210.55	120	175%	26%
Магний, мг	29.8	12	248%	37%
Железо, мг	0.52	1.5	35%	5%
Калий, мг	282.46	60	471%	71%
Йод, мкг	16.36	10.5	156%	23%
Селен, мкг	4.12	2.25	183%	27%

Меню Ужин

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Ужин)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Ужин)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Ужин (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	439.5	400	110%	27 %
Калорийность, ккал.	378	331.8-420	90%	22%
Количество белков (г)	18.64	10.5	178%	44%
Количество жиров (г)	9.39	11.75	80%	20%
Количество углеводов (г)	54.73	50.75	108%	27%
Витамин С, мг	37.3	11.25	332%	83%

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Ужин)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Ужин)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Ужин (в %)	сутки (в %)
Витамин В1, мг	0.23	0.2	115%	29%
Витамин В2, мг	0.22	0.23	96%	24%
Витамин А, мкг рэ	222.88	112.5	198%	50%
Кальций, мг	171.2	200	86%	21%
Магний, мг	80.19	20	401%	100%
Железо, мг	3.67	2.5	147%	37%
Калий, мг	656.13	100	656%	164%
Йод, мкг	47.62	17.5	272%	68%
Селен, мкг	16.97	3.75	453%	113%

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)	0.3	0.8	38%
Сахар (г)	6.8	10	68%

Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Второй завтрак (в %)
Соль (г)	0	0	0%
Сахар (г)	0	0	0%

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)	1.1	1	110%
Сахар (г)	8	5	160%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Полдник (в %)
Соль (г)	0	0.3	0%
Сахар (г)	2.9	7	41%

Меню Ужин

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Ужин)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Ужин)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Ужин (в %)
Соль (г)	0.4	1	40%
Сахар (г)	7.4	3	247%

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);
- Калорийность меню **не ниже регламентированных значений** по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей)Второй завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Полдник - 10 дня(ей)Ужин - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 15.8%, 31.4%, и 52.8% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в второй завтрак 1.8%, 1.2%, и 97% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 19.8%, 31.5%, и 48.7% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 13.6%, 28.7%, и 57.6% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в ужин 19.7%, 22.4%, и 57.9% соответственно.
- 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 .
- В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.**
- В меню отсутствуют колбасные изделия,бутерброды, консервированные томаты, .**
- В меню присутствуют кондитерские изделия, 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 "БДОУ г. Омска "Детский сад № 210"" 28.08.24.
