



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»
Графский переулок, 4, к. 2,3,4, Москва, Россия, 129626
телефон: (495) 687 36 19, E-mail: fguz@mossanepid.ru, http://www.mossanexpert.ru
ОРГАН ИНСПЕКЦИИ
Аттестат аккредитации № RA.RU.710045

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии проектной и иной документации
санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам

77.01.05.Т.003730.08.21

11.08.2021

№ _____ Дата _____
Основание производства экспертизы: заявление № 21/02.05.001744-3 от 10.08.2021
Дата (период) проведения экспертизы: с 11.08.2021
Место проведения экспертизы: 129626, г. Москва, Графский переулок, дом 4, к.2, 3, 4
Цель проведения экспертизы: Подтверждение соответствия требованиям санитарного законодательства
Экспертиза проведена: заведующим отделом гигиены детей и подростков, врачом по гигиене детей и подростков А.О.Петренко, образование высшее по специальности медико-профилактическое дело, кандидат медицинских наук, сертификат специалиста №0177040009695 от 21.06.2016г., диплом о профессиональной переподготовке №770400002407 от 2016г.

Заказчик: ООО "Вкусный выбор" (ИНН:7723909016)

Юридический адрес: 109004, г. Москва, ЦАО, улица Земляной Вал, дом 64, стр. 2, ЭТ. / ПОМ. 5/1, КОМ. /ОФИС 18/508

Объект экспертизы: Меню 21-дневное для организации питания детей в возрасте 7 - 11 лет (учащихся 1 - 4 классов). Двухразовое питание: завтрак, обед. Вариант 1

Фактический адрес: г. Москва, ВАО, аллея Жемчужовой, дом 1а

Разработчик документации: ООО "ВКУСНЫЙ ВЫБОР"

Юридический адрес разработчика: 109004, г. Москва, ЦАО, улица Земляной Вал, дом 64, стр. 2, эт. /пом. 5/1, ком. /офис 18/508

Перечень представленной документации: Типовой рацион питания (циклическое 21-дневное меню) для детей в возрасте 7-11 лет;

Таблица замены салатов.

Установлено:

Общие сведения.

Представленный примерный типовой рацион питания разработан на 21-дневный период, содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание белков, жиров, углеводов, витаминов (С, В1, В2, А) и минеральных веществ (фосфор (Р), кальций (Са), железо(Fe), магний (Mg), указания номеров технологических карт. Среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для детей в возрасте 7-11 лет составляет:

012488

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*	Калорийность по рациону, ккал
I неделя	59,23	56,14	200,06	1542,43	1561,97
II неделя	54,30	50,50	196,86	1459,17	1490,48
III неделя	55,95	61,69	199,00	1574,99	1606,09
IV неделя	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:	56,49	56,11	198,64	1525,53	1552,85

В представленном рационе содержание белков составляет 73,36 %, жиров – 71,03 %, углеводов – 59,30 %, общая калорийность – 64,92 % от суточной потребности.

Соотношение основных веществ (белков, жиров и углеводов) близко к оптимальному значению (1 / 1 / 4).

*Энергетическая ценность определялась по формуле:

Энергетическая ценность (ккал) = белки (г)*4 + жиры (г)*9 + углеводы (г)* 4.

Формирование рациона.

Представленный примерный 21-дневный рацион питания для детей в возрасте 7-11 лет предусматривает двухразовое питание (завтрак, обед). Соотношение калорийности по приемам пищи для детей в возрасте 7-11 лет:

	I неделя		II неделя		III неделя		Итого:	
	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма
Завтрак	26	20 - 25	27	20 - 25	26	20 - 25	26	20 - 25
Обед	40	30 - 35	35	30 - 35	40	30 - 35	39	30 - 35

Распределение энергетической ценности (калорийности) в рационе примерно соответствует рекомендуемым значениям, предусмотренным СанПиН 2.3/2.4.3590-20 +/- 5%.

Рацион питания составлен с использованием всех видов продуктов из рекомендуемого среднесуточного набора пищевых продуктов, в том числе используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рацион обеспечивает физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Сведения о среднесуточном наборе продуктов, полученные методом расчёта по информации из технологических карт, представлены в таблице.

Наименование	Значение	Норма	%
Хлеб ржаной	41,31	40	3,29
Хлеб пшеничный	83,99	75	11,99
Мука пшеничная	5,33	7,5	-28,98
Крупы, бобовые	59,89	22,5	166,16
Макаронные изделия	37,51	7,5	400,19
Картофель	122,40	93,5	30,90
Овощи, г	150,67	140	7,62
Фрукты свежие	134,77	92,5	45,69
Сухофрукты	19,13	7,5	155,11
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200,00	100	100,00
Мясо 1-й категории	61,21	35	74,88
Субпродукты (печень, язык, сердце)	70,30	15	368,67
Птица (цыплята-бройлеры потрошенные - 1 кат)	64,29	17,5	267,38

Рыба (филе), в т.ч. филе слабо- или малосоленое	52,63	29	81,49
Колбасные изделия (г)	0,00	0	0,00
Молоко	175,34	150	16,89
Кисломолочная пищевая продукция	100,00	75	33,33
Творог (5% - 9% м.д.ж.)	130,70	25	422,80
Сыр	20,00	5	300,00
Сметана	10,43	5	108,57
Масло сливочное	22,13	15	47,57
Масло растительное	7,81	7,5	4,13
Яйцо, шт.	34,01	20	70,06
Сахар	24,72	15	64,77
Кондитерские изделия	21,82	5	336,36
Соль пищевая поваренная йодированная	4,25	1,5	183,48

Недостаток муки пшеничной компенсируется использованием макаронных изделий сверх установленной нормы.

В рационе питания используются все основные группы продуктов, предусмотренные суточным продуктовым набором, в том числе мясные, молочные продукты, кисломолочные напитки, рыба, овощи, фрукты.

Ежедневно в меню использованы мясо, молоко (молочные продукты в т.ч. кисломолочные напитки), сливочное и растительное масло, хлеб ржаной и пшеничный.

Суммарные объемы блюд по приемам пищи, а также выход порций отдельных блюд соответствуют предусмотренным СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Пищевая ценность используемых в меню блюд рассчитана согласно пояснительной записке и представленных технологических карт на основании:

1. Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2005;
2. Таблиц химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. – Москва, 2007. Составители: Скурихин И.М., Тутельян В.А.

Продукты, блюда и кулинарные изделия, запрещенные или не рекомендованные для использования в питании детей и подростков, в рационе отсутствуют.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности обеспечена за счет разнообразия пищевых продуктов, с естественным содержанием необходимых витаминов и минеральных веществ (с учетом потерь при тепловой обработке), а также использования в меню свежих плодов и ягод. Для профилактики йододефицитных состояний используется йодированная соль.

Среднесуточное содержание микронутриентов в рационе питания для детей в возрасте 7-11 лет составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мг
I неделя	122,54	1,02	1,46	1,12
II неделя	129,61	1,11	1,62	2,00
III неделя	109,00	1,06	1,45	0,71
IV неделя	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:	120,38	1,06	1,51	1,28

	Кальций	Фосфор	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	504,89	876,29	16,68	246,19
II неделя	527,24	922,05	12,72	247,50
III неделя	618,49	914,77	15,52	264,40
IV неделя	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:	550,21	904,37	14,97	252,70

В представленном рационе содержание витамина С, витамина В2, витамина А, железа, магния полностью удовлетворяет суточную потребность и не превышает верхних уровней потребления по МР 2.3.1.2432-08; содержание витамина В1 - 88,63 %, содержание кальция – 50,02 %, фосфора – 82,22 % от суточной потребности.

Технология изготовления кулинарной продукции.

В соответствии с пояснительной запиской при разработке технологических карт использованы:

- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах. – Москва: Управление Роспотребнадзора по городу Москве, 2006. – в 2-х тт., 1-й т. – 468 с., 2-й т. – 544 с.
- Организация питания в ДОУ Москвы. Типовое меню. График поставки фруктов. Карточки блюд с выходам по дням. Методические рекомендации (Выпуск 4). – Москва. 2012 г. – 166 с.
- Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. Методические указания. – Москва: Департамент образования города Москвы, 2006. – 276 с.
- Требования к оказанию единой комплексной услуги по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях системы Департамента образования города Москвы в 2012 году. – Москва: Департамент образования города Москвы, 2011.

В период после 1 марта предусмотрена сезонная замена блюд, изготавливаемых по технологическим картам, предусматривающим термическую обработку овощей.

Рекомендовано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

1. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам в соответствии с приложением 11 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
2. Информировать родителей об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню в каждой групповой ячейке. В ежедневном меню указывать наименование блюда и объем порции, а также замены блюд для детей с пищевыми аллергиями и сахарным диабетом при наличии подтвержденных в ЛПУ сведений о заболевании, в т.ч. с указанием аллергена (в случае пищевой аллергии).

Заключение:

Меню 21-дневное для организации питания детей в возрасте 7 - 11 лет (учащихся 1 - 4 классов). Двухразовое питание: завтрак, обед. Вариант 1 по адресу: г. Москва, ВАО, аллея Жемчужовой, дом 1а соответствует требованиям:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения (гл. VIII).

Взамен экспертного заключения № 77.01.05.Т.003609.08.21 от 03.08.2021

В соответствии со ст.42 Федерального закона от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» ответственность за качество и объективность санитарно-эпидемиологической экспертизы несет специалист, проводивший санитарно-эпидемиологическую экспертизу.

Заведующий отделом гигиены
детей и подростков

А. О. Петренко

Заведующий отделом гигиены
детей и подростков

А. О. Петренко

Руководитель (заместитель)
органа инспекции

В.Ю. Иванов



Меню 21-дневное для организации питания детей в возрасте 7-11 лет (учащихся 1-4 классов). Двухразовое питание: завтрак, обед. Вариант 1

№ п/п	№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход готовой продукции	Биологическая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				
				Белки	Жиры	Углеводы		Калорийность	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг	С, мг	Е, мг, ток. экв.	Са, мг	Mg, мг	P, мг
День 1																	
Завтрак																	
1	7070	Биточки или котлеты рубленые из птицы паровые (цыплята) собственного производства	50	4.775	10.145	5.135	131.21	0.01865	0.05	0.1	2.405	0.905	0.285	24.9	11.93	79.4	0.685
2	8007	Капуста тушеная	150	2.37	5.73	7.035	108.855	0.0435	0.045	0.045	0.825	12.225	0.405	61.545	26.4	52.245	1.095
3	10016.1	Чай с лимоном	200	0.2	0.06	0.6	4	0	0.08	0.04	0.2	80.04	0.4	80.16	24.1	44.2	1.78
4	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	9.2	13.2	34.8	0.8
5	14008	Сахар	10	0	0	9.98	39.9	0	0	0	0	0	0.395	0	0	0.022	
6	11001	Яблоки свежие	150	0.6	0.6	14.7	70.5	0	0.045	0.03	0.45	15	0.3	24	13.5	16.5	0.003
7	14002	Зефир	20	0.4	0.01	17.3	71	0	0	0.4	0	3	0	20	0	0	0.6
Итого:			620	11.545	16.945	74.39	520.665	0.06215	0.284	0.639	4.52	111.17	1.99	220.2	89.13	227.145	4.985
Обед																	
1	1030	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0.444	7.26	1.428	72.828	0	0.012	0.018	0.144	14.28	3.222	27.372	12.516	27.84	0.36
2	2020.2	Суп вермишелевый на мясном бульоне	250	5.575	11.025	14.75	192.025	0.025	0.1	0.15	1.175	2.15	0.125	17	21.25	138.6	5.35
3	7019	Азу из мяса отварного	90	14.148	9.036	4.824	158.166	0	0.117	0.144	3.582	3.609	2.196	21.69	23.085	169.614	2.286
4	8002	Рис отварной	200	4.76	8.86	38.92	286.34	0.059	0.04	0.02	0.88	0	0.1	1.56	24.86	79.1	0.68
5	10055	Сок или нектар (фруктовый, овощной, фруктовоовощной)	200	1	0	23	94	0	0.02	0.02	0.2	2	0	42	22	32	2.2
6	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	9.2	13.2	34.8	0.8
7	13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	2.64	0.44	16.4	80	0	0.16	0.08	1.2	0.012	0.68	10.16	14.6	42.212	0.98
Итого:			880	31.767	37.021	118.962	978.559	0.084	0.513	0.456	7.821	22.051	6.923	128.982	131.511	524.166	12.656
Итого за день:			1500	43.312	53.966	193.352	1499.224	0.14615	0.797	1.095	12.341	133.221	8.913	349.182	220.641	751.311	17.641
День 2																	
Завтрак																	
1	4004	Каша жидкая на молоке (гречневая)	200	10.4	10.54	39.2	294.32	0.075	0.42	0.1	4.9	15.2	0.06	10.08	93.06	139.6	3.14
2	9001	Масло сливочное в порционной упаковке	10	0.05	8.25	0.08	74.8	0.059	0	0.01	0	0	0.1	1.2	0	1.9	0.02
3	9001.13	Сыр полутвердый	20	5.96	1.8	0	41.4	0.02	0.004	0.088	0.08	0.18	0	216	10	156	0.18
4	10015	Чай	200	0.14	0.04	0.03	1.04	0	0	0	0	0.04	0	0.16	0.1	0.2	0.58
5	14008	Сахар	10	0	0	9.98	39.9	0	0	0	0	0	0.395	0	0	0.022	
6	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	9.2	13.2	34.8	0.8
7	14006	Вафли	20	0.56	0.66	15.46	70	0.4	0.006	0.008	0.08	0	0	3.2	2	7.2	0.3
Итого:			500	20.31	21.69	84.39	616.66	0.554	0.494	0.23	5.7	15.42	0.76	240.235	118.36	339.7	5.042
Обед																	
1	1017	Салат из моркови с маслом растительным (с сахаром)	60	0.72	4.08	5.7	62.4	0	0.03	0.036	0.546	2.73	2.064	27.882	20.91	30	0.36
2	2002.1	Борщ сибирский на мясном бульоне	250	19.815	7.4225	13.6	200	0.005	0.12425	0.1675	1.37	9.805	1.945	55.525	43.1	181.345	5.645
3	7010	Жаркое по - домашнему.	240	22.824	14.112	23.112	310.68	0.048	0.288	0.36	6.888	30.36	0.648	40.68	59.688	317.544	4.296
4	10008	Компот из плодов сухих (изюм)	200	0.46	0.1	23.16	95.38	0	0.03	0.016	0.1	0.8	0.12	16.36	8.4	25.8	0.64
5	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	9.2	13.2	34.8	0.8
6	13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	2.64	0.44	16.4	80	0	0.16	0.08	1.2	0.012	0.68	10.16	14.6	42.212	0.98
Итого:			830	49.659	26.5545	101.612	843.66	0.053	0.69625	0.6835	10.744	43.707	6.057	159.807	159.898	631.701	12.721
Итого за день:			1330	69.969	48.2445	186.002	1460.32	0.607	1.19025	0.9135	16.444	59.127	6.817	400.042	278.258	971.401	17.763
День 3																	
Завтрак																	
1	4002	Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсяных)	250	12.25	14.675	40.975	345.925	0.09538	0.425	0.05	4.2	19.5	0.075	27.9	67.375	172.475	1.9
2	10053	Какао с молоком	200	4	4	16	116	0.03	0.046	0.16	0.2	0.8	0.017	126.7	35.26	122.76	1.23
3	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	9.2	13.2	34.8	0.8
4	10062	Творог без компонентов (или с компонентами) в индивидуальной упаковке ДП	100	7.6	4.2	11.2	113	0	0	0	0.03	0.03	0	85	3.29	2.88	0.29
Итого:			590	27.05	23.275	87.815	670.125	0.12538	0.535	0.234	5.07	20.33	0.692	248.8	119.125	332.915	4.22
Обед																	
1	1006	Салат витаминный с маслом растительным	60	0.228	9.078	6.198	110.37	0	0.018	0.018	0.288	10.692	1.65	19.926	8.412	14.088	0.576
2	2042	Суп картофельный с крупой (рис)	250	2.75	2.325	20.5	112.5	0	0.075	0.05	0.85	5.925	0.15	21.7	24.25	58.425	0.775
3	7021	Тефтели мясные с соусом собственного производства	100	6.7	14.76	13.17	186.41	0.052	0.06	0.09	1.79	3.48	0.38	30.91	19.89	96.6	0.86
4	8004	Изделия макаронные группы А отварные	180	6.498	8.046	34.704	240.228	0.0531	0.072	0.018	0.594	0	0.09	7.11	9.216	42.012	0.9

		Завтрак																
1	9001	Масло сливочное в порционной упаковке	10	0.05	8.25	0.08	74.8	0.059	0	0.01	0	0	0.1	1.2	0	1.9	0.02	
2	4002	Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсяных)	230	11.27	13.501	37.697	318.251	0.08775	0.391	0.046	3.864	17.94	0.069	25.668	61.985	158.677	1.748	
3	10019	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	4.5	4.48	20.5	140.46	0.042	0.06	0.2	2.84	1.8	0	171.6	23.2	134.6	0.34	
4	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	9.2	13.2	34.8	0.8	
5	11001.6	Апельсин	150	1.35	0.3	12.15	64.5	0	0.06	0.045	0.3	90	0.3	51	19.5	34.5	0	
		Итого:	630	20.37	26.931	90.067	693.211	0.18875	0.575	0.325	7.644	109.74	1.069	258.668	117.885	364.477	2.908	
		Обед																
1	1030	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0.444	7.26	1.428	72.828	0	0.012	0.018	0.144	14.28	3.222	27.372	12.516	27.84	0.36	
2	2017	Суп рыбный (консервы лососевые)	250	10.25	4.575	16.85	168.2	0.025	0.1	0.1	2.775	8.9	0.725	102.15	54.35	165.4	1.325	
3	7017	Печень, тушенная в соусе	90	13.383	9.297	7.344	162.135	5.50683	0.198	1.458	6.102	23.076	0.756	37.62	19.998	256.941	4.725	
4	8002	Рис отварной	180	4.284	7.974	35.028	257.706	0.0531	0.036	0.018	0.792	0	0.09	1.404	22.374	71.19	0.612	
5	10010	Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов)	200	0.8	0.1	22.4	93.64	0	0.02	0.04	0.4	0.56	0.04	35.6	22.34	29.94	0.78	
6	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	25.2	13.2	34.8	0.8	
7	13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	2.64	0.44	16.4	80	0	0.16	0.08	1.2	0.012	0.68	12	14.6	42.212	0.98	
		Итого:	860	35.001	30.046	119.09	929.709	5.58493	0.59	1.738	12.053	46.828	6.113	241.346	159.378	628.323	9.582	
		Итого за день:	1490	55.371	56.977	209.157	1622.92	5.77368	1.165	2.063	19.697	156.568	7.182	516.014	277.263	992.8	12.49	
		День 14																
		Завтрак																
1	4026	Суп молочный с изделиями макаронными	250	8.065	9.1	24.8	216.4	0.0775	0.1	0.3	0.45	2.5	0.325	249.9	31.575	201.775	0.35	
2	5003	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	52	6.5988	6.0008	0.3588	81.8376	0.0676	0.0364	0.2288	0.104	0	0.312	28.6	6.24	99.84	1.3	
3	10033	Чай с молоком с сахаром	200	1.54	1.62	12.42	70.42	0.015	0.02	0.06	0.46	1.2	0	63.6	10.08	50.76	0.44	
4	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	9.2	13.2	34.8	0.8	
		Итого:	542	19.4038	17.1208	57.2188	463.8576	0.1601	0.2204	0.6128	1.654	3.7	1.237	351.3	61.095	387.175	2.89	
		Обед																
1	1018	Салат из моркови с изюмом с маслом растительным	60	0.738	4.248	8.202	73.992	0	0.036	0.036	0.528	2.52	2.07	29.1	20.916	33.138	0.42	
2	2007	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	250	2.275	5	10.275	120	0.0345	0.075	0.05	0.9	7.15	0.3	35.9	27.725	73.675	0.925	
3	7009.1	Мясо отварное к 1-ому блюду	15	4.362	1.449	0.0945	30.915	0	0.024	0.048	1.14	0.111	0.0975	2.8305	5.6535	46.179	0.66	
4	7002	Рыба (филе), тушенная в томате с овощами	100	9.28	5.03	4.27	131.66	0.006	0.01	0.08	1.51	0.91	2.31	27.51	15.48	157.45	0.17	
5	8005	Пюре картофельное	200	7.8	6.2	18.82	162	0.0444	0.22	0.14	2.24	25.34	0.22	47.98	36.02	111.98	1.3	
6	10004	Компот из плодов быстрозамороженных (смородина)	200	0.18	0	17.26	69.76	0	0	0	0.06	37.6	0.12	7.08	5.82	6.2	0.2	
7	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	25.2	13.2	34.8	0.8	
8	13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	2.64	0.44	16.4	80	0	0.16	0.08	1.2	0.012	0.68	12	14.6	42.212	0.98	
9	14002	Зефир	20	0.4	0.01	17.3	71	0	0	0.4	0	3	0	20	0	0	0.6	
		Итого:	925	30.875	22.777	112.262	834.527	0.0849	0.589	0.858	8.218	76.643	6.3975	207.601	139.415	505.634	6.055	
		Итого за день:	1467	50.2788	39.8978	169.48	1298.3846	0.245	0.8094	1.4708	9.872	80.343	7.6345	574.901	200.51	892.809	8.945	
		День 15																
		Завтрак																
1	7069	Биточки рубленые из птицы паровые (индейка) собственного производства	60	5.73	12.174	6.162	157.452	0.02238	0.06	0.12	3.642	0.198	0.342	28.992	14.316	113.04	0.864	
2	8004	Изделия макаронные группы А отварные	150	5.415	6.705	28.92	200.19	0.04425	0.06	0.015	0.495	0	0.075	5.925	7.68	35.01	0.75	
3	10053	Какао с молоком	200	4	4	16	116	0.03	0.046	0.16	0.2	0.8	0.017	126.7	35.26	122.76	1.23	
4	9001	Масло сливочное в порционной упаковке	10	0.05	8.25	0.08	74.8	0.059	0	0.01	0	0	0.1	1.2	0	1.9	0.02	
5	9001.13	Сыр полутвердый	20	5.96	1.8	0	41.4	0.02	0.004	0.088	0.08	0.18	0	2.16	10	156	0.18	
6	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	9.2	13.2	34.8	0.8	
7	14004	Печенье	20	1.2	3.4	13.8	90.6	0	0	0	0	0	0	29.62	3.2	0	0.48	
		Итого:	500	25.555	36.729	84.602	775.642	0.17563	0.234	0.417	5.057	1.178	1.134	417.637	83.656	463.51	4.324	
		Обед																
1	1006	Салат витаминный с маслом растительным	60	0.228	9.078	6.198	110.37	0	0.018	0.018	0.288	10.692	1.65	19.926	8.412	14.088	0.576	
2	2001.1	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	250	2.5	5.35	12.475	110.775	0.0325	0.05	0.475	0.6	21.9	0.125	43.025	25	54.225	1.025	
3	7013	Бефстроганов из мяса отварного в сметанно-молочном соусе	90	15.048	10.719	5.193	178.371	0.4194	0.072	0.153	2.88	1.485	0.585	24.03	24.102	173.475	1.593	
4	8001	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.26	6.66	49.68	298.8	0.03186	0.378	0.144	3.096	0	0.684	17.28	147.726	221.526	4.878	
5	10005	Компот из плодов свежих (апельсин)	200	0.36	0.08	15.12	62.64	2	0.02	0.02	0	0	0	21	6.8	9.2	0.14	
6	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	25.2	13.2	34.8	0.8	
7	13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	2.64	0.44	16.4	80	0	0.16	0.08	1.2	0.012	0.68	12	14.6	42.212	0.98	
		Итого:	860	34.236	32.727	124.706	936.156	2.48376	0.762	0.914	8.704	34.089	4.324	162.461	239.84	549.526	9.992	
		Итого за день:	1360	59.791	69.456	209.308	1711.798	2.65939	0.996	1.331	13.761	35.267	5.458	596.098	323.496	1013.04	14.316	
		День 16																
		Завтрак																
1	7070	Биточки или котлеты рубленые из птицы паровые (цыплята) собственного производства	60	5.73	12.174	6.162	157.452	0.02238	0.06	0.12	2.886	1.086	0.342	29.88	14.316	95.28	0.822	
2	8007	Капуста тушенная	200	3.16	7.64	9.38	145.14	0.058	0.06	0.06	1.1	16.3	0.54	82.06	35.2	69.66	1.46	
3	10015	Чай	200	0.14	0.04	0.03	1.04	0	0	0	0	0.04	0	0.16	0.1	0.2	0.58	

1	1013	Салат из капусты белокачанной с растительным маслом	60	0.972	6.048	5.748	81.312	0	0.0156	0.0408	0.42	22.5	5.742	29.412	10.416	18.894	0.84
2	2011.1	Суп картофельный на мясном бульоне	250	3.025	2.85	19.8	118.175	0.125	0.1	0.1	1.55	24	1.175	18.25	31.125	77.2	1.125
3	7013	Бефстроганов из мяса отварного в сметанно-молочном соусе	80	13.376	9.528	4.616	158.552	0.3728	0.064	0.136	2.56	1.32	0.52	21.36	21.424	154.2	1.416
4	8002	Рис отварной	180	4.284	7.974	35.028	257.706	0.0531	0.036	0.018	0.792	0	0.09	1.404	22.374	71.19	0.612
5	10007	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0.16	0.16	15.8	65.28	0	0.02	0	0.12	4	0.08	14.72	5.4	4.4	0.9
6	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	25.2	13.2	34.8	0.8
7	13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	2.64	0.44	16.4	80	0	0.16	0.08	1.2	0.012	0.68	12	14.6	42.212	0.98
8	11001.6	Апельсин	150	1.35	0.3	12.15	64.5	0	0.06	0.045	0.3	90	0.3	51	19.5	34.5	0
		Итого:	1000	29.007	27.7	129.182	920.725	0.5509	0.5196	0.4438	7.582	141.832	9.187	173.346	138.039	437.396	6.673
		Итого за день:	1542	50.8708	47.2008	189.981	1430.1626	0.726	0.766	1.1566	8.976	145.132	10.441	603.746	224.314	896.571	10.353
		День 20															
		Завтрак															
1	4004	Каша жидкая на молоке (гречневая)	200	10.4	10.54	39.2	294.32	0.075	0.42	0.1	4.9	15.2	0.06	10.08	93.06	139.6	3.14
2	10015	Чай	200	0.14	0.04	0.03	1.04	0	0	0	0	0.04	0	0.16	0.1	0.2	0.58
3	14008	Сахар	10	0	0	9.98	39.9	0	0	0	0	0	0	0.395	0	0	0.022
4	9001	Масло сливочное в порционной упаковке	10	0.05	8.25	0.08	74.8	0.059	0	0.01	0	0	0.1	1.2	0	1.9	0.02
5	9001.13	Сыр полутвердый	20	5.96	1.8	0	41.4	0.02	0.004	0.088	0.08	0.18	0	216	10	156	0.18
6	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	9.2	13.2	34.8	0.8
7	14004	Печенье	20	1.2	3.4	13.8	90.6	0	0	0	0	0	0	29.62	3.2	0	0.48
		Итого:	500	20.95	24.43	82.73	637.26	0.154	0.488	0.222	5.62	15.42	0.76	266.655	119.56	332.5	5.222
		Обед															
1	1048	Салат из свеклы с огурцами консервированными с растительным маслом	60	0.876	6.054	3.9	74.034	0	0.018	0.018	0.132	4.5	1.08	18.228	11.172	23.358	0.654
2	2003.1	Щи из капусты свежей на бульоне мясном	250	20.05	7.725	7.675	183.575	0	0.075	0.5	6.225	26.375	0.1	50.525	40.025	233.025	3.825
3	7009.1	Мясо отварное к 1-ому блюду	15	4.362	1.449	0.0945	30.915	0	0.024	0.048	1.14	0.111	0.0975	2.8305	5.6535	46.179	0.66
4	7005	Котлеты или биточки рыбные собственного производства	90	12.681	5.4	11.637	184.779	0.036	0.081	0.162	2.772	0.648	0.072	50.184	21.456	229.518	0.576
5	8005	Пюре картофельное	200	7.8	6.2	18.82	162	0.0444	0.22	0.14	2.24	25.34	0.22	47.98	36.02	111.98	1.3
6	10003	Компот из быстрозамороженных (клубника)	200	0.15	0.08	15	61.32	0	0.006	0.01	0.06	11.28	0.1	7.92	3.4	4.32	0.266
7	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	25.2	13.2	34.8	0.8
8	13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	2.64	0.44	16.4	80	0	0.16	0.08	1.2	0.012	0.68	12	14.6	42.212	0.98
9	11001	Яблоки свежие	150	0.6	0.6	14.7	70.5	0	0.045	0.03	0.45	15	0.3	24	13.5	16.5	0.003
		Итого:	1045	52.359	28.348	107.867	942.323	0.0804	0.693	1.012	14.859	83.266	3.2495	238.868	159.027	741.892	9.064
		Итого за день:	1545	73.309	52.778	190.597	1579.583	0.2344	1.181	1.234	20.479	98.686	4.0095	521.523	278.587	1074.39	14.286
		День 21															
		Завтрак															
1	9001	Масло сливочное в порционной упаковке	10	0.05	8.25	0.08	74.8	0.059	0	0.01	0	0	0.1	1.2	0	1.9	0.02
2	7070	Биточки или котлеты рубленые из птицы паровые (цыплята) собственного производства	60	5.73	12.174	6.162	157.452	0.02238	0.06	0.12	2.886	1.086	0.342	29.88	14.316	95.28	0.822
3	8007	Капуста тушеная	150	2.37	5.73	7.035	108.855	0.0435	0.045	0.045	0.825	12.225	0.405	61.545	26.4	52.245	1.095
4	11001.5	Мандарин	100	0.8	0.2	7.5	38	0	0.06	0.03	0.2	38	0.2	35	11	17	0
5	10052	Кофейный напиток злаковый, на молоке	200	3.04	4.04	20.6	130.92	0.03	0.04	0.16	1.46	1.4	0	132	30	105.8	0.12
6	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	9.2	13.2	34.8	0.8
		Итого:	560	15.19	30.794	61.017	605.227	0.15488	0.269	0.389	6.011	52.711	1.647	268.825	94.916	307.025	2.857
		Обед															
1	1039	Винегрет овощной	60	1.164	6.114	5.694	83.52	0	0.102	0.072	0.54	10.2	2.736	18.708	14.97	34.056	0.504
2	2017	Суп рыбный (консервы лососевые)	250	10.25	4.575	16.85	168.2	0.025	0.1	0.1	2.775	8.9	0.725	102.15	54.35	165.4	1.325
3	7021	Тертые мясные с соусом собственного производства	100	6.7	14.76	13.17	186.41	0.052	0.06	0.09	1.79	3.48	0.38	30.91	19.89	96.6	0.86
4	8001	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.26	6.66	49.68	298.8	0.03186	0.378	0.144	3.096	0	0.684	17.28	147.726	221.526	4.878
5	10011	Кисель из концентрата промышленного производства	200	0	0	23	92.5	0	0.4	0.8	6.4	7.6	0	2.4	0	0	0
6	13002.1	Хлеб белый из пшеничной хлебопекарной муки 1сорта	40	3.2	0.4	19.64	95.2	0	0.064	0.024	0.64	0	0.6	9.2	13.2	34.8	0.8
7	13003.1	Хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной обдирной и пшеничной хлебопекарной	40	2.64	0.44	16.4	80	0	0.16	0.08	1.2	0.012	0.68	10.16	14.6	42.212	0.98
		Итого:	870	34.214	32.949	144.434	1004.63	0.10886	1.264	1.31	16.441	30.192	5.805	190.808	264.736	594.594	9.347
		Итого за день:	1430	49.404	63.743	205.451	1609.857	0.26374	1.533	1.699	22.452	82.903	7.452	459.633	359.652	901.619	12.204
		Итого среднее за 21 день:	1466	56.491	56.112	198.640	1552.847	1.276	1.064	1.508	15.313	120.384	7.531	535.618	252.696	904.370	14.972

Генеральный директор ООО "Вкусный выбор"

Светлицкий В.В.

При составлении меню использовались следующие нормативные документы и практические руководства:

1. Требования к оказанию единой комплексной услуги по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях системы Департамента образования города Москвы в 2012 году./ Разработано В.И. Тобис, Е.В. Жукова, З.С. Кретова и др. для Департамента образования города Москвы, М.: 2011.
2. Химический состав и калорийность российских продуктов питания: Справочник./ Под ред. В.А. Тутельяна - М.: ДеЛи плюс, 2012.
3. Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах.
(К ГОСТ 30390-95 / ГОСТ 50763-95)./Под ред. В.И. Тобиса и др., М.: 2006.
4. Изменение №1. Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах.
(К ГОСТ 30390-95 / ГОСТ 50763-95)./Под ред. В.И. Тобиса и др., М.: 2009.
5. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях./ Под ред. М.П. Могильного, В.А Тутельяна - М.: ДеЛи плюс, 2016.
6. Постановление №32 от 27.10.2020г. Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Москва

Таблица сезонных замен салатов из сырых овощей урожая прошлого года в период с 01 марта до 31 мая к 21-дневному меню для организации питания детей в возрасте 7-11 лет (учащихся 1-4 классов). Двухразовое питание: завтрак, обед. Вариант 1.

ДЕНЬ	ПРИЕМ ПИЩИ	ЗАМЕНЯЕМЫЙ САЛАТ	СЕЗОННЫЙ САЛАТ
2	Обед	1017 Салат из моркови с маслом растительным (с сахаром)	1022 Салат из отварной моркови с огурцами и зеленым горошком с маслом растительным
3	Обед	1006 Салат витаминный с маслом растительным	1033 Салат из свеклы и яблок с маслом растительным
10	Обед	1013 Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	542 Салат из картофеля, моркови и горошка зеленого
12	Обед	1016 Салат из моркови с растительным маслом	1026 Салат из помидоров с растительным маслом
14	Обед	1018 Салат из моркови с изюмом с маслом растительным	1007 Салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом
15	Обед	1006 Салат витаминный с маслом растительным	1030 Салат из свежих огурцов с растительным маслом
16	Обед	1081 Салат из моркови с яблоками с маслом растительным	542 Салат из картофеля, моркови и горошка зеленого
19	Обед	1013 Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	1007 Салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом

Генеральный директор ООО "Вкусный выбор"

В.В. Светлицкий

При составлении Таблицы замен использовались следующие нормативные документы и практические руководства:

1. Требования к оказанию единой комплексной услуги по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях системы Департамента образования города Москвы в 2012 году./ Разработано В.И. Тобис, Е.В. Жукова, З.С. Кретьева и др. для Департамента образования города Москвы, М.: 2011.
2. Химический состав и калорийность российских продуктов питания: Справочник./ Под ред. В.А. Тутельяна - М.: ДеЛи плюс, 2012.
3. Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах.
(К ГОСТ 30390-95 / ГОСТ 50763-95)/Под ред. В.И. Тобиса и др., М.: 2006.
4. Изменение №1. Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах.
(К ГОСТ 30390-95 / ГОСТ 50763-95)/Под ред. В.И. Тобиса и др., М.: 2009.
5. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях./ Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна - М.: ДеЛи плюс, 2016.
6. Постановление №32 от 27.10.2020г. Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", Москва