

Согласовано
Руководитель Управления Роспотребнадзора
по Республике Татарстан



М.А.Патяшина



Утверждаю
Заместитель Премьер-министра Республики
министр образования и науки
Республики Татарстан

Р.Т.Бурганов

Примерное двенадцатидневное меню

Для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов
общеобразовательных организаций Республики Татарстан на 2020/2021 учебный год

Министерство образования и науки Республики Татарстан

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССЫ
Горячий завтрак

	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Калори йность, ккал	Витами н В1, мг	Витам ин С, мг	Витами н А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	
															1-ая неделя
7/2015,	1 день														
Дели	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,660	0,120	2,280	14	0,036	15,000	-	0,420	8,400	15,600	12,000	0,540	
ТТК	КОТЛЕТЫ (БЫТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ) РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	8,200	9,900	10,210	151	0,050	0,050	2,080	2,510	27,800	112,100	22,100	1,150	
508/2004, С6 шк	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150/5	3,600	7,000	29,000	193	0,292	-	41,000	0,518	27,352	180,553	104,550	3,501	
С6 шк	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,780	0,670	21,000	105	0,200	1,330	0	0,000	133,330	111,110	25,560	2,000	
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ 1 сорт	20	1,3	0,2	7	35	0,02	0	0	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52	
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	Итого:		19,820	18,130	84,250	569,000	0,631	16,38	43,08	5,553	130,652	381,753	182,1	8,681	
338/2015,	2 день														
Дели	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	110	0,330	0,440	9,460	44	0,033	11,000	-	0,220	17,600	12,100	9,900	2,420	
7/2015, Дели	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ (порциями)	60	0,420	0,060	1,140	7	0,018	4,200	-	0,060	10,200	18,000	8,400	0,300	
ТТК, 2019	ЖАРКОЕ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	13,300	17,000	28,450	320	0,222	27,825	28,500	2,174	35,535	197,840	47,778	2,260	
692/2004	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,500	1,800	20,500	108	0	0,260	0,05	0,05	53,330	39,150	6,090	0,100	
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ 1 сорт	20	1,3	0,2	7	35	0,02	0	0	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52	
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	Итого:		20,13	19,740	81,310	585	0,325	93,025	28,5	3,069	81,055	262,19	79,428	5,817	
43/2004, С6 шк	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,933	3,051	5,641	54	0,018	21,684	-	1,392	25,624	18,316	9,949	0,345	
437/2004, С6 шк	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	9,100	12,400	10,500	190	0,030	2,440	-	0,410	7,600	128,900	17,500	1,900	
332/С6 шк	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,652	4,469	28,000	175	0,087	-	21,000	0,818	16,470	47,070	8,490	0,870	
685/2004С6ш	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,200		13,70	56	0,008	3,750	-	0,075	9,970	7,500	6,500	0,197	
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ 1 сорт	20	1,3	0,2	7	35	0,02	0	0	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52	
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	Итого:		19,465	20,36	79,6	581	0,216	87,874	21	3,225	99,664	244,286	59,639	3,942	

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССЫ
Горячий завтрак

№ Сторонки рецептур	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод. Ы, г	Калорийн ость, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг
1 день														
338/2015Делч	ФРУКТЫ (АПЕЛЬСИНЫ)	150	1,350	0,300	12,150	57	0,060	90,000	-	0,300	51,000	34,500	19,500	0,450
71/2015Делч	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ (порциями)	60	0,420	0,060	1,140	7	0,018	4,200	-	0,060	10,200	18,000	8,400	0,300
433/2004Сб	ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ	60/20	7,200	11,800	1,925	143	0,068	1,155	-	3,624	12,989	192,851	24,257	2,801
508/2004Сбш	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,600	7,000	29,000	193	0,291	-	21,000	0,468	20,632	177,928	104,220	3,448
693/2004, Сбш	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,780	0,670	21,000	105	0,200	1,330	0	0,000	133,330	111,110	25,560	2,000
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	0,02	-	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		19,930	20,270	86,975	611,000	0,422	9,355	21	4,562	56,941	412,679	144,677	7,831
2 день														
71/2015Делч	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ (порциями)	60	0,660	0,120	2,280	14	0,036	15,000	-	0,420	8,400	15,600	12,000	0,540
291/2015Делч	ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	50/150	14,000	19,500	42,000	400	0,064	0,620	34,270	5,799	22,000	204,000	40,600	1,870
686/2004, Сбш	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,200	0,100	13,900	57	0,000	1,120	0	0,010	2,860	1,340	0,730	0,080
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	0,02	-	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		18,44	20,16	79,940	577	0,13	65,62	34,27	6,614	44,12	240,85	63,15	3,027
3 день														
338/2015Делч	ФРУКТЫ (ГРУШИ)	100	0,400	0,300	10,300	47	0,020	5,000	-	0,400	19,000	16,000	12,000	2,300
43/2004Сбш	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,933	3,051	5,641	54	0,018	21,684	-	1,392	25,624	18,316	9,949	0,345
234/2015Делч	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	10,800	11,800	6,500	175	0,080	0,128	8,000	4,000	33,280	120,096	22,640	0,896
312/2015Делч	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,282	4,657	22,027	143	0,163	25,943	25,500	0,181	46,606	97,336	32,978	1,231
689/2004Сбш	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,200	0,100	13,70	56	0,008	3,750	-	0,075	9,970	7,500	6,500	0,197
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	0,02	-	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:		19,20	20,25	79,93	581,00	0,308	56,505	33,5	6,443	132,73	267,498	84,117	5,214

338/2015/Дельн	4 День	ФРУКТЫ (ЯБЛОКИ)	100	0,300	0,400	8,100	40	0,030	10,000	-	0,020	16,000	11,000	9,000	2,200
ТТХ/2012		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,632	6,043	4,300	74	0,029	2,430	-	2,834	13,302	26,850	18,468	0,358
ТТХ/2019		ПИЦЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	120	6,700	7,100	4,000	107	0,113	3,750	48,000	0,830	21,080	194,810	24,520	1,658
202/2015/Дельн		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5,652	4,489	28,000	175	0,087	-	21,000	0,818	16,470	8,490	6,870	1,658
692/2004		КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,500	1,800	20,500	108	0	0,260	0,05	0,000	53,330	39,150	5,090	0,10
		ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
		ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	0,02	-	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
		Итого:	19,364	20,252	88,660	610	0,337	129,969	48	7,704	134,049	343,069	99,653	3,957	
338/2015/Дельн	5 День	ФРУКТЫ (БАНАНЫ)	150	2,250	0,750	31,500	144	0,090	15,000	-	0,600	12,000	42,000	63,000	0,900
182/4/19/6/С		СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ДОЛЬКАМИ) С МАСЛОМ	80	0,819	6,049	4,807	77	0,011	5,462	-	2,895	20,209	23,607	12,016	0,785
478/2004/С/Ш		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180/5	12,600	13,000	9,200	204	0,213	35,556	20,000	5,026	27,951	109,806	41,551	1,700
686/2004/С/Ш		ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/7	0,200	0,100	13,900	57	0,000	1,120	0	0,010	2,860	1,340	0,730	0,080
		ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
		ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	0,02	-	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
		Итого:	19,449	20,339	81,167	588,000	0,306	56,018	20	8,541	64,76	188,413	119,367	3,645	
20/2015/Дельн	6 День	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ	60	0,382	6,049	1,037	60	0,016	3,822	-	2,695	9,282	16,500	7,644	0,273
243/2015/Дельн		СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	12,000	7,600	16,000	180	0,300	-	-	0,500	33,400	182,800	19,780	2,400
517/2004		РИС ОТВАРНОЙ	150	3,670	4,900	28,300	172	0,045	-	39,900	0,270	4,950	82,350	27,000	0,540
685/2004/С/Ш		ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,200	0,240	13,70	56	0,008	3,750	-	0,075	9,970	7,500	6,500	0,197
		ХЛЕБ БЕЛЫЙ 1 сорт	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
		ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	0,02	-	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
		Итого:	19,832	18,989	80,797	574	0,485	18,822	21	4,833	75,752	301,37	101,714	4,723	

Утверждаю:

Директор МБОУ «Училищская ООШ» /А. Г. Нуретдинов/



**Федеральная служба по надзору
в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)»)**

Орган инспекции

Юридический адрес: 420061, Республика Татарстан, г.Казань, ул. Сеченова, д.13а
Место осуществления деятельности: 420061, Республика Татарстан, г.Казань, ул. Сеченова, д.13а

Аттестат аккредитации RA.RU.710067 от 15.06.2015

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель органа инспекции,
заместитель главного врача

_____ А.Р. Сабирзянов

« _____ » _____ 20__ г.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

зарегистрировано в реестре «03» 08 2020 г. под № 41518

Во исполнение предписания № 02/40515 от 17.07.2020 г. Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) регистрационный входящий № 12340 от 17.07.2020 г. работа № 1, подработа № 1.2.3 государственного задания Мною, врачом отдела гигиены питания и гигиены детей и подростков ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)» Гавриловой Т.С. проведена санитарно-эпидемиологическая экспертиза (27.07.2020г.) примерного двухнедельного меню (12 дней) (горячие завтраки) для организации питания учащихся начальных классов в возрасте с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях Республики Татарстан

На основании представленных документов:

1. Предписание № 02/40515 от 17.07.2020 г. Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) о проведении санитарно-эпидемиологической экспертизы примерного двухнедельного меню (12 дней) (горячие завтраки) для организации питания учащихся начальных классов в возрасте с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях Республики Татарстан на соответствие Федеральному Закону от 30.03.1999 г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» (с изменениями и дополнениями), СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (с изменениями и дополнениями), Методическим рекомендациям Минздрава РФ и Российской академии медицинских наук «Ассортимент и условия реализации пищевых продуктов, предназначенных для дополнительного питания детей образовательных учреждений» (утв. Межведомственным научным советом по педиатрии и Межведомственным научным советом по гигиене и охране здоровья детей и подростков 2 июля 2002 г. протокол № 4), Методическим рекомендациям 2.4.5.0107-15 «Организация питания детей дошкольного и школьного возраста в организованных коллективах»;
2. Примерное двухнедельное меню (12 дней) (горячие завтраки) для организации питания учащихся начальных классов в возрасте с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях Республики Татарстан.

Перепечатка (копирование) части экспертного заключения без письменного разрешения органа инспекции не допускается!

В ходе проведения экспертизы представленных документов: примерное двухнедельное меню (12 дней) (горячие завтраки) для организации питания учащихся начальных классов в возрасте с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях Республики Татарстан установлено:

Примерное двухнедельное меню (горячие завтраки) (на 12 дней) (далее меню) составлено в соответствии с рекомендуемой формой, согласно приложению № 2 СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (с изменениями и дополнениями) (содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов (В₁, С, А, Е) и минеральных веществ (Са, Р, Mg, Fe) в каждом блюде, приведены ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий).

В меню предусмотрен однократный прием пищи (завтрак), что не противоречит п.6.14 СанПиН 2.4.5.2409-08 (с учетом п.2.1 статьи 2 Федерального закона от 1 марта 2020 г. № 47-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов» и статью 37 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» «Обучающиеся по образовательным программам начального общего образования в государственных и муниципальных образовательных организациях обеспечиваются учредителями таких организаций не менее одного раза в день бесплатным горячим питанием, предусматривающим наличие горячего блюда, не считая горячего напитка, за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета, бюджетов субъектов Российской Федерации, местных бюджетов и иных источников финансирования, предусмотренных законодательством Российской Федерации»).

Питание соответствует принципам щадящего питания.

В меню повторений одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или последующие 2-3 дня нет, что соответствует п. 6.13 СанПиН 2.4.5.2409-08.

Норма энергетической ценности для питания детей с 7 до 11 лет с учетом одного приема пищи (завтрак) составляет – 569,0-611,0 ккал (при норме 587,5 ккал, с отклонением от -3,14% до +4,0%) энергетической ценности от суточного рациона 2350 ккал - согласно приложению 4 таблицы 1 СанПиН 2.4.5.2409-08. Отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи не превышает допустимое отклонение $\pm 5\%$, что соответствует п. 6.14 СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (с изменениями и дополнениями).

В рационе питания соотношение:

-пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) составляет – на 1 неделе: 1 день - 1:0,9:4,2; 2 день - 1:0,9:4,0; 3 день - 1:1:4,0; 4 день - 1:1:4,3; 5 день - 1:1:4,3; 6 день - 1:0,9:4,1; на 2 неделе: 1 день - 1:1:4,3; 2 день - 1:1:4,3; 3 день - 1:1:4,1; 4 день - 1:1:4,1; 5 день - 1:1:4,1; 6 день - 1:0,9:4,0 (при оптимальном соотношении в суточном рационе 1:1:4 согласно п. 6.15 СанПиН 2.4.5.2409-08),
-кальция к фосфору – на 1 неделе: 1 день - 1:2,9; 2 день - 1:0,6; 3 день - 1:2,4; 4 день - 1:2,6; 5 день - 1:4,4; 6 день - 1:3,2; на 2 неделе: 1 день - 1:7,2; 2 день - 1:5,4; 3 день - 1:2,0; 4 день - 1:2,5; 5 день - 1:2,9; 6 день - 1:3,9 (при оптимальном соотношении в суточном рационе 1:1,5 согласно п. 6.15 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Завтрак согласно меню состоит из закуски (помидоры свежие, салат из белокочанной капусты, салат из свежих огурцов с маслом и т.п.), горячего блюда (котлеты (биточки, шницели) рубленые из говядины с кашей гречневой рассыпчатой с маслом, жаркое из птицы, гуляш из говядины с макаронами отварными и т.п.), горячего напитка (какао с молоком, кофейный напиток с молоком, чай с сахаром и т.п.), в отдельные дни дополнительно включены фрукты (яблоко, банан, груши, апельсины).

Рекомендуемая масса порций блюд в основном соблюдаются (согласно приложению № 3 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Перепечатка (копирование) части экспертного заключения без письменного разрешения органа инспекции не допускается!

Стр.2 из 3

Заключение:

На основании проведенной Федеральным бюджетным учреждением здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)» санитарно-эпидемиологической экспертизы установлено: примерное двухнедельное меню (12 дней) (горячие завтраки) для организации питания учащихся начальных классов в возрасте с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях Республики Татарстан (в рамках бесплатного горячего питания согласно п.2.1 статьи 2 Федерального закона от 1 марта 2020 г. № 47-ФЗ) **СООТВЕТСТВУЕТ:** СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (с изменениями и дополнениями).

Врач отдела гигиены питания
и гигиены детей и подростков
органа инспекции
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Республике Татарстан (Татарстан)»
сертификат: № 0138240396733
действителен до 31.08.2020 г.

_____ Т.С. Гаврилова

Лист согласования к документу № 03-03/8853 от 03.08.2020
Инициатор согласования: Гаврилова Т.С. Врач по общей гигиене отдела гигиены
питания и гигиены детей и подростков
Согласование инициировано: 03.08.2020 10:52

Лист согласования

Тип согласования: последовательное

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Мусин Р.А.		Согласовано 03.08.2020 - 13:39	-
2	Сабирзянов А.Р.		Подписано 03.08.2020 - 15:19	-