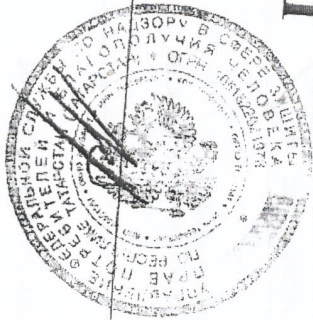


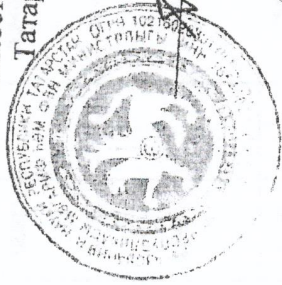
02.09.20

Согласовано  
Руководитель Управления Роспотребнадзора  
по Республике Татарстан



М.А.Патяшина

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



Р.Т.Бурганов

## Примерное двенадцатидневное меню (сезон – осенний)

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 УЧРЕЖДЕНИЯХ С 1-4 КЛАССЫ (СЕНТЯБРЬ, ОКТЯБРЬ)**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
<b>1-ая неделя</b>														
<b>1 день</b>														
№ 338 Сбор.рек. На прод.но для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120	0,480	0,480	8,820	58	0,036	12,000	-	0,240	19,200	13,200	10,800	2,640
№ 45 Сбор.рек. На прод.но для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста, морковь, сахар, м/раст)	60	0,931	3,051	5,645	54	0,018	21,603	-	1,391	25,537	18,260	9,920	0,344
ТТК	КОТЛЕТЫ "ПЮЖАРСКИЕ", п/ф	80	8,800	7,700	8,836	168	0,063	1,200	-	1,254	14,252	109,063	14,642	1,606
№ 508/3 сборник 2004	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧ. С МАСЛОМ	150/5	6,662	9,024	33,000	170	0,292	-	41,000	0,518	27,352	180,553	104,550	3,501
№ 377 Сбор.рек. На прод.но для обуч. Во всех образ.учреж. Дели 2015	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/15/7	0,084	0,012	9,870	62	0,003	-	-	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,380
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	<b>Итого:</b>		<b>20,237</b>	<b>20,707</b>	<b>89,931</b>	<b>625</b>	<b>0,449</b>	<b>34,803</b>		<b>3,855</b>	<b>96,351</b>	<b>354,856</b>	<b>147,952</b>	<b>8,88</b>

день

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)

№ 71 Сбор. р-ц. На прод-но для обуч. Во всех образ. учреж- Дели 2015	100	0,400	0,400	7,350	47	0,030	10,000	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	80	1,300	0,080	1,520	7	0,018	4,200	0,060	10,200	18,000	8,400	0,300
ЖАРКОЕ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	50/150	12,000	16,120	29,800	295	0,222	27,825	2,174	35,535	197,840	47,778	2,280
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,972	2,100	25,168	145	0,044	1,300	20,000	125,720	116,200	31,000	1,040
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	6,000	19,500	4,200	0,330
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	2,760	12,720	3,000	0,372
Итого:		20,552	18,740	80,248	562	0,331	33,325	48,5	180,215	84,26	94,378	4,302





5 День																			
№ 71	Сбор. рещ. На прод.-но для обуч. Во всех образ. учрежд. Дали 2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,660	0,120	2,280	14	0,036	15,000	-	0,420	8,400	15,800	12,000	0,540				
№ 258	Сбор. рещ. На прод.-но для обуч. Во всех образ. учрежд. Дали 2015	ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ	50/150	15,900	18,900	40,095	422	0,106	3,510	-	3,931	22,131	240,284	51,154	2,932				
№ 377	Сбор. рещ. На прод.-но для обуч. Во всех образ. учрежд. Дали 2015	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200/157	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,800	-	0,014	3,250	1,540	0,840	0,087				
		ХЛЕБ СЕЛЬСКИМ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	0,000	0,372				
		ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	0,000	0,330				
		Итого:		19,924	19,472	81,32	613	0,192	21,31	-	4,803	42,541	289,644	194	4,261				

№ 338		6 день												
Сбор. рец. на прод.-но для обуч. Во всех образ. учреж.- Дели 2015	120	0,480	0,480	8,820	56	0,036	12,000	0,240	19,200	13,200	10,800	2,640		
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)														
№ 23	60	0,627	3,710	2,168	48	0,034	14,250	1,983	7,980	14,892	11,400	0,513		
Сбор. рец. на прод.-но для обуч. Во всех образ. учреж.- Дели 2015														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (без лука)														
ИТК	190/5	11,940	13,375	27,340	279	0,168	2,629	34,043	1,354	47,058	212,108	29,119	2,536	
ПЕЛЬМЕНИ "ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ" ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ . п/ф														
№ 282	200	3,600	2,100	25,168	125	0,044	1,300	20,000	0,012	125,720	116,200	1,040		
Сбор. рец. на прод.-но для обуч. Во всех образ. учреж.- Дели 2015														
КАКАО С МОЛОКОМ														
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
Итого:		19,447	19,6	78,434	565	0,324	28,179	74,043	4,037	106,718	387,92	87,719	7,001	

МЕНЮ

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ С 1-4 КЛАССЫ (СЕНТЯБРЬ, ОКТЯБРЬ)

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Калор-ийност	Витамин В1, мг	Витами-н С, мг	Витами-н А, мг	Витами-н Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	
															2-ая неделя
	1 день														
№ 338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	120	0,480	0,400	7,350	47	0,030	10,000	-	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200	
№ 71 Сбор.ре-ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учре- ж-Дели 2015	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	80	0,880	0,160	3,040	19	0,036	15,000	-	0,420	8,400	15,800	12,000	0,540	
ТТК	КОТЛЕТЫ "АППЕТИТНЫЕ" МЯСО-КУРИНЫЕ . п/ф	80	7,800	9,980	5,122	115	0,057	1,604	12,880	1,261	15,062	117,121	15,147	1,594	
№ 202 Сбор.ре-ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учре- ж-Дели 2015	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВА- ННЫЕ с маслом	150/5	5,140	8,093	28,54	220	0,087	-	21,000	0,816	16,457	47,009	8,479	0,869	
№ 379 Сбор.ре-ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учре- ж-Дели 2015	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,300	1,510	29,060	125	0,115	1,300	20,250	0,750	170,600	130,000	34,000	1,060	
	ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	ХЛЕБ БЕЛЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	<b>Итого:</b>		<b>20,400</b>	<b>20,183</b>	<b>87,200</b>	<b>594</b>	<b>0,343</b>	<b>17,904</b>	<b>74,13</b>	<b>3,735</b>	<b>220,479</b>	<b>343,45</b>	<b>76,826</b>	<b>4,775</b>	



2 день		ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)											
№ 338	120	0,480	0,400	7,350	47	0,030	10,000	-	0,200	16,000	11,000	9,000	2,200
№ 71 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учре ж-Дели 2015	80	0,420	0,080	1,140	7	0,018	4,200	-	0,060	10,200	18,000	8,400	0,300
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) С МАСЛОМ													
ТТК	60/40	9,587	12,600	9,451	179	0,049	2,517	-	2,096	12,795	107,490	18,180	1,531
ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ ТОМАТНОМ, п/ф													
№ 312 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учре ж-Дели 2015	150	3,090	4,657	22,027	146	0,163	25,943	25,500	0,181	46,606	97,336	32,978	1,231
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ													
№ 383 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учре ж-Дели 2015	200	3,600	2,100	25,168	125	0,044	1,300	20,000	0,012	125,720	116,200	31,000	1,040
КАКАО С МОЛОКОМ													
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ													
	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
ХЛЕБ БЕЛЫЙ													
	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
<b>Итого:</b>													
		<b>19,977</b>	<b>19,877</b>	<b>81,546</b>	<b>572</b>	<b>0,321</b>	<b>33,96</b>	<b>45,5</b>	<b>2,787</b>	<b>204,081</b>	<b>371,246</b>	<b>97,758</b>	<b>4,804</b>







Б день													
№ 71 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учре ж-Дели 2015	80	0,880	0,160	3,040	19	0,036	15,000	-	0,420	8,400	15,600	12,000	0,540
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)													
№ 243 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учре ж-Дели 2015	100	7,400	9,450	0,800	108	0,030	-	-	0,500	25,000	139,001	15,000	1,800
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ													
№ 202 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учре ж-Дели 2015	150/5	5,140	8,068	28,540	220	0,087	-	21,000	0,816	16,457	47,009	8,479	0,868
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с МАСЛОМ													
№ 379 Сбор. рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ. учре ж-Дели 2015	200	3,300	1,510	29,060	152	0,115	1,300	20,250	0,750	170,600	130,000	34,000	1,060
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ													
	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
ХЛЕБ БЕЛЫЙ		20,000	19,628	85,200	614	0,315	1,3	41,25	2,924	229,217	363,83	41,200	4,971
								Итого:					

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 ВАС 017 от 15.06.2015



СДАЮ

врач

Е.П.Сизова

августа

2020 г.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

зарегистрировано в реестре « 20 » августа 2020 г. под № 42011 СДЖ -

по заявлению генерального директора АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани» Мухамедшиной Р.Ж.

юридический адрес: 420054, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Тульская, д. 56 (ИНН 1659183598)

регистрационный входящий № 13860 от 12.08.2020г. (договор № 1814/ОГП от 19.08.2020 г.)

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 (19.08.2020г.) примерного двухнедельного меню (12 дней, сезон - осенний) для организации питания (горячие завтраки) учащихся начальных классов в возрасте с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях Республики Татарстан

На основании представленных документов:

1. Примерное двухнедельное меню (12 дней, сезон - осенний) для организации питания (горячие завтраки) учащихся начальных классов в возрасте с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях Республики Татарстан;
2. Технологические карты.

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

Примерное двухнедельное меню (горячие завтраки) (на 12 дней, сезон - осенний) (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 (В<sub>1</sub>, 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 пицци (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 – 562-617 ккал (при норме 587,5 ккал, с отклонением от -4,3% до +5,0%) 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 - 1:1:4,3; 2 день - 1:0,9:3,9; 3 день - 1:1:4,5; 4 день - 1:0,9:4; 5 день - 1:0,9:4; 6 день - 1:1:4,3; на 2 неделе: 1 день - 1:0,9:4,2; 2 день - 1:0,9:4; 3 день - 1:1:4,3; 4 день - 1:0,2:1; 5 день - 1:1:4,1; 6 день - 1:0,9:4,2 (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 - 1:3,7; 2 день - 1:2,0; 3 день - 1:4,9; 4 день - 1:1,2; 5 день - 1:6,8; 6 день - 1:1,8; на 2 неделе: 1 день - 1:1,5; 2 день - 1:1,8; 3 день - 1:4,0; 4 день - 1:2,1; 5 день - 1:1,9; 6 день - 1:1,5 (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 (салат из белокочанной капусты, салат из свежих огурцов с маслом, овощи натуральные свежие (огурцы) и т.п.), горячего блюда (котлеты «Пожарские» с кашей гречневой рассыпчатой с маслом, плов с говядиной, гуляш из говядины с макаронными изделиями отварными и т.п.), горячего напитка (чай черный с сахаром с курагой, чай черный с сахаром, лимоном, какао с молоком, кофейный напиток с молоком и т.п.).

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

#### 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, сезон - осенний) для организации питания (горячие завтраки) 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