

Согласовано  
Руководитель Управления Роспотребнадзора  
по Республике Татарстан



М.А.Патяшина

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



Р.Т.Бурганов

## Примерное десятидневное 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**

М Е Н Ю

Примерное двухнедельное циклическое меню для обучающихся от 7 лет до 11 лет

1 неделя

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>														
<b>Завтрак (младшие)</b>														
№ 97/2004	Сыр (порционно)	30	3,95	4,99		110	0,15	0,15	0	0,3	6,8	4,8	0,9	0,45
табл 4/302/2004	Каша манная молочная с маслом	150/10	9,9	9,80	41,8	294	0,1			1,65	28,5	105	43,5	1,2
№ 692/2004	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	3,8	31	103	0,01	0,26	9	0,1	53,3	39,2	6,1	0,1
	Батон высший сорт	25	1,5	0,58	10,28	53	0,02			0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
			<b>19,25</b>	<b>19,17</b>	<b>83,08</b>	<b>560</b>								
<b>Обед (младшие)</b>														
№ 111/2004	Борщ Сибирский со сметаной, с мясом	200/10/11	7,88	6,99	13,06	119	0,03	9,6	1,3	0,8	50,3	170,9	23,5	1
№ 492/2004	Плов из филе грудок индейки (круп. полба)	50/150	13,9	19,8	53	372	0,03	0,74			9,7	73,3	27,9	0,7
табл 24/1996	Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	0,66	0,12	2,28	14	0,01	4,67		1,2	25	14	7,6	0,31
№ 639/2004	Компот из урюка	200	1,2		32,6	196	0,02	0,8		1,1	32,6	29,2	21	1,2
	Хлеб сельский/ белый	20/20	2,9	0,8	17	90	0,04			0,4	9,4	42	12	1,04
			<b>26,54</b>	<b>27,71</b>	<b>117,9</b>	<b>791</b>								
			<b>Итого:</b>	<b>45,79</b>	<b>46,88</b>	<b>201,02</b>	<b>1351</b>							
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>														
Таб.628/2004	Фрукты (груши)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2
Акт комбинат	Котлеты "Пожарские" (п/ф)	80	7,2	8,7	7,2	140	0,03	0,03	1,3	1,6	17,4	70,1	13,8	0,72
№ 508/2004	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	5,70	8,6	21	189	0,1	0,11	51,6	0,4	89,2	155	77,7	2,49
табл 24/1996	Помидоры свежие (доп. гарнир)	60	0,66	0,12	2,28	14	0,01	4,67		1,2	25	14	7,6	0,31
№ 639/2004	Чай с курагой	200	1,2		19,3	56	0,02	0,8		1,1	32,6	29,2	21	1,2
	Хлеб сельский/ белый	30/30	4,3	1,3	25,4	136	0,06			0,6	14,1	63	18	1,56
			<b>Итого:</b>	<b>19,46</b>	<b>19,12</b>	<b>84,98</b>	<b>582</b>							









## 2 неделя

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>														
<b>Завтрак (младшие)</b>														
№ 97/2004	Сыр (порционно)	15	3,95	4,99		55	0,15	0,15		0,3	6,8	4,8	0,9	0,45
Акт 2018 г	Блинчики (п/ф) со сгущенным молоком	3шт/135/15	12,8	13,9	53,8	369	0,09			1,7	7	63	25	1,4
686/2004	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,1	13,9	55		1,12			2,9	1,3	0,7	0,08
	Батон высший сорт	30	2,25	0,87	15,42	79	0,02			0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
			<b>19,2</b>	<b>19,86</b>	<b>83,12</b>	<b>558</b>								
<b>Обед (младшие)</b>														
табл 24/1996	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60	0,42	0,06	1,14	7	0,01	4,67		1,2	25,5	14,4	7,6	0,31
№ 111/2004	Борщ со св.капустой,картофелем, с п/ф птица со сметаной	200/11/10	2	7,02	11	149	0,03	9,6	1,3	0,8	50,3	170,9	23,5	1
ТТК 2019г	Котлеты "Школьные" (п/ф)	80	13,9	11,3	8,9	196	0,03	0,03	1,3	1,6	17,4	70,1	13,8	0,72
№ 508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,00	7,8	38	180	0,1	0,11	51,6	0,4	89,2	155	77,7	2,49
№ 638/2004	Компот из урюка	200	1,2		32,6	196	0,02	0,8		1,1	32,6	29,2	21	1,2
	Хлеб сельский/ белый	30/30	4,3	1,3	25,4	136	0,06			0,6	14,1	63	18	1,56
			<b>26,82</b>	<b>27,48</b>	<b>117</b>	<b>864</b>								
			<b>Итого:</b>	<b>46,02</b>	<b>47,34</b>	<b>200,2</b>	<b>1422</b>							
<b>Горячий завтрак (младшие)</b>														
табл 24/1996	Огурцы свежие (доп. гарнир)с маслом растительным	60	0,42	0,06	1,14	17	0,01	4,67		1,2	25,5	14,4	7,6	0,31
433/2004	Мясо тушёное в соусе	60/30	9,9	9,9	4,8	172	0,03	0,33		0,4	7,6	128,9	17,5	1,91
№ 508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,00	7,8	38	180	0,1	0,11	51,6	0,4	89,2	155	77,7	2,49
№ 685/2004	Чай с яблоками	200/10	0,2		13,7	53					0,4			0,4
	Хлеб сельский/ белый	30/30	4,3	1,3	25,4	136	0,06			0,6	14,1	63	18	1,56
			<b>19,82</b>	<b>19,06</b>	<b>83,04</b>	<b>558</b>								
			<b>Итого:</b>	<b>19,82</b>	<b>19,06</b>	<b>83,04</b>	<b>558</b>							





	<b>СРЕДА</b>																	
	<b>Завтрак (младшие)</b>																	
Таб.628/2004	Фрукты (груши)				170	0,68	0,68	16,66	80	0,1	12		0,6	19	13	11	3,6	
№ 99/2004	Колбаса п/копч. (порционно)				25	3,24	6,10		102	0,14	4,8			13		19	1,1	
т4/302/2004	Каша пшеничная молочная				150	8,28	12,49	39,96	250	0,11	0,15	52,8	0,2	94,1	121	32,1	0,86	
№ 692/2004	Кофейный напиток с молоком				200	3,90	3,80	31	103	0,01	0,26	9	0,1	53,3	39,2	6,1	0,1	
	Батон высший сорт				30	2,25	0,87	15,42	79	0,02			0,2	4,7	21,1	6,3	0,52	
						<b>19,1</b>	<b>20,1</b>	<b>84,2</b>	<b>614</b>									
	<b>Обед (младшие)</b>																	
Акт 2017 г	Салат из белокочанной капусты со сладким перце				70	0,78	2,4	6,84	50	0,01	4,67		1,2	25,5	14,4	7,6	0,31	
№ 140/2004	Суп картофельный				200	2,32	2	16,8	96	0,1	9,6		0,6	28	164	30	1	
ТТК 2018 г	Тефтели мясные (п/ф) в томатном соусе				80/50	14,8	14,2	10,1	298	0,01	0,32	2,7		6,1	73,3	15,1	0,61	
№332/516/2004	Фарфале				150	6,9	4,6	23,1	150	0,05	0,03	90,4	0,9	127	103,5	12,2	0,69	
Акт 2016г	Напиток из замороженной клюквы				200	0,2		24,8	102	0,04	0,6		0,4	17	16,6	20,4	0,6	
	Хлеб сельский/ белый				20/20	2,9	0,8	17	90	0,04			0,4	9,4	42	12	1,04	
						<b>26,9</b>	<b>26,9</b>	<b>116,2</b>	<b>786</b>									
							<b>Итого:</b>											
						<b>47,00</b>	<b>46,90</b>	<b>200,0</b>	<b>1400</b>									
	<b>Горячий завтрак (младшие)</b>																	
Таб.628/2004	Фрукты (груши)				100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		0,2	16	11	9	2,2	
43/2004	Салат из белокочанной капусты				60	1,33	3,9	3	42	0,01	4,67		1,2	25,5	14,4	7,6	0,31	
Акт 2018 г	Котлеты рубленые по - домашнему (п/ф)				80	11,6	9,6	18	151	0,06	0,64	32	1,4	46,4	86,4	24	1,44	
38/2003Пермь	Рис "Мозаика"с овощами				150	2,7	5	21,7	198	0,04	1,6	950	1,6	20	54	28	0,6	
№ 685/2004	Чай зеленый с сахаром				200/15	0,2		13,7	53					0,4			0,4	
	Хлеб сельский/ белый				20/20	2,9	0,8	17	90	0,04			0,4	9,4	42	12	1,04	
							<b>Итого:</b>											
						<b>19,13</b>	<b>19,7</b>	<b>83,2</b>	<b>581</b>									





**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 «18» 05 2024 г. под № 39864

Во исполнение предписания № 02/33330 от 06.05.2020 г. Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) регистрационный входящий № 7822 от 06.05.2020 г. работа № 1, подработа № 1.2.3 государственного задания Миноб, 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 (12.05.2020г.) примерного двухнедельного меню (10 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 № 02/33330 от 06.05.2020 г. Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) о проведении санитарно-эпидемиологической экспертизы примерного двухнедельного меню (горячие завтраки) для организации питания детей 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 (горячие завтраки) для организации питания детей 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!

Стр.1 из 3

**В ходе проведения экспертизы представленных документов:** примерное двухнедельное меню (горячие завтраки) для организации питания учащихся г. Казани в возрасте с 7 до 11 лет установлено:

Примерное двухнедельное меню (горячие завтраки) (на 10 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» (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 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 – 558,0-616,0 ккал (при норме 587,5 ккал, с отклонением от -5,0% до +4,8%) 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 отклонения  $\pm 5\%$ , 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».

В рационе питания соотношение:

-пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) составляет: на 1 день - 1:0,9:4,3; 2 день - 1:0,9:4,1; 3 день - 1:0,9:4,2; 4 день - 1:1:4,2; 5 день - 1:1:4,3; 6 день - 1:0,9:4,1; 7 день - 1:1:4,3; 8 день - 1:1:4,3; 9 день - 1:1:4,2; 10 день - 1:0,9:4,3 (при оптимальном соотношении в суточном рационе 1:1:4 согласно п. 6.15 СанПиН 2.4.5.2409-08),

-кальция к фосфору: 1 день - 1:1,7; 2 день - 1:2,6; 3 день - 1:2,7; 4 день - 1:3,9; 5 день - 1:2,8; 6 день - 1:2,6; 7 день - 1:2,1; 8 день - 1:1,7; 9 день - 1:2,5; 10 день - 1:1,4 (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, горячего блюда (котлеты «Пожарские» с кашей гречневой рассыпчатой, голень запеченная с рисом «Мозайка» с овощами, гуляш из говядины с макаронными изделиями отварными и т.п.), горячего напитка (чай с курагой, чай зеленый с сахаром, чай с яблоком 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).

Заключение:

На основании проведенной Федеральным бюджетным учреждением здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)» санитарно-эпидемиологической экспертизы установлено: примерное двухдневное меню (10 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».

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 № 03-04/5840 от 18.05.2020  
Инициатор согласования: Гаврилова Т.С. Врач по общей гигиене отдела гигиены  
питания и гигиены детей и подростков  
Согласование инициировано: 18.05.2020 12:41

**Лист согласования**

**Тип согласования: последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Мусин Р.А.		Согласовано 18.05.2020 - 12:44	-
2	Сабирзянов А.Р.		Подписано 18.05.2020 - 13:33	-