

Территориальный отдел **Управления**  
Роспотребнадзора  
по Нижегородской области в Кстовском,  
Большемурашкинском,  
Бутурлинском, Дальнеконстантиновском,  
Перевозском районах  
№ \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2020 г.

Директорам  
образовательных учреждений

**О согласовании питания**

1. **Горячее питание:** 12 дневное меню горячего питания завтраков учащихся 5-9 классов в Тепелевском филиале МБОУ Дальнеконстантиновская СШ, Румянцевском филиале МБОУ Дубравская СШ, МБОУ Помринская ОШ, Лазазейском филиале МБОУ Помринская ОШ Дальнеконстантиновского района с длительностью пребывания детей – в течение учебного времени  
организатор питания - МБОУ Дальнеконстантиновская СШ, МБОУ Дубравская СШ, МБОУ Помринская ОШ

разработано на основании сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Москва 2004 г.

для возрастных групп 11-17 лет  
с учетом выполнения норм питания – рекомендуемых норм питания  
обеспечивает биологическую ценность питания

	белки (г)	жиры (г)	углеводы (г)	энерг. ценность (ккал)	Б:Ж:У
Обед	28,75	26,41	113,22	811,1	1:0,9:3,9

использование витаминизированных, обогащенных микронутриентами продуктов .....  
йодированной соли - имеется

учитывает имеющиеся условия пищеблока – да.  
перечень работающего оборудования пищеблока... все в рабочем состоянии  
не содержит запрещенных блюд и продуктов, одноименных блюд, гарниров за 2 дня

**Питание рациональное, сбалансированное, отвечает принципам здорового питания.**

2. **Дополнительное питание** учащихся (реализация буфетной продукции) не организовано  
Ассортимент соответствует рекомендуемому.....

3. **Питьевой режим:** учащиеся 1-4 классов учащиеся 5-11 классов

**Питьевые фонтанчики** .....

**Бутилированная вода** .....

место организации: кабинеты, пищеблок .....

виды посуды .....

**Кипяченая вода** .....да.....

место организации: пищеблок .....да.....

виды посуды .....стеклянные и одноразовые стаканы.....

**СООТВЕТСТВУЮТ** СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

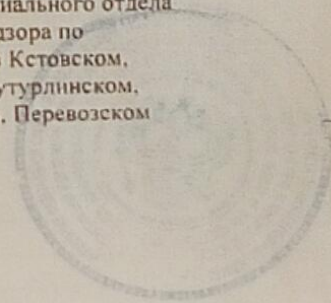
Согласованы на срок до 31.05. 2021 г.

Приложения:

- 12- дневное меню горячего питания.
- Ассортимент пищевых продуктов для дополнительного питания (буфетной продукции) - нет

Зам. начальника территориального отдела  
Управления Роспотребнадзора по  
Нижегородской области в Кстовском,  
Большемурашкинском, Бутурлинском,  
Дальнеконстантиновском, Перевозском  
районах

Исп. С.Б.Жданова



*Сухомин*



**СООТВЕТСТВУЕТ**  
государственным санитарно-эпидемиологическим  
правилам и нормативам

Заместитель главного государственного санитарного  
врача по Костромскому, Бологовскому, Галичскому,  
Бутурлинскому, Дзержинскому, Макарьевскому,  
Первомайскому районам

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 200\_\_ г.

М.В. Чиканина

*Сухомин* А.А. Марунин

Утверждаю.

МБОУ \_\_\_\_\_ Директор *Зубарева* СШ

*Иванов* \_\_\_\_\_ *Иванов* \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020 г.

**12 дневное цикличное меню завтраков для обучающихся 5-9 классов**

Дни, прием пищи	Название блюд	выход, г	Химический состав				Примечание
			Ккал	Б	Ж	У	
1 день	Салат из свеклы	80	105,2	1,2	8,1	9,5	уч-к Кулинария 1991 стр.189
	Гуляш из говядины	50/50	132	13,9	6,5	4	Рец.437-04 г.
	Греча рассыпчатая	150/5	303	8,4	10,8	41,3	т.4с.246,247-04
	Чай + вит.С	200	58	0,2		15	рец.684,685-04
	Хлеб ржаной	40	75,2	2,3	0,4	17,3	
	Хлеб пшеничный	40	105,6	2,9	1,2	20,5	
	Фрукты свежие	100	40	0,4		11,5	
2 день	Огурец свежий (соленый)	100	15	0,6		1,2	
	Рыба, припущенная в молоке	100	146	14,2	8,2	3,4	рец.373-04г.
	Пюре картофельное	150/10	163,5	3,2	6,8	22	рец.520-04г
	Сок натуральный	200	88	1		21	рец.707-04г.
	Хлеб ржаной	40	75,2	2,3	0,4	17,3	
	Хлеб пшеничный	40	105,6	2,9	1,2	20,5	
	Хлеб пшеничный	250/10	143,8	8,8	7,2	10,3	рец.124-04г.
3 день	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/10	143,8	8,8	7,2	10,3	рец.124-04г.
	Икра кабачковая (консервы)	80	97,6	1,6	1,8	7,95	рец.101-04г.
	Котлета из говядины	80	208,8	12,8	11,5	12,8	Рец.451-04г.
	Макаронные изделия отварные	150	220,5	5,3	6,2	35,3	Рец. 516-04 г.
	Кофейный напиток	200	152	1,4	1,3	22,2	рец.692-04г.
	Хлеб ржаной	40	75,2	2,3	0,4	17,3	
	Хлеб пшеничный	40	105,6	2,9	1,2	20,5	
4 день	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/25	488	34,2	24,4	31	рец.366-04г.
	Какао с молоком	200	190	4,9	5	32,5	рец.693-04г.
	Йогурт	100	95	3,1	6	12,6	
	Сыр	20	80	5,1	5,1	6,5	97-04г
	Хлеб пшеничный	50	132	3,7	1,5	25,7	
5 день	Салат из свеклы	80	105,2	1,2	8,1	9,5	уч-к Кулинария 1991 стр.189
	Жаркое по-домашнему	250	313,3	22,3	12,3	25,5	рец.436-04г
	Компот из сухофруктов + вит.С	200	124	0,6		31,4	рец.639-04г.
	Хлеб ржаной	40	75,2	2,3	0,4	17,3	
	Хлеб пшеничный	40	105,6	2,9	1,2	20,5	
	Фрукты свежие	100	40	0,4		11,5	
6 день	Огурец свежий (соленый)	100	15	0,6		1,2	



	Плов по-узбекски	200	418	14,4	19	45,4	443-04г
	Компот из свежих яблок + вит.С	200	124	0,6		31,4	639-04г
	Хлеб ржаной	40	75,2	2,3	0,4	17,3	
	Хлеб пшеничный	40	105,6	2,9	1,2	20,5	
7 день	Каша пшенично-рисовая вязкая с маслом сливочным	200/10	225	5,4	8,8	31,2	табл.4 246, 247-04г
	Сыр	20	80	5,1	5,1	6,5	97-04г
	Масло сливочное	10	77	0,1	8,4	0,06	Рец.1-04 г.
	Кофейный напиток	200	152	1,4	1,3	22,2	рец.692-04г.
	Хлеб пшеничный	50	132	3,7	1,5	25,7	
	Йогурт	100	95	3,1	6	12,6	
8 день	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/25	131	6	5,3	14,8	рец.142,179-04г.
	Запеканка картофельная с мясом	200	386,6	19,5	19,2	32,2	рец.478-04г
	Кисель из концентрата + вит.С	200	162			42,2	рец.648-04г.
	Хлеб ржаной	40	75,2	2,3	0,4	17,3	
	Хлеб пшеничный	40	105,6	2,9	1,2	20,5	
	Фрукты свежие	100	40	0,4		11,5	
9 день	Суп из овощей с мясом	250	145	10	5,8	12,4	рец.135-04г.
	Огурец свежий (соленый)	100	15	0,6		1,2	
	Котлета рыбная	80	156,8	10	6,9	11,9	рец.388-04г.
	Макаронные изделия отварные	150	220,5	5,3	6,2	35,3	Рец. 516-04 г.
	Сок натуральный	200	88	1		21	рец.707-04г.
	Хлеб ржаной	40	75,2	2,3	0,4	17,3	
	Хлеб пшеничный	40	105,6	2,9	1,2	20,5	
10 день	Салат из квашеной капусты	80	67,2	1,04	4	6,4	45-04 г.
	Сосиска молочная отварная	80	212,8	8,96	19,2	1,28	413-04г
	Рис отварной	150/5	228	3,8	6,2	38,55	рец.511-04г
	Чай + вит.С	200	58	0,2		15	рец.684,685-04
	Хлеб ржаной	40	75,2	2,3	0,4	17,3	
	Хлеб пшеничный	40	105,6	2,9	1,2	20,5	
	Йогурт	100	95	3,1	6	12,6	
11 день	Блины со сгущенным молоком	150/20	372	8	15,2	49,5	рец.726-04г.
	Омлет натуральный	55	99,5	5	8,4	1	рец.340-04г.
	Зеленый горошек отварной	50	20	1,6	0,1	3,6	
	Какао с молоком	200	190	4,9	5	32,5	рец.693-04г.
	Хлеб пшеничный	50	132	3,7	1,5	25,7	
	Фрукты свежие	100	40	0,4		11,5	
12 день	Каша пшенично-рисовая вязкая с маслом сливочным	200/10	225	5,4	8,8	31,2	табл.4 246, 247-04г
	Сыр	20	80	5,1	5,1	6,5	97-04г
	Масло сливочное	10	77	0,1	8,4	0,06	Рец.1-04 г.
	Кофейный напиток	200	152	1,4	1,3	22,2	рец.692-04г.
	Хлеб пшеничный	50	132	3,7	1,5	25,7	
	Йогурт	100	95	3,1	6	12,6	
							Б:Ж:У
Всего			<b>811,1</b>	<b>28,75</b>	<b>26,41</b>	<b>113,22</b>	<b>1:0,9:3,9</b>

Все 1 и 2 блюда готовятся с использованием йодированной соли.  
Третьи блюда витаминизируются аскорбиновой кислотой (витамином С).



Рацион 5-9 классы меню

	калорийность	белки	жиры	углеводы
1 день	819	29,3	27	119,1
2 день	593,3	24,2	16,6	85,4
3 день	1003,5	35,1	29,6	126,35
4 день	985	51	42	108,3
5 день	763,3	29,7	22	115,7
6 день	737,8	20,8	20,6	115,8
7 день	761	18,8	31,1	98,26
8 день	749,4	30,5	20,1	109,6
9 день	900,4	31,1	26,1	138,5
10 день	806,1	32,1	20,5	119,6
11 день	853,5	23,6	30,2	123,8
12 день	761	18,8	31,1	98,26
за 12 дней	9733,3	345	316,9	1358,67
средняя	<b>811,1</b>	<b>28,75</b>	<b>26,41</b>	<b>113,22</b>
Б;Ж;У;Ккал	<b>1;0,9;3,9</b>			



12-дн

без курицы		Выполнение норм					
5-9 кл	Норма в сутки, г.,мл.		25% от нормы		фактически		
Наименование продуктов	брутто	нетто	брутто		брутто	% вып.	% от сут.н.
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	80	80	20		26,7	133,5	33,375
Хлеб пшеничный	150	150	37,5		45,4	121,1	30,2667
Мука пшеничная	15	15	3,75		6,5	173,3	43,3333
Крупы, бобовые	45	45	11,25		19	168,9	42,2222
Макаронные изделия	15	15	3,75		8,8	234,7	58,6667
Картофель	250	188	62,5		69,25	110,8	42
Овощи свежие, зелень	350	280**	87,5		76,3	87,2	21,8
Фрукты (плоды) свежие	200	185**	50		28,8	57,6	14,4
Фрукты (плоды) сухие	15	15	3,75		2	53,33	13,3333
Соки	200	200	50		33,3	66,6	16,65
Мясо жилованное	95	70	23,75		46,12	90,4	40
Цыплята I категории	51	35	12,75		0	0	0
Рыба-филе	60	58	15		16,7	111,3	27,8333
Колбасные изделия	15	14,7	3,75		4,25	113,3	28,3333
Молоко (м. дж 2,5%, 3,2%)	300	300	75		107,3	143,1	35,7667
Кисломолочные продукты (м. дж 2,5%, 2%)	150	150	37,5		33,3	88,8	22,2
Творог (м. дж. не более 9 %)	50	50	12,5		15,8	126,4	31,6
Сыр	10	9,8	2,5		5	200	50
Сметана (м. дж. не более 15 %)	10	10	2,5		1,5	60	15
Масло сливочное	30	30	7,5		10,7	142,7	35,6667
Масло растительное	15	15	3,75		5,2	138,7	34,6667
Яйцо диетическое	1 шт.	40	0,25		0,11	84	21
Сахар***	40	40	10		17,4	174	43,5
Кондитерские изд	10	10	2,5		0	0	0
Чай	0,4	0,4	0,1		0,17	170	42,5
Какао	1,2	1,2	0,3		0,6	200	50
Дрожжи хлебопек	1	1	0,25		0,25	100	25
Соль	5	5	1,25		2,1	168	42
<b>выполнение БЦР</b>			0				
белки	77		19,25		<b>28,75</b>	149,4	<b>37,3377</b>
жиры	79		19,75		<b>26,41</b>	133,7	<b>33,4304</b>
углеводы	335		83,75		<b>113,22</b>	135,2	<b>33,797</b>
ккал	2350		587,5		<b>811,1</b>	138,1	<b>34,5149</b>
Б:Ж:У	1:1,4:3,5				1:0,9:3,9		



