

Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	меню для яслей сезон осень-зима 2025 года(62802)
2	Информация о возрастной группе детей	от 1 до 3 лет
3	Информация о характеристике питающихся	Без особенностей
4	Тип организации, для которого разработано меню	Уровень 1 - Организация дошкольного образования
5	Режим питания	Завтрак, второй завтрак, обед, полдник
6	Технологические карты на заявленные в меню блюда с указанием сборника рецептов предназначенных для питания детей	Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г.», «сборник Е.В.Ушаковой»,
7	Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах	Использование полуфабрикатов в меню не планируется
8	Информация о наличии в организации детей с сахарным диабетом, целиакией, пищевой аллергией, фенилкетонурией, муковисцидозом	

Информация об энергетической, пищевой и витаминно-минеральной ценности меню

Меню Завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	365	350	104%	23 %
Калорийность, ккал.	296.3	265.4-322	88%	18%
Количество белков (г)	10.13	8.4	121%	24%
Количество жиров (г)	9.69	9.4	103%	21%
Количество углеводов (г)	42.12	40.6	104%	21%
Витамин С, мг	9.87	9	110%	22%
Витамин В1, мг	0.17	0.16	106%	21%
Витамин В2, мг	0.24	0.18	133%	27%
Витамин А, мкг рэ	56.05	90	62%	12%
Кальций, мг	246.32	160	154%	31%
Магний, мг	64.45	16	403%	81%
Железо, мг	3.01	2	151%	30%
Калий, мг	359.8	80	450%	90%
Йод, мкг	37.07	14	265%	53%
Селен, мкг	8.33	3	278%	56%

Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Второй завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	150	100	150%	9 %
Калорийность, ккал.	76.4	66.4-91	91%	5%
Количество белков (г)	2.65	2.1	126%	6%
Количество жиров (г)	1.78	2.35	76%	4%
Количество углеводов (г)	12.43	10.15	122%	6%
Витамин С, мг	5.12	2.25	228%	11%
Витамин В1, мг	0.04	0.04	100%	5%
Витамин В2, мг	0.11	0.05	220%	12%
Витамин А, мкг рэ	98.94	22.5	440%	22%
Кальций, мг	93.37	40	233%	12%
Магний, мг	16.64	4	416%	21%
Железо, мг	1.17	0.5	234%	12%
Калий, мг	261.71	20	1309%	65%
Йод, мкг	6.61	3.5	189%	9%
Селен, мкг	1.4	0.75	187%	9%

Меню Обед

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Обед (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	535.5	450	119%	33 %
Калорийность, ккал.	514.8	464.5-617.4	87%	31%
Количество белков (г)	24.72	14.7	168%	59%
Количество жиров (г)	13.44	16.45	82%	29%
Количество углеводов (г)	73.77	71.05	104%	36%
Витамин С, мг	15.82	15.75	100%	35%
Витамин В1, мг	0.32	0.28	114%	40%
Витамин В2, мг	0.21	0.32	66%	23%
Витамин А, мкг рэ	283.27	157.5	180%	63%
Кальций, мг	203.24	280	73%	25%
Магний, мг	110.6	28	395%	138%
Железо, мг	5.21	3.5	149%	52%
Калий, мг	781.66	140	558%	195%
Йод, мкг	59.54	24.5	243%	85%
Селен, мкг	17.22	5.25	328%	115%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Полдник (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	211	200	106%	13 %
Калорийность, ккал.	218.2	199.1-273	86%	13%
Количество белков (г)	7.9	6.3	125%	19%
Количество жиров (г)	6.75	7.05	96%	14%
Количество углеводов (г)	31.47	30.45	103%	16%
Витамин С, мг	9.54	6.75	141%	21%
Витамин В1, мг	0.11	0.12	92%	14%
Витамин В2, мг	0.18	0.14	129%	20%
Витамин А, мкг рэ	101.05	67.5	150%	22%
Кальций, мг	137.84	120	115%	17%
Магний, мг	24.85	12	207%	31%
Железо, мг	0.9	1.5	60%	9%
Калий, мг	238.97	60	398%	60%
Йод, мкг	9.38	10.5	89%	13%
Селен, мкг	6.05	2.25	269%	40%

Информация о содержании соли и сахара в меню

Меню Завтрак

Показатели	Фактические значения (г)		Рекомендуемые значения (г)	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
	Добавленные при приготовлении блюд и напитков	Содержащиеся в продукции промышленного выпуска		
Соль	0.6	0	0.8	75%
Сахар	7.1	0.9	10	71%

Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения (г)		Рекомендуемые значения (г)	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
	Добавленные при приготовлении блюд и напитков	Содержащиеся в продукции промышленного выпуска		
Соль	0	0	0	0%
Сахар	0.5	0	0	50%

Меню Обед

Показатели	Фактические значения (г)		Рекомендуемые значения (г)	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
	Добавленные при приготовлении блюд и напитков	Содержащиеся в продукции промышленного выпуска		
Соль	0.8	0	1	80%
Сахар	4.9	0	5	98%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения (г)		Рекомендуемые значения (г)	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
	Добавленные при приготовлении блюд и напитков	Содержащиеся в продукции промышленного выпуска		
Соль	0.1	0	0.3	33%
Сахар	2.9	0	7	41%

В сумме за все приемы пищи

Показатели	Фактические значения (г)		Рекомендуемые значения (г)	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
	Добавленные при приготовлении блюд и напитков	Содержащиеся в продукции промышленного выпуска		
Соль	1.5	0	2.1	71%
Сахар	15.4	0.9	22	70%

Фрагмент заключительной части экспертного заключения

Рассмотренное меню соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 по следующим пунктам:

- Меню безопасное** (запрещенных к употреблению в организованных детских коллективах блюд и продуктов - нет)
- Меню разнообразное** (повторов блюд в течение дня и двух смежных дней нет);
- Калорийность меню **не ниже регламентированных значений** по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей)Второй завтрак - 10 дня(ей)Обед - 10 дня(ей)Полдник - 10 дня(ей)Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 13.7%, 29.5%, и 56.9% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в второй завтрак 13.9%, 21%, и 65.1% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 19.2%, 23.5%, и 57.3% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 14.5%, 27.8%, и 57.7% соответственно.
- Потребность в витаминах и минеральных веществах **соответствует** регламентированным показателям:

Витамин С, мг Витамин В1, мг Витамин В2, мг Витамин А, мкг рэ Кальций, мг Магний, мг Железо, мг Йод, мкг Селен, мкг Калий, мг .

5. **В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.**
6. **В меню отсутствуют колбасные изделия,бутерброды, консервированные томаты, консервированные огурцы.**
7. **В меню присутствуют кондитерские изделия, рекомендуем исключить их из меню.**

Рассмотренное меню отвечает принципам здорового питания и требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и может быть предложено к утверждению и реализации.

Экспертное заключение сформировано в ПС "Мониторинг питания и здоровья", разработанном ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора. Выдано для "МКУ ЦСДОУ Беляевского района" 25.06.25.