

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Матвеевский детский сад «Березка»
А.В. Туктамышева
«04» *апреля* 2025г.



Примерное 10-дневное меню на весеннее – летний период для МБДОУ «Матвеевский детский сад «Березка»

Организация: МБДОУ "Матвеевский детский сад "Березка"

Название меню: ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ВЕСЕННИЙ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД ДЛЯ МБДОУ "МАТВЕЕВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД" БЕРЕЗКА" (2025)

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

Срок действия меню: 01.03.2025 - 01.09.2025

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
Понедельник, 1 неделя						
Завтрак						
54-19з	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33
54-21к	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5
54-21гн	Какао с молоком	180	3,1	2,3	9,9	72,9
Пром.	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,2	82
	Итого за Завтрак	420	11,1	11,6	55,9	372,4
Второй завтрак						
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого за Второй завтрак	100	1,5	0,5	21	94,5
Обед						
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,5
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями (вариант 2)	200	4,8	2,2	15,5	100,9
54-10м	Капуста тушеная с мясом	200	22	22	13,3	339,4
54-2хн	Компот из кураги	180	0,9	0	14,1	60,2
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	750	36,4	28,3	94,1	776,7
Полдник						
Пром.	Пряник	60	3,5	2,8	45	219,5
Пром.	Молоко 3.2%	200	5,8	5	9,6	106,6
	Итого за Полдник	260	9,3	7,8	54,6	326,1
	Итого за день	1530	58,3	48,2	225,6	1569,7

Зав. МБДОУ
Матвеевский д/с "Березка" Жуков



Вторник, 1 неделя

Завтрак						
54-19з	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	25,3	174,2
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,2	9,8	70,7
Пром.	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,2	82
Итого за Завтрак		430	13,2	14,8	52,4	395,7
Второй завтрак						
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
Итого за Второй завтрак		100	1,5	0,5	21	94,5
Обед						
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-1г	Макароны отварные	130	4,6	4,3	28,4	170,6
54-28м	Биточек из курицы	70	13,4	3	9,4	118
54-22хн	Кисель из вишни	180	0,2	0	11,6	47,6
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Итого за Обед		750	32	20	110,3	748,6
Полдник						
Пром.	Молоко 3.2%	200	5,8	5	9,6	106,6
Пром.	Печенье	50	3,8	4,9	37,2	207,9
Итого за Полдник		250	9,6	9,9	46,8	314,5
Итого за день		1530	56,3	45,2	230,5	1553,3

Зав. МБДОУ
Мамвеевский д/с

«Березка»

Исход



	Среда, 1 неделя							
	Завтрак	5	0	3,6	0,1			33
54-19з	Масло сливочное (порциями)	6	1,4	1,8	0			21,5
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	200	5	5,9	24			168,9
54-16к	Каша "Дружба"	180	0,1	0	5,9			24,5
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	40	3	0,3	19,7			93,8
Пром.	Хлеб пшеничный	431	9,5	11,6	49,7			341,7
	Итого за Завтрак							
	Второй завтрак	100	1,5	0,5	21			94,5
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21			94,5
	Итого за Второй завтрак							
	Обед	60	0,7	0,1	2,3			12,8
54-3з	Помидор в нарезке	200	6,7	4,6	16,3			133,1
54-8с	Суп гороховый	200	20,1	18,8	17,2			317,9
54-9м	Жаркое по-домашнему	180	0	0	17,5			69,8
27.01.2024	Напиток витаминизированный "Витошка"	80	6,1	0,6	39,4			187,5
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2	0,4	10			51,2
Пром.	Хлеб ржаной	750	35,6	24,5	102,7			772,3
	Итого за Обед							
	Полдник	120	23,7	8,6	17,9			243,4
54-1т	Запеканка из творога	180	0,1	0	5,7			23,5
54-2гн	Чай с сахаром	300	23,8	8,6	23,6			266,9
	Итого за Полдник	1581	70,4	45,2	197			1475,4
	Итого за день							

Зав. МБДОУ

«Матвеевский д/с «Березка»



Жуков

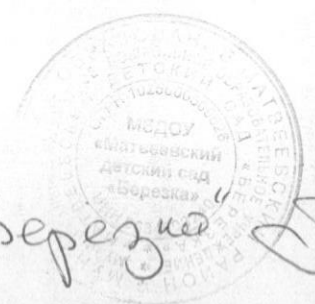
Четверг, 1 неделя						
Завтрак						
54-19з	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33
54-29к	Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	180	7,3	10,1	29,2	236,7
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	180	1,3	1	7,7	45,2
Пром.	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,2	82
Итого за Завтрак		400	11,3	15	54,2	396,9
Второй завтрак						
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
Итого за Второй завтрак		100	1,5	0,5	21	94,5
Обед						
54-21з	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,3
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	130	3,8	4,6	26,4	162,2
54-3р	Котлета рыбная (минтай)	70	9,8	1,9	6	80
54-2хн	Компот из кураги	180	0,9	0	14,1	60,2
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Итого за Обед		750	28,5	13,4	112,1	682,8
Полдник						
Пром.	Молоко 3.2%	180	5,2	4,5	8,6	95,9
Пром.	Баранка простая	70	7,3	0,9	44,9	217,1
Итого за Полдник		250	12,5	5,4	53,5	313
Итого за день		1500	53,8	34,3	240,8	1487,2

Зав. МБДОУ
«Матвеевский д/с «Березка»
Ильин



Пятница, 1 неделя						
Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8
54-19з	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,5	17,9	134,2
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,2	9,8	70,7
Пром.	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,2	82
Итого за Завтрак		430	13,4	13,6	45	355,7
Второй завтрак						
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
Итого за Второй завтрак		100	1,5	0,5	21	94,5
Обед						
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,5
54-6с	Суп картофельный с клецками	200	4,6	3,3	11,4	93,6
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-2м	Гуляш из говядины	70	11,9	11,6	2,7	162,5
54-25хн	Кисель из клюквы	180	0,1	0	12,6	51,1
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Итого за Обед		740	31,5	24,9	103,8	765,9
Полдник						
54-10в	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5,8	5	8,4	101,8
Итого за Полдник		260	10,5	9	38,9	278,7
Итого за день		1530	56,9	48	208,7	1494,8

Зав. МБДОУ
 Мамбаевский д/с "Березка" Жуков -



Понедельник, 2 неделя

Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8
54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5,9	5,8	33	207,8
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,2	9,8	70,7
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
Итого за Завтрак		430	14,1	11,3	62,5	408,1
Второй завтрак						
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
Итого за Второй завтрак		100	1,5	0,5	21	94,5
Обед						
54-2з	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-23с	Свекольник (вариант 2)	200	4,6	2,7	10,9	85,8
54-1г	Макароны отварные	130	4,6	4,3	28,4	170,6
54-4м	Котлета из говядины	70	12,8	12,2	11,5	206,7
54-3соус	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
54-2хн	Компот из кураги	180	0,9	0	14,1	60,2
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Итого за Обед		770	32,2	20,8	117,6	784,6
Полдник						
Пром.	Молоко 3.2%	200	5,8	5	9,6	106,6
Пром.	Пряник	60	3,5	2,8	45	219,5
Итого за Полдник		260	9,3	7,8	54,6	326,1
Итого за день		1560	57,1	40,4	255,7	1613,3



Зав. МБДОУ
 Мамбаевский д/с «Березка»
 Илюминатор

Вторник, 2 неделя						
Завтрак						
54-6к	Каша вязкая молочная пшениая	200	8,3	10,1	37,6	274,9
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	180	0,1	0	5,9	24,5
Пром.	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,2	82
Итого за Завтрак		415	11,1	10,4	60,7	381,4
Второй завтрак						
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
Итого за Второй завтрак		100	1,5	0,5	21	94,5
Обед						
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,7
54-17с	Суп из овощей	200	1,4	1,9	8,1	55,5
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,7	348,8
54-25хн	Кисель из клюквы	180	0,1	0	12,6	51,1
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Итого за Обед		750	25,7	20,3	113,4	739,8
Полдник						
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5,8	5	8,4	101,8
Пром.	Баранка простая	70	7,3	0,9	44,9	217,1
Итого за Полдник		270	13,1	5,9	53,3	318,9
Итого за день		1535	51,4	37,1	248,4	1534,6

Зав. МБДОУ
 «Мамвеевский д/с «Березка» Жуковск



Среда, 2 неделя						
Завтрак						
54-19з	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	25,3	174,2
54-21гн	Какао с молоком	180	3,1	2,3	9,9	72,9
Пром.	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,2	82
Итого за Завтрак		420	11,1	11,9	52,5	362,1
Второй завтрак						
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
Итого за Второй завтрак		100	1,5	0,5	21	94,5
Обед						
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,5
54-8с	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-3м	Голубцы ленивые	200	16,9	15,3	12,8	256,6
27.01.2024	Напиток витаминизированный "Витошка"	180	0	0	17,5	69,8
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Итого за Обед		750	32,3	24	97,8	735,7
Полдник						
54-1т	Запеканка из творога	120	23,7	8,6	17,9	243,4
Пром.	Молоко 3.2%	180	5,2	4,5	8,6	95,9
Итого за Полдник		300	28,9	13,1	26,5	339,3
Итого за день		1570	73,8	49,5	197,8	1531,6

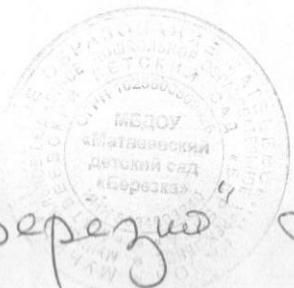
Заведующий МБДОУ

Мамвеевская д/с «Березка» *Ильин*



Четверг, 2 неделя						
Завтрак						
54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5,9	5,8	33	207,8
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,2	9,8	70,7
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	Итого за Завтрак	410	11,1	8,2	57,6	348,8
Второй завтрак						
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого за Второй завтрак	100	1,5	0,5	21	94,5
Обед						
54-20з	Горошек зеленый	60	1,7	0,1	3,5	22,1
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	5,1	5,8	10,8	115,6
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-3р	Котлета рыбная (минтай)	70	9,8	1,9	6	80
54-2хн	Компот из кураги	180	0,9	0	14,1	60,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
	Итого за Обед	770	28,7	14,1	103,6	656
Полдник						
Пром.	Пряник	60	3,5	2,8	45	219,5
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5,8	5	8,4	101,8
	Итого за Полдник	260	9,3	7,8	53,4	321,3
	Итого за день	1540	50,6	30,6	235,6	1420,6

Зав. МБОУ
 «Мамвеевский д/с «Березка» Жуков



Пятница, 2 неделя						
Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	6	1,4	1,8	0	21,5
54-19з	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33
54-16к	Каша "Дружба"	200	5	5,9	24	168,9
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	180	1,3	1	7,7	45,2
Пром.	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,2	82
	Итого за Завтрак	426	10,4	12,6	49	350,6
Второй завтрак						
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого за Второй завтрак	100	1,5	0,5	21	94,5
Обед						
54-21з	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,3
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями (вариант 2)	200	4,8	2,2	15,5	100,9
54-21г	Горошница	130	12,5	1,1	29,3	177,5
54-2м	Гуляш из говядины	70	11,9	11,6	2,7	162,5
54-22хн	Кисель из вишни	180	0,2	0	11,6	47,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	80	6,1	0,6	39,4	187,5
	Итого за Обед	750	38,7	16,1	114,6	758,5
Полдник						
Пром.	Молоко 3.2%	200	5,8	5	9,6	106,6
Пром.	Булочка с повидлом	60	4,8	8,4	33,6	229,2
	Итого за Полдник	260	10,6	13,4	43,2	335,8
	Итого за день	1536	61,2	42,6	227,8	1539,4

Зав. МБДОУ



Мамбаевский д/с «Березка»
Жуков

	Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
Средние показатели за Завтрак	421,2	11,63	12,1	53,95	371,34
Средние показатели за Второй завтрак	100	1,5	0,5	21	94,5
Средние показатели за Обед	753	32,16	20,64	107	742,09
Средние показатели за Полдник	267	13,69	8,87	44,84	314,06
Средние показатели за период	1541,2	59	42,1	226,8	1522

Зав. МБДОУ
 Камбальский г/с "Березка" Жуков



B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мг	мг	мкг рет.эк	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мкг	мкг	мкг
0,14	0,26	65,86	0,17	1,13	524,06	180	296,71	48,25	235,8	1,63	50,37	9,01	49,2
0,04	0,05	20	0	10	31	45	8	42	28	0,6	0,05	1	2,2
0,44	0,33	225	0,45	26,21	1027,16	270	231,48	117,03	399,14	6,48	85,13	21,59	190,46
0,12	0,32	49,39	0,04	1,74	239,67	90	264,31	39,44	240	1,02	23,95	9,5	44,25
0,7	1	360,3	0,7	39,1	1821,9	585	800,5	246,7	902,9	9,7	159,5	41,1	286,1

Зав. МБДОУ
 «Мамбеловский г/с «Березка» Шугуров



Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ВЕСЕННИЙ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД ДЛЯ МБДОУ "МАТВЕЕВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД" БЕРЕЗКА" (2025)(79462)
2	Информация о возрастной группе детей	от 3 до 7 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 рецептур предназначенных для питания детей	Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Москва, 2023 г.», «Сборник рецептур блюд дополнительного питания в организациях для детей / Новосибирск, 2024»,
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)	421.2	400	105%	22 %
Калорийность, ккал.	371.4	341.3-414	90%	18%
Количество белков (г)	11.64	10.8	108%	22%
Количество жиров (г)	12.13	12	101%	20%
Количество углеводов (г)	53.94	52.2	103%	21%
Витамин С, мг	1.13	10	11%	2%
Витамин В1, мг	0.14	0.18	78%	16%
Витамин В2, мг	0.26	0.2	130%	26%
Витамин А, мкг рэ	65.86	100	66%	13%
Кальций, мг	296.71	180	165%	33%
Магний, мг	48.25	40	121%	24%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"
ID меню: 79462

МБДОУ «МАТВЕЕВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД «БЕРЕЗКА»

 Зав. Шумилов

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 %)
Железо, мг	1.62	2	81%	16%
Калий, мг	312.77	120	261%	52%
Йод, мкг	50.37	20	252%	50%
Селен, мкг	9.01	6	150%	30%

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)	100	100	100%	5 %
Калорийность, ккал.	94.5	85.3-117	92%	5%
Количество белков (г)	1.5	2.7	56%	3%
Количество жиров (г)	0.5	3	17%	1%
Количество углеводов (г)	21	13.05	161%	8%
Витамин С, мг	10	2.5	400%	20%
Витамин В1, мг	0.04	0.05	80%	4%
Витамин В2, мг	0.05	0.05	100%	5%
Витамин А, мкг рэ	20	25	80%	4%
Кальций, мг	8	45	18%	1%
Магний, мг	42	10	420%	21%
Железо, мг	0.6	0.5	120%	6%
Калий, мг	348	30	1160%	58%
Йод, мкг	0.05	5	1%	0%
Селен, мкг	1	1.5	67%	3%

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)	753	600	126%	39 %
Калорийность, ккал.	742.2	597.2-793.8	103%	36%
Количество белков (г)	32.11	18.9	170%	59%
Количество жиров (г)	20.64	21	98%	34%
Количество углеводов (г)	107.01	91.35	117%	41%
Витамин С, мг	26.21	17.5	150%	52%
Витамин В1, мг	0.44	0.32	138%	49%
Витамин В2, мг	0.33	0.35	94%	33%

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 %)
Витамин А, мкг рэ	253.55	175	145%	51%
Кальций, мг	231.48	315	73%	26%
Магний, мг	117.02	70	167%	59%
Железо, мг	6.48	3.5	185%	65%
Калий, мг	1165.8	210	555%	194%
Йод, мкг	85.13	35	243%	85%
Селен, мкг	21.59	10.5	206%	72%

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)	267	250	107%	14 %
Калорийность, ккал.	314.1	256-351	102%	15%
Количество белков (г)	13.7	8.1	169%	25%
Количество жиров (г)	8.88	9	99%	15%
Количество углеводов (г)	44.85	39.15	115%	17%
Витамин С, мг	1.74	7.5	23%	3%
Витамин В1, мг	0.12	0.14	86%	13%
Витамин В2, мг	0.32	0.15	213%	32%
Витамин А, мкг рэ	49.39	75	66%	10%
Кальций, мг	264.31	135	196%	29%
Магний, мг	39.44	30	131%	20%
Железо, мг	1.02	1.5	68%	10%
Калий, мг	331.27	90	368%	55%
Йод, мкг	23.95	15	160%	24%
Селен, мкг	9.5	4.5	211%	32%

Информация о содержании соли и сахара в 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 %)
Соль (г)	0.8	1.5	53%
Сахар (г)	9.5	10	95%

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 %)
Соль (г)	0	0	0%
Сахар (г)	0	0	0%

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 %)
Соль (г)	1.1	1.5	73%
Сахар (г)	6.5	5	130%

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 %)
Соль (г)	0.1	0.5	20%
Сахар (г)	2.7	7	39%

Фрагмент заключительной части экспертного заключения

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

1. Меню безопасное (запрещенных к употреблению в организованных детских коллективах блюд и продуктов - нет)
2. Меню разнообразное (повторов блюд в течение дня и двух смежных дней нет);
3. 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 12.5%, 29.4%, и 58.1% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в второй завтрак 6.3%, 4.8%, и 88.9% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 17.3%, 25%, и 57.7% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 17.4%, 25.4%, и 57.1% соответственно.
4. 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 "МБДОУ "Матвеевский детский сад "Березка"" 19.02.25.

Зав. МБДОУ "Матвеевский
детский сад "Березка"
Игумин

