

РОСПОТРЕБНАДЗОР

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Забайкальском крае»

(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Забайкальском крае»)
Ленинградская ул., д. 70, г. Чита, а/я 900, 672000; телефон 35-55-64; факс (83022)35-93-23

«Утверждаю»

И.о. заместителя руководителя

М.Ж. Шемышевская



28.08.2015 03 ОЦ/4.4.-2958

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наименование: гигиеническая оценка примерного 10-ти дневного меню для учащихся с 7 до лет и с 11 лет и старше.

Заявитель: ИП Степанова Ю.Ю. (заявление № 3251 от 25.08.2015 г.)

Наименование учреждения: ИП Степанова Ю.Ю. (МБОУ СОШ № 15, 42, 20).

Представленные документы: примерное 10-ти дневное меню утвержденное ИП Степанов Ю.Ю.

Установлено: Питание учащихся с 7 до 11 лет и с 11 лет и старше в МБОУ «СОШ № 15, 42, 20» обеспечивает ИП Степанова Ю.Ю.

Для обеспечения здоровым питанием обучающихся разработан рацион питания предусматривающий формирование набора продуктов, предназначенных для питания детей в течение фиксированного времени.

На основании сформированного рациона питания разработано примерное 10-ти дневное меню, включающее распределение перечня блюд и хлебобулочных изделий по отдельным приемам пищи (завтрак, обед и полдник).

Представленная форма 10-ти дневного меню соответствует рекомендуемой форме составления примерного меню, указанной в приложении № 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (далее по тексту СанПиН 2.4.5.2409-08).

Представленное примерное 10-ти дневное меню разработано для учащихся возрастной группы с 7 до 11 лет и с 11 лет и старше, что соответствует требованиям п. 6.6. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Представленное примерное 10-ти дневное меню содержит информацию об энергетической и пищевой ценности, что соответствует требованиям п. 6.10. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Соотношение белков, жиров и углеводов (Б:Ж:У) в представленном примерном 10 дневном меню для учащихся с 7 до 11 лет и с 11 лет и старше составило:

- 1-й день – 1:1:4 при норме 1:1:4;
- 2-й день – 1:1:4 при норме 1:1:4;
- 3-й день – 1:1:4 при норме 1:1:4;
- 4-й день – 1:1:4 при норме 1:1:4;
- 5-й день – 1:1:4 при норме 1:1:4;
- 6-й день – 1:1:4 при норме 1:1:4;
- 7-й день – 1:1:4 при норме 1:1:4;
- 8-й день – 1:1:4 при норме 1:1:4;
- 9-й день – 1:1:4 при норме 1:1:4;
- 10-й день -1:1:4 при норме 1:1:4.

Соотношение Б:Ж:У во все дни соответствует требованиям п. 6.15. СанПиН 2.4.5.2409-08

В представленном примерном 10-ти дневном меню отсутствует повторение одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или в последующие 2-3 дня, что соответствует требованиям п. 6.13. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Такие продукты как мясо, молоко, растительное масло, хлеб пшеничный с каждым приемом пищи для питания учащихся с 7 до 11 лет и с 11 лет и старше предусмотрены ежедневно что соответствует требованиям п. 6.17. СанПиН 2.4.5.2409-08. Яйца, сыр, творог, кисломолочные продукты включены 1 раз в 2-3 дня, что соответствует п. 6.17. СанПиН 2.4.5.2409-08.

В меню во все дни на завтрак включено горячее блюдо, что соответствует требованиям п. 6.18. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Обед включает закуску, первое, второе блюдо (основное горячее блюдо из мяса, рыбы, птицы), сладкое блюдо, что соответствует требованиям п. 6.19. СанПиН 2.4.5.2409-08.

В качестве закуски используются свежие овощи, салаты из свеклы, помидоров, капусты, моркови с добавлением фруктов, что соответствует требованиям п. 6.19. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Полдник включает молоко, кисломолочные продукты, кисели, соки, булочные изделия без крема, фрукты, что соответствует требованиям п. 6.20. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Согласно представленному примерному 10-ти дневному меню объемы порций в граммах одного учащегося в возрасте с 7 до 11 лет приведены в таблице 1.

Таблица

Название блюд		Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо факт/норма	Напитки (чай, какао, сок, компот, молоко, кефир и т.д.) факт/норма	Салат факт/норма	Суп факт/норма	Мясо, котлета факт/норма	Гарнир факт/норма	Фрукты факт/норма
Масса порций (в гр) для обучающихся с 7 до 11 лет.	1-й день	150/ 150 - 200	200/200	60/ 60 - 100	200/ 200 - 250	80/ 80 - 120	150/ 150 - 200	100/ /100
	2-й день	150/ 150 - 200	200/200	60/ 60 - 100	250/ 200 - 250	80/80-120	180/150-200	100/ /100
	3-й день	190/ 150 - 200	200/200	60/ 60 - 100	200/ 200 - 250	120/ 80 - 120	150/ 150 - 200	100/ /100
	4-й день	160/ 150 - 200	200/200	60/ 60 - 100	200/ 200 - 250	100/ 80 - 120	150/ 150 - 200	100/ /100
	5-й день	150/ 150 - 200	200/200	60/ 60 - 100	250/ 200 - 250	100/ 80 - 120	150/ 150 - 200	100/ /100
	6-й день	200/ 150 - 200	200/200	60/ 60 - 100	200/ 200 - 250	Голубцы ленивые/230		100/ /100
	7-й день	150/ 150 - 200	200/200	60/ 60 - 100	200/ 200 - 250	80/ 80 - 120	150/150-200	100/ /100
	8-й день	160/ 150 - 200	200/200	60/ 60 - 100	200/ 200 - 250	80/ 80 - 120	180/ 150 - 200	100/ /100
	9-й день	150/ 150 - 200	200/200	60/ 60 - 100	200/ 200 - 250	80/80-100	150/ 150 - 200	100/ /100
	10-й день	160/ 150 - 200	200/200	60/ 60 - 100	200/ 200 - 250	80/80-100	100/ 150 - 200	100/ /100

Примечание: - не предусмотрено

Масса порции блюда «Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо» (в граммах) для учащихся с 7 до 11 лет во все дни соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса порции блюда «Мясо, котлета» (в граммах) для учащихся с 7 до 11 лет в 1-й, 2-й, 3-й, 4-й, 5-й, 7-й, 8-й, 9-й, 10-й дни соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса порции блюда «Гарнир» (в граммах) для учащихся с 7 до 11 лет в 1-й, 2-й, 3-й, 4-й, 7-й, 8-й, 9-й, 10-й дни соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса порции блюд «Напитки», «Салат», «Суп» (в граммах) для учащихся с 7 до 11 лет соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса порции блюда «Фрукты» (в граммах) для учащихся с 7 до 11 лет во все дни соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Во 6 день на второе блюдо для учащихся с 7 до 11 лет предоставляют «Голубцы ленивые» которые подразумевают в себе содержание мяса и гарнира из овощей. Выход блюда «Голубцы ленивые» соответствует сумме массы блюд «Мясо, котлета» и «Гарнир» для детей в возрасте до 11 лет, что соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Согласно представленному примерному 10-ти дневному меню объемы порций в граммах одного учащегося в возрасте с 11 лет и старше приведены в таблице 1а.

Таблица

Название блюда		Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо факт/норма	Напитки (чай, какао, сок, компот, молоко, кефир и т.д.) факт/норма	Салат факт/норма	Суп факт/норма	Мясо, котлета факт/норма	Гарнир факт/норма	Фрукты факт/норма
Масса порций (в гр) для обучающихся с 11 лет и старше	1-й день	200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	180/180-230	100
	2-й день	200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	100
	3-й день	240/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	120/100-120	200/180-230	100
	4-й день	200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	180/180-230	100
	5-й день	200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	180/180-230	100
	6-й день	200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	Голубцы ленивые/280		100
	7-й день	200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	100
	8-й день	210/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	100
	9-й день	200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	180/180-230	100
	10-й день	200/200-250	200/200	100/100-150	250/250-300	100/100-120	200/180-230	100

Примечание: - не предусмотрено

Масса порции блюда «Каша, овощное, яичное, творожное, мясное блюдо» (в граммах) для учащихся с 11 лет и старше во все дни соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса порции блюда «Суп» (в граммах) для учащихся с 11 лет и старше во все дни соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Масса порции блюда «Мясо, котлета» (в граммах) для учащихся с 11 лет и старше в 1-й, 2-й, 3-й, 4-й, 5-й, 7-й, 8-й, 9-й, 10-й дни соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса порции блюда «Гарнир» (в граммах) для учащихся с 11 лет и старше в 1-й, 2-й, 3-й, 4-й, 5-й, 7-й, 8-й, 9-й, 10-й дни соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Масса порции блюд «Напитки», «Салат» (в граммах) для учащихся с 11 лет и старше во все дни соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Масса порции блюда «Фрукты» (в граммах) для учащихся с 11 лет и старше во все дни соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

В 6 день на второе блюдо для учащихся с 11 лет и старше предоставляют «Голубцы ленивые», которые подразумевают в себе содержание мяса и гарнира из овощей. Выход блюда «Голубцы ленивые» соответствует сумме массы блюд «Мясо, котлета» и «Гарнир» для детей в возрасте с 11 лет и старше, что соответствует требованиям приложения 3 к СанПиН 2.4.5.2409-08.

Распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи для учащихся с 7 до 11 лет и с 11 лет и старше приведено в таблице 2.

Таблица 2

Дни	Прием пищи	Фактическое значение		Нормируемое значение (п. 6.14. СанПиН 2.4.5.2409-08), (допустимое отклонение 5 %)
		с 7 до 11 лет	с 11 лет и старше	
1	Завтрак	24,8	24,5	25%
	Обед	33,7	33,2	35%
	Полдник	14,7	14,3	15%
2	Завтрак	23,7	24,4	25%
	Обед	34,1	36,0	35%
	Полдник	15,4	15,1	15%
3	Завтрак	24,0	24,3	25%
	Обед	36,5	33,9	35%
	Полдник	15,2	14,6	15%
4	Завтрак	23,7	23,7	25%
	Обед	33,4	33,6	35%
	Полдник	15,9	15,2	15%
5	Завтрак	24,1	24,0	25%
	Обед	33,2	33,9	35%
	Полдник	15,4	15,9	15%
6	Завтрак	26,1	25,9	25%
	Обед	35,0	33,7	35%
	Полдник	15,2	15,0	15%
7	Завтрак	24,4	25,2	25%
	Обед	35,7	33,9	35%
	Полдник	15,0	14,4	15%
8	Завтрак	26,02	25,2	25%
	Обед	34,8	33,5	35%
	Полдник	14,2	14,5	15%
9	Завтрак	25,5	25,0	25%
	Обед	33,3	35,1	35%
	Полдник	14,9	14,3	15%
10	Завтрак	24,5	24,6	25%
	Обед	33,7	34,3	35%
	Полдник	15,2	14,3	15%

Калорийность завтрака для детей в возрасте с 7 до 11 лет во дни соответствует требованиям п. 6.14. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Калорийность завтрака для детей в возрасте с 11 лет и старше во все дни соответствует требованиям п. 6.14. СанПиН 2.4.5.2409-08; в 3-й день соответствует требованиям п. 6.14. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Калорийность обеда для детей в возрасте с 7 до 11 лет во все дни соответствует требованиям п. 6.14. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Калорийность обеда для детей в возрасте с 11 лет и старше во все дни соответствует требованиям п. 6.14. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Калорийность полдника для детей в возрасте с 7 до 11 лет во все соответс
требованиям п. 6.14. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Калорийность полдника для детей в возрасте с 11 лет и старше во все дни соответс
требованиям п. 6.14. СанПиН 2.4.5.2409-08.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ: представленное примерное 10-ти дневное меню для учащихся с 7 до 11 л
11 лет и старше соответствует п. 6.6., 6.8., 6.10., 6.13., 6.14., 6.15., 6.17., 6.18., 6.19.,
приложению № 2, СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требован
организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учрежд
начального и среднего профессионального образования»

Эксперт по общей гигиене _____

И.Г. Корол

И.Г. Корол