



ФБУЗ

"Центр гигиены и эпидемиологии в Ненецком автономном округе"

166000 г. Нарьян-Мар, ул. Авиаторов, 7

Тел/факс 8(81853) 4-36-66/4-30-58 E-mail: gossan1@atnet.ru

Аттестат об аккредитации органа инспекции от 03 ноября 2015 года № RA.PU. 710082

ОГРН 1058383002094; ИНН 2983002823

Экспертное заключение № 02-19/119 от 14.04.2016 года

Санитарно-эпидемиологической экспертизы

примерного 10-дневного меню для детей Государственного бюджетного образовательного учреждения «Детский сад «Кораблик» для детей в возрасте с 3х до 7 лет

1. Место проведения экспертизы: ГБДОУ НАО «Детский сад «Кораблик»
2. Юридический адрес места проведения экспертизы: 166000, НАО, г. Нарьян-Мар, ул. Ленина, д. 23
3. Фактический адрес места проведения экспертизы: 166000, НАО, г. Нарьян-Мар, ул. Ленина, д. 23
4. Цель проведения экспертизы: Соответствие СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы дошкольных образовательных организаций».
5. Основание для проведения экспертизы: Заявка от 08.04.2016 года № 77, вх. № 522 от 08.04.2016 года.
6. Нормативно-техническая документация, в соответствии с которой проводилась экспертиза, и давалось заключение: СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы дошкольных образовательных организаций».
7. Представленные документы: Примерное 10-дневное меню для детей в возрасте с 3х до 7 лет ГБДОУ НАО «Детский сад «Кораблик»;

Для проведения экспертизы представлено примерное 10-ти дневное меню для детей в возрасте с 3х до 7 лет с указанием выхода готовых блюд, пищевой и энергетической ценности.

ГБДОУ НАО «Детский сад «Кораблик» функционирует в режиме полного дня (12-ти часовое пребывание) с организацией 5-ти разового питания детей.

Примерное меню для воспитанников в возрасте с 3х до 7 лет составлено на 10 дней (две недели) с учетом суточных наборов продуктов питания и физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах, что соответствует п. 15.1 таблица, п. 15.3 приложение 10 СанПиН 2.4.1.3049-13. В примерном меню в соответствии с требованиями п. 15.5 приложение 12 настоящих санитарных правил приведены ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий из сборников рецептур для детского питания. На все

Вход. № 110/1
от 06.05.2016

Яйцо	10	7	8,2	24,3	17	55,1	31	11	10	74,8	24,8	24	+3,3
Картофель: с 01.09 по 31.10	192	157,6	140	148	83	144	196,6	187	130	40	141,8	140	+1,3
Овощи, зелень	309,1	183	328	264,5	263	300,3	126,4	318,8	186,5	320,4	260	260	
Фрукты (плоды) свежие	106	100	96,4	88	65	81,7	115	89,8	120	135	99,7	100	-0,3
Фрукты (плоды) сухие	17	18		18		18	3	18		18	11	11	
Соки фруктовые (овощные)	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	60	50	40	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
Хлеб пшеничный	80	65	87	69	83	83	79	85	60	64	81	80	+1,3
Крупы, бобовые	12	49	27	21	37	35	55	72	83	43	43,4	43	+0,9
Макаронные изделия	43,2			42						34,8	12	12	
Мука пшеничная хлебопекарная	40,2	4	40,5	1,8	43,2	42,9	28,1	50,3	5	40,5	29,7	29	+2,4
Масло сливочное	26,5	22	21,1	20,6	24,5	26,5	18	20,9	16,6	19,9	21,6	21	+2,9
Масло растительное	10,1	5,9	13,5	12,4	11,9	10	12,1	11,9	11,2	11,7	11	11	
Кондитерские изделия		40	20	30	10	20	30	20	30		20	20	
Чай		1,2	1,2		1,2			1,2	1,2		0,6	0,6	
Какао-порошок	1,5			1,5		1,5			1,5		0,6	0,6	
Кофейный напиток		3			3		3			3	1,2	1,2	
Сахар	45	55,5	47	42,4	55,6	44	47	47	48	47	47,9	47	+1,9
Дрожжи	0,84		0,84		0,83	0,83		0,83		0,83	0,5	0,5	
Мука картофельная	5		5		5	5		5		5	3	3	
Соль пищевая	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	

Ассортимент основных пищевых продуктов, используемых для приготовления блюд и кулинарных изделий, соответствует требованиям настоящих санитарных правил. Количество продуктов из расчета на 1 ребенка в день в представленном примерном меню соответствует суточным наборам, рекомендуемым приложением 10 п. 15.3 СанПиН 2.4.1.3049-13.

Таблица 2

Ассортимент и объем готовых блюд для детей в возрасте с 3х до 7 лет

День	Рационы							
	завтрак		обед		подник		ужин	
	Блюдо	Объем блюда	Блюдо	Объем блюда	Блюдо	Объем блюда	Блюдо	Объем блюда
1 день	Макароны отварные с маслом	124	Салат из кабачков	50	Пирожок с капустой	70	Рыба припущенная с овощами	80
	Колбаса отварная	70	Свекольник с мясом и сметаной	250	Бифидок	180	Овощи тушеные в молочном соусе	150
	Хлеб ржаной	10	Ежики в томатном соусе	110			Какао на молоке	180
	Хлеб пшеничный	40	Картофельное пюре	120			Хлеб ржаной	20
	Масло	5	Кисель из шиповника	180			Хлеб пшеничный	30
	Напиток лимонный	180	Хлеб пшеничный	10			Сыр «Российский»	12
			Хлеб ржаной	30			Масло сливочное	5
	Сок абрикосовый	100						
	Виноград	90						
	Итого		428/190		750		250	
2 день	Творожная запеканка со стуженным молоком	180	Салат из свежих овощей	60	Хлеб пшеничный	20	Салат морковный	60
	Чай сладкий с вареньем	40	Суп шахтерский с мясом и сметаной	250	Вафли	30	Каша пшеничная молочная	200
	Хлеб пшеничный	180	Азу с отварным картофелем	185	Снежок	180	Кофейный напиток с молоком	180
		20	Компот «Изюминка»	180			Хлеб пшеничный	30
	Сок яблочный	100	Хлеб ржаной	30			Масло сливочное	5
	Груша	100					Хлеб пшеничный	20
							Хлеб ржаной	20
Итого		420/200		705		230		485
3 день	Каша пшеничная молочная	200	Салат из редьки и овощей	60	Ватрушка с повидлом	70	Огурец свежий	40
	Чай с молоком	180	Рассольник ленинградский с мясом	250	Кефир	180	Жаркое по-домашнему	200
	Хлеб пшеничный	45	Биточки куриные	80			Компот апельсиновый	180
	Масло сливочное	5	Капуста тушеная с яблоком	120			Хлеб пшеничный	25
	Сыр	12	Кисель брусничный	180			Масло сливочное	5
	Сок гранатовый	100	Хлеб ржаной	30			Хлеб ржаной	10
	Банан	52						
	Итого		442/152		720		250	

4 день	Каша манная молочная Какао на молоке Хлеб пшеничный Масло Яйцо вареное Сок персиковый Мандарин	200 180 30 5 20 100 70	Салат из консервированной кукурузы Борщ со сметаной на мясном бульоне Сметана Гуляш из отварного мяса Макароны отварные Компот грушевый Хлеб ржаной	60 250 7 90 120 180 30	Хлеб пшеничный Печенье Йогурт	30 30 180	Салат из квашеной капусты Котлета рыбная Картофель тушеный Компот из кураги Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Масло	70 80 150 180 20 20 5
Итого		435/170		737		240		525
5 день	Каша рисовая молочная Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Масло Сыр Апельсин Сок черносмородиновый Мармелад	200 200 50 5 12 45 100 20	Салат из свежих помидоров Суп с мясными фрикадельками Птица тушеная в соусе с овощами Кисель апельсиновый Хлеб ржаной	60 250 170 200 50	Шанежка с картофелем Бифилайф	70 180	Салат из редиса Творожно-манный пудинг с морковью Соус молочный Чай с вареньем Хлеб пшеничный Масло	60 150 50 180 30 5
Итого		512/120		730		250		475
6 день	Омлет натуральный Свежий помидор Лимонный напиток Хлеб пшеничный Масло сливочное Сок апельсиновый Зефир	155 60 180 55 5 100 20	Салат свекольный с огурцом Щи из свежей капусты с мясом и сметаной Котлета мясная из говядины Соус красный основной Каша перловая рассыпчатая Кисель из кураги Хлеб ржаной	60 250 70 35 107 180 50	Сдоба обыкновенная Бифидок	70 180	Салат из квашеной капусты Рыба тушеная Соус сметанный Пюре картофельное Какао на молоке Хлеб пшеничный Груша	60 80 20 140 180 15 66
Итого		450/120		752		250		561
7 день	Пудинг творожный с соусом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Масло Сыр Российский Сок шиповниковый Виноград	180 180 45 5 12 100 27	Салат картофельный Суп с галушками Шницель куриный Соус овощной Каша гречневая рассыпчатая Компот сливовый Хлеб ржаной	60 250 90 50 100 180 30	Персик Пряник Снежок	44 30 180	Салат осенний Картофельная запеканка с мясом Соус молочный Компот смородиновый Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 150 50 180 10 20
Итого		422/127		760		254		470
8 день	Каша геркулесовая молочная	200	Салат из свежей капусты Суп гороховый с гречками	60 250	Ватрушка с картофелем Кефир	70 180	Салат «Ассорти» Голубцы ленивые	60 150

	Чай с молоком Хлеб пшеничный Масло сливочное	180 35 5	Картофельные хлебцы с курой и овощами Соус молочный Кисель клюквенный Хлеб ржаной	150 30 180 30			Компот из шиповника Мармелад Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	180 20 30
Итого		427/158		700		250		480
9 день	Каша «Дружба» молочная Какао на молоке Хлеб пшеничный Масло Сыр Сок вишневый Банан	200 180 30 5 12 100 58	Салат картофельный с огурцом Суп с рыбными фрикадельками Плов Помидор свежий Компот вишневый Хлеб ржаной	60 250 140 60 180 50	Апельсин Сухари сливочные Йогурт	44 30 180	Салат из тертой моркови Суфле из картофеля и творога Молоко сгущенное Молочный напиток Хлеб пшеничный	60 180 30 180 20
Итого		466/158		740		254		470
10 день	Каша гречневая молочная Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Масло Сок виноградный Яблоко	200 180 49 5 100 75	Салат зеленый со свежим огурцом Суп харчо с мясом птицы Запеканка капустная с мясом Соус основной белый Компот из кураги Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	50 250 150 30 180 50 20	Бифилайф Ватрушка с повидлом Груша	180 60 40	Макароны с овощами Треска припущенная с луком Омлет натуральный Кисель смородиновый Хлеб пшеничный	120 60 100 180 15
		434/175		730		280		475

В представленном примерном меню повторения одних и тех же блюд в течение дня и 2х последующих дней не установлено, что соответствует требованиям п.15.5 СанПиН 2.4.1.3049-13.

Согласно представленного примерного меню, завтраки состоят из горячего блюда, закуски, горячего напитка, на второй завтрак ежедневно включены фруктовые соки и фрукты. В рационы обедов включены закуски из овощей, первые блюда (суп), вторые блюда (гарнир и блюдо из мяса, рыбы, птицы), напитки (компот, кисель). Полдник состоит из кисломолочных напитков с булочными или кондитерскими изделиями без крема. Ужин включает рыбные, мясные, овощные и творожные блюда, салаты, винегреты, горячие и холодные напитки.

Примерным меню предусмотрено ежедневное использование в питании детей молока (в том числе кисломолочных напитков), мяса, (или птицы, рыбы), картофеля, овощей, фруктов, ржаного и пшеничного хлеба, круп, сливочного и растительного масла, сахара, соли, фруктовых соков. Другие продукты в примерное 10-дневное меню включены: птица – 5 раз, рыба – 5 раз, творог - 4 раза, сыр 5 раз, яичные блюда - 2 раза, яйцо в натуральном виде 1 раз.

Таким образом, рацион блюд и кулинарных изделий по приемам пищи соответствует требованиям пп. 15.6, 15.7 СанПиН 2.4.1.3049-13.

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей в возрасте с 3х до 7 лет

Таблица 3

День	Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин
1 день	428	190	750	250	477
2 день	420	200	705	230	485
3 день	442	152	720	250	460
4 день	435	170	737	240	525
5 день	512	120	730	250	475
6 день	450	120	752	250	561
7 день	422	127	760	254	470
8 день	427	158	700	250	480
9 день	466	158	740	254	470
10 день	434	175	730	280	475
среднее	444	157	732	251	488
среднее	444+57				
норма	400-550		600-800	250-350	450-600

Средние суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют приложению № 13 п. 15.6 СанПиН 2.4.1.3049-13.

Пищевая и энергетическая ценность суточного рациона питания

Таблица 4.

День	Пищевая ценность рациона			Калорийность
	Белки	Жиры	Углеводы	
1 день	71,26	74,78	274,03	2092
2 день	75,73	71,43	271,36	2037
3 день	76,9	66,92	264,99	1989
4 день	78,67	70,09	275,39	2012

5 день	76,06	74,07	275,74	2079
6 день	75,38	67,71	275,52	1981
7 день	75,30	73,21	278,28	2073
8 день	70,19	75,4	276,98	1981
9 день	73,75	70,12	256,16	2064
10 день	75,19	69,40	282,39	2001
Среднее содержание и соотношение пищевых веществ в суточном рационе				
	75	71	273	2031
Норма суточного рациона (приложение 10 СанПиН)	73	69	275	1963
Не ниже (таблица 3 п.15.1 СанПиН)	54	60	261	1800
% отклонения от нормы (+/-10%)	+2,5	+3,0	-0,7	+3,5

Пищевая ценность рациона питания в среднем за 10 дней из расчета на 1 ребенка в сутки в представленном примерном меню (содержание белков, жиров, углеводов, калорийность) отвечает нормам физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей в возрасте с 1, до 3х лет и соответствует требованиям, регламентированных таблицей 3 п. 15.1 СанПиН 2.4.1.3049-13 и приложением 10 (примечание 8) п. 15.3 настоящих санитарных правил.

Распределение энергетической ценности суточного рациона по приемам пищи в абсолютных цифрах и процентном отношении


Таблица 5

День	Рационы											
	Фактическая калорийность суточного рацион		Фактическая калорийность завтрака		Фактическая калорийность второго завтрака		Фактическая калорийность обеда		Фактическая калорийность полдника		Фактическая калорийность ужина	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
1 день	2092	100	488	23,3	107	5,1	699	33,4	308	14,7	490	23,5
2 день	2037	100	611	30,0	91	4,5	619	30,4	288	14,1	428	21,0
3 день	1989	100	455	22,9	89	4,5	744	37,4	297	14,9	404	20,3

4 день	2012	100	450	22,4	107	5,3	702	34,8	297	14,8	456	22,7
5 день	2079	100	498	24,0	125	6,0	610	29,4	317	15,2	529	25,4
6 день	1981	100	493	24,9	115	5,8	594	30,0	302	15,2	477	24,1
7 день	2073	100	513	24,7	82	4,0	779	37,5	246	11,8	453	21,9
8 день	1981	100	447	22,6	101	5,1	659	33,3	307	15,4	467	23,6
9 день	2064	100	437	21,2	90	4,4	710	34,4	289	14,0	538	26,1
10 день	2001	100	408	20,4	103	5,1	642	32,1	300	15,0	548	27,3
Средний показатель	2031	100	480	23,6	101	5,0	676	33,3	295	14,5	479	23,6
Норма по СанПиН (%)		100		20-25		5		30-35		10-15		20-25

Распределение энергетической ценности (калорийности) по приемам пищи в среднем за 10 дней, соответствует требованиям таблицы 4 п. 15,4 СанПиН 2.4.1.3049-13.

Врач по общей гигиене
ФБУЗ «ЦГиЭ в Ненецком автономном округе»

 В.В.Брезкин

Заключение:

Примерное 10-ти дневное меню Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения Ненецкого автономного округа «Детский сад «Кораблик» для детей в возрасте с 3х до 7 лет **соответствует** требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы дошкольных образовательных организаций».

Главный врач ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в Ненецком автономном округе»

  Т.В.Щелёткина