



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Ненецком автономном округе»
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Ненецком автономном округе»)

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

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

Свидетельство об аккредитации № 3-АК от 14.02.2011

ОКПО 72358003 ОГРН 1058383002094 ИНН 2983002823 КПП 298301001

Экспертное заключение № 02-19/225 от 30.10.2015 года

Санитарно-эпидемиологической экспертизы

примерного 10-дневного меню

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения

«Центр развития ребенка-детский сад № 1 г. Нарьян-Мара»

1. **Наименование объекта:** Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 1 г. Нарьян-Мара»;
2. **Юридический адрес:** 166001, Ненецкий автономный округ, г. Нарьян-Мар, ул. Рабочая, д. 14;
3. **Место нахождения:** 166001, Ненецкий автономный округ, г. Нарьян-Мар, ул. Рабочая, д. 14;
4. **Наименование документов, на основании которых выдано настоящее заключение:**
 - Заявление исх. от 30.10.2015 года № 472 от 20.10.2015 года, вход. № 1377 от 30.10.2015 года;
 - Примерное 10-дневное меню для воспитанников в возрасте с 2х до 3х лет;
5. **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 режима работы дошкольных образовательных учреждений».

МБДОУ «ЦРР-детский сад № 1 функционирует в режиме полного дня (12-ти часовое пребывание) с организацией 4-х разового питания детей.

Примерное меню для воспитанников в возрасте с 2х до 3 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 программы для ЭВМ (Свидетельство о государственной регистрации № 2009615127) Вижен Софт «Питание в детском саду» от 17.09.2009 года. На все блюда и кулинарные изделия оформлены технологические карты в соответствии с требованиями приложения 7 п. 15.5 СанПиН 2.4.1.3049-13.

**Выполнение среднесуточных норм питания для детей в возрасте с 2х до 3 лет
из расчета 1 ребенка в среднем за 10 дней**

Таблица 1

Наименование пищевого продукта	Количество продуктов на 1 ребенка в день											Норма по СанПиН из расчета на 1 ребенка при полном дне	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	В средне м за 10 дней	2-3 года	Норма +/- 10%
Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не ниже 2,5%		290	270	207	290	290	270	290	210	290	390	390	
в т. ч. кисломолочные	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	
Творог, творожные изделия		80			80			80		60	30	30	
Сметана	5	6		15,0	10			27,0	10	17	9	9	
Сыр твердый	10		10		10		10				4	4	
Мясо (бескостное/на кости)	42,2	50,6	50,6	50,6	53,5	53,7	50,6	46,4	50,6	51,2	50	50	
Птица	40			40			40	40	40		20	20	
Рыба	73,1		48,1	77		57,7			64,1		32	32	

Яйцо		8,5	48,3	20,13	11,67	1,2	51,52	44,28		14,4	20	20	
Картофель: с 01.09 по 31.10	210	95	95	210	90	210	190	90	210	200	160	160	
Овощи, зелень	324,5	312,8	262,1	160,92	180	372,5	170,7	180,2	306,5	289,8	256	256	
Фрукты (плоды) свежие	82	125	133	113	136	108	133	128	81	110	114	108	+ 5,0
Фрукты (плоды) сухие	9	18	9	9	9	9	9	18,2	9	9	10,8	9	+ 20,0
Соки фрукт. (овощные)	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	
Хлеб пшеничный	60	60	60	75	54	57	46	65	70	53	60	60	
Крупы, бобовые	6	42,2	51	20	23	25	20	57,5	27,9	28,1	30	30	
Макаронные изделия	40				35		5				8	8	
Мука пшеничная хлебопекарная		51,3	6	16	26	26	53,3	9,5	14,8	47,1	25	25	
Масло сливочное	12	18	18,8	19,7	18	18	19,8	18,3	17,4	20	18	18	
Масло растительное	13	11	10	6	8	9	13	6	9	6	9	9	
Кондитерские изделия	15	10				25			20		7	7	
Чай	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
Какао-порошок		2,5			2,5						0,5	0,5	
Кофейный напиток						3		3		4	1,0	1,0	
Сахар	35,0	42,0	39,0	32,0	38,0	36,0	37,0	36,0	35,0	37	36,7	37	
Дрожжи (сухие)		0,3					0,3			0,2	0,08	0,08	
Мука картофельная	10			10					10		3	3	
Соль пищевая	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	

Ассортимент основных пищевых продуктов в представленном меню, используемых в питании детей, соответствует требованиям п. 15.3 СанПиН 2.4.1.3049-13.

Количество продуктов из расчета на 1 ребенка в день в представленном примерном меню соответствует рекомендуемым приложением 10 настоящих санитарных правил суточным наборам.

Ассортимент и объем готовых блюд для детей в возрасте с 2х до 3 лет

Таблица 2

День	Рационы							
	завтрак		обед		полдник		ужин	
	Блюдо	Объем блюда	Блюдо	Объем блюда	Блюдо	Объем блюда	Блюдо	Объем блюда
1 день	Макароны отварные с сыром Чай с лимоном Печенье не соленое с маслом Сок персиковый	160/10 180/2 15 5 100	Салат витаминный Суп крестьянский с крупой Жаркое по-домашнему Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	40 150 170 150 40	Кефир Банан Хлеб	150 50 20	Винегрет овощной Рыба тушеная с овощами Кисель из плодов или свежих ягод Хлеб пшеничный	90 100 180 40
Итого		372/100		550		220		410
2 день	Каша рисовая молочная Батон с маслом Чай с сахаром Сок яблочный	200 40/5 180 100	Салат из моркови Суп картофельный с бобами Котлета мясная Тушеная капуста Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	30 150 70 110 150 40	Кефир Апельсин	150 95	Запеканка из творога с джемом Какао с молоком Булочка домашняя	160/10 180 50
Итого		425/100		550		245		400
3 день	Каша из овсяных хлопьев молочная Бутерброд с маслом и сыром Чай Сок яблочный	200 30/5/ 10 180 100	Салат из свежей капусты Суп рыбный Гуляш Греча рассыпчатая Компот из с/фруктов Хлеб ржаной	40 150 70 100 150 40	Кефир Груша	150 95	Салат из зеленого горошка Омлет натуральный Напиток брусничный Хлеб пшеничный	40 150 180 30
Итого		425/100		550		245		400
4 день	Каша манная молочная Бутерброд с маслом, яйцом Чай Сок фруктовый	200 35/5 0,5 180 100	Икра кабачковая консервированная Щи из свежей капусты Бефстроганов из отварного мяса Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	40 150 70 100 150 40	Кефир Яблоко	150 100	Рыба запеченная с картофелем Кисель Хлеб пшеничный	200 180 40
Итого		420,5/100		550		250		420
5 день	Каша ячневая молочная Бутерброд с маслом и сыром Чай с сахаром Сок фруктовый	200 35/5/ 10 180 100	Салат из свеклы Рассольник со сметаной Котлета рубленая мясная Макароны отварные с маслом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	40 150/10 60 100 170 20	Кефир Мандарин Хлеб ржаной	150 95 20	Салат морковный Сырники из творога со сгущенным молоком Какао с молоком Хлеб пшеничный	40 120 15 180 45
Итого		430/100		550		265		400

6 день	Каша гречневая молочная Чай с лимоном Печенье не соленое с маслом Сок виноградный	200 180/5 15 5 100	Салат из моркови Суп картофельный с мясными фрикадельками Тефтели мясные Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	40 150 60 110 150 40	Кефир Банан	150 60	Капуста тушеная Биточки рыбные Кофейный напиток Хлеб пшеничный с джемом	150 50 180 30 15
Итого		405/100		550		210		425
7 день	Каша геркулесовая молочная Хлеб с маслом и сыром Чай сладкий Сок яблочный	200 35/5 10 180 100	Салат из свежих помидоров Суп картофельный с макаронами Котлета мясная Рагу овощное Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	40 150 60 180 200 50	Кефир Яблоко свежее	150 100	Омлет натуральный Салат витаминный Чай Ватрушка с яблоком	140 40 180 40
Итого		430/100		550		250		400
8 день	Каша пшеничная молочная Хлеб с маслом Яйцо Чай с сахаром Сок персиковый	200 35/5 0,5 180 100	Салат из свежей капусты Суп овощной Бефстроганов из отварного мяса Рис отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	40 150 70 100 150 40	Кефир Мандарин	150 95	Салат из кукурузы консервированной Пудинг из творога со сгущенным молоком Кофейный напиток Батон	40 120 15 180 30
Итого		420,5/100		550		245		385
9 день	Каша манная Бутерброд с маслом Чай с лимоном Сок абрикосовый	200 35/5 180/4 100	Салат «Степной» Суп овсяный Капуста тушеная с мясом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	40 150 170 150 40	Йогурт Апельсин Конфета	150 50 20	Котлеты рыбные Пюре картофельное Кисель Хлеб пшеничный	70 150 180 25
Итого		424/100		550		220		425
10 день	Каша ячневая Бутерброд с маслом Чай с лимоном Сок персиковый	200 30/4 180/5 100	Огурец соленый Борщ Запеканка картофельная с мясом птицы Соус молочный Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	30 150 150 30 150 40	Кефир Груша	150 95	Морковная запеканка с творогом со сгущенным молоком Пирожок с капустой Кофейный напиток	160 10 50 180
Итого		419/100		550		245		400

Согласно представленного примерного меню, завтраки состоят из горячего блюда, закуски, горячего напитка. В рационы обедов включены закуски из овощей, первые блюда (суп), вторые блюда (гарнир), и блюдо из мяса (рыбы, птицы), холодные напитки. Полдники состоят из кисломолочных продуктов с булочными, фруктов. В рацион ужина включены рыбные, мясные, овощные, яичные и творожные блюда и горячие и холодные напитки.

Примерным меню предусмотрено ежедневное использование в питании детей молока, в том числе кисломолочных продуктов, мяса (или рыбы), картофеля, овощей, фруктов, хлеба, круп, сливочного и растительного масла, сахара, соли. Другие продукты в примерное 10-дневное меню включены: птица – 5 раз, рыба- 5 раз, творог - 4 раза, сыр - 4 раза, яйцо в натуральном виде 2 раза. Таким образом, представленное меню по набору блюд в рационах питания, ежедневному использованию продуктов в питании детей, а также использованию других продуктов соответствует требованиям п. 15.6 15.7 СанПиН 2.4.1.3049-13.

Суммарные объемы блюд по приемам пищи для детей в возрасте с 2-х до 3-х лет

Таблица 3

День	Завтрак	Обед	Полдник	Ужин
1 день	372	550	220	410
2 день	425	550	245	400
3 день	425	550	245	400
4 день	421	550	250	420
5 день	430	550	265	400
6 день	400	550	210	435
7 день	430	550	245	400
8 день	421	550	245	385
9 день	424	550	220	425
10 день	419	550	245	400
среднее	417	550	240	407
норма	350 - 450	450 - 550	250-350	400-500

Средние суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют приложению № 13 п. 15.6 СанПиН 2.4.1.3049-13 (таблица 3).

Пищевая и энергетическая ценность суточного рациона питания

Таблица 4.

День	Пищевая ценность рациона			Калорийность
	Белки	Жиры	Углеводы	
1 день	51,9	44,4	202,0	1428
2 день	60,3	55,1	209,8	1595
3 день	57,1	55,3	194,4	1513
4 день	58,5	56,3	194,7	1536
5 день	65,1	55,0	237,9	1766
6 день	54,6	45,8	212,5	1514
7 день	54,1	66,8	182,7	1558
8 день	65,7	62,1	201,6	1655
9 день	54,6	49,8	206,7	1523
10 день	55,0	52,7	206,9	1539
Среднее содержание и соотношение пищевых веществ в суточном рационе	58,0	54,3	205,0	1563
Норма суточного рациона (приложение 10 СанПиН) Не меньше (таблица 3 п.15.1 СанПиН)	42-59	47-56	203-215	1400-1560
% отклонения от нормы (+/-10%)				+ 0,2

Пищевая и энергетическая ценность рациона питания в представленном примерном меню (содержание белков, жиров, углеводов, калорийность) для детей в возрасте с 1,5 до 3х лет в среднем за 10 дней, удовлетворяет физиологические потребности в энергии и пищевых веществах детей вышеуказанного возраста и соответствует требованиям, регламентированных таблицей 3 п. 15.1 СанПиН 2.4.1.3049-13 и приложением 10 (примечание 8) п. 15.3 6 СанПиН 2.4.1.3049-13.

Распределение энергетической ценности суточного рациона по приемам пищи в абсолютных цифрах и процентном отношении
Таблица 5

День	Рационы 10-дневного меню											
	Калорийность суточного рациона		Калорийность завтрака		Калорийность 2 завтрака		Калорийность обеда		Калорийность полдника		Калорийность ужина	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%

1 день	1428	100	298	20,8	68	20,8	561	39	149	10,4	352	24,6
2 день	1595	100	394	24,7	43	24,7	522	33	120	7,5	516	32,0
3 день	1513	100	378	25,0	68	25,0	569	35	156	10,3	342	22,5
4 день	1536	100	398	26	43	26	588	38	127	8,2	380	24,0
5 день	1766	100	387	22,0	55	22,0	657	37	156	9,0	511	29,0
6 день	1514	100	297	20,0	70	20,0	568	38	137	9,2	442	30,0
7 день	1558	100	395	25,3	43	25,3	600	38	124	8,0	396	25,0
8 день	1655	100	390	23,6	68	23,6	591	35	108	6,5	498	30,0
9 день	1523	100	359	23,5	55	23,5	536	35	160	10,0	413	27,0
10 день	1539	100	334	22,0	68	22,0	494	32	122	8,0	520	34,0
Средний показатель	1563	100	363	23,2	58	4,2	569	36,0	136	9,6	437	27,0
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.

Материалы для проведения экспертизы подготовила
помощник врача эпидемиолога ФБУЗ «ЦГиЭ в Ненецком автономном округе

А.А.Леонова

Заключение:

Примерное 10-ти дневное меню Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка-детский сад № 1 г. Нарьян-Мара» для детей в возрасте с 2х до 3х лет **соответствует** требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы дошкольных образовательных организаций».

И.о. главного врача ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в Ненецком автономном округе»



В.В.Брезкин