



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 № 02-19/226 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 20.10.2015 года № 427, вход. № 1377 от 30.10.2015 года;
 - Примерное 10-дневное меню для воспитанников в возрасте с 3х до 7 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 3 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 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 3х до 7 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	3-7 лет года	Норма +/- 10%
Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не ниже 2,5%	180	556	480	495	520	520	480	480	408	500	462	450	+ 2,7
в т. ч. кисломолочные	180	180	180	180	180	180	180	180	180	180	180	180	
Творог, творожные изделия		100			100			100		100	40,0	40,0	
Сметана	10	4,6	10	23,8	10			26	11	14,6	11	11	
Сыр твердый	15		11		15		11		11		6,3	6,4	-1,6
Мясо (бескостное/на кости)	80	100	90	90	100	100	20	90	88	24	78	75	+ 4,0
Птица	50			50				50		120	27	27	
Рыба	102,1		50		133,3	60			84,6		43	39	+ 10,0
Колбасные изделия							70				7	7	-
Яйцо		10,18	75,0	24,15	5,0	1,6	75,0	35,65	4,43	8,99	24	0,6 (24)	-

Картофель: с 01.09 по 31.10	189	71	235	209	252	145	200	232	157	254	194	187	+ 3,7
Овощи, зелень	411	396	241	148	220	434	383	214	376	235	306	325	- 5,0
Фрукты (плоды) свежие	92,2	142,8	113,8	113,8	136,0	146,9	145,4	135,0	149,9	114,4	129	114	+ 13,1
Фрукты (плоды) сухие	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	
Соки фрукт. (овощные)	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	
Хлеб пшеничный	60	85	99	85	99	62	75	85	90	60	80	80	
Крупы, бобовые	10,1	52,1	89	23	31	26	23	100	32	33,4	42	43	- 2,7
Макаронные изделия	55				55		10				12	12	
Мука пшеничная хлебопекарная		47,2	6	18,4	29	18,1	35	6,8	12,0	92,7	26,5	29	- 8,6
Масло сливочное	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	
Масло растительное	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	
Кондитерские изделия	30		50		25	45			50		19,5	20	
Чай	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	
Какао-порошок		2,2			4						0,6	0,6	
Кофейный напиток						4		4		4	1,2	1,2	
Сахар	53,0	61,5	51,0	43,0	48,8	42,0	50,0	58,7	43	45,8	49,6	47	+ 5,0
Дрожжи (сухие)		0,4					0,4			0,4	0,1	0,1	
Мука картофельная	10			10					10		3,0	3,0	
Соль пищевая	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6,0	6,0	

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 3х до 7 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	180/13	Салат витаминный	60	Кефир	180	Винегрет овощной	100
	Чай с лимоном	200/2	Суп крестьянский с крупой	250	Банан	50	Рыба тушеная с овощами	120
	Икра кабачковая	60	Жаркое по-домашнему	240			Кисель из плодов или свежих ягод	200
	Печенье не соленое	30	Компот из сухофруктов	200			Хлеб пшеничный	40
	Сок персиковый	100	Хлеб ржаной	50				
Итого		485/100		800		230		460
2 день	Каша рисовая		Салат из моркови	60	Кефир	180	Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/30
	молочная	250	Суп картофельный с бобами	250	Апельсин	100	Какао с молоком	200
	Батон с маслом	45/6	Котлета мясная	70			Булочка домашняя	70
	Чай с сахаром	200	Тушеная капуста	150				
	Сок яблочный	100	Компот из сухофруктов	200				
			Хлеб ржаной	50				
Итого		501/100		800		280		450
3 день	Каша из овсяных хлопьев молочная	250	Салат из свежей капусты	60	Кефир	180	Салат из зеленого горошка	60
	Бутерброд с маслом и сыром	45/6	Суп рыбный	250	Баба ромовая	50	Омлет натуральный	180
	Чай	10	Гуляш	80	Груша	100	Напиток брусничный	200
	Сок яблочный	200	Греча рассыпчатая	160			Хлеб пшеничный	40
		100	Компот из с/фруктов	200				
			Хлеб ржаной	50				
Итого		511/100		800		330		480
4 день	Каша манная		Икра кабачковая		Кефир	180	Рыба запеченная с картофелем	
	молочная	250	консервированная	60	Хлеб пшеничный	40	Кисель	240
	Бутерброд с маслом	45/6	Щи из свежей капусты	250	Яблоко	100	Хлеб пшеничный	200
	Чай	200	Бефстроганов из отварного мяса	80				40
			Картофельное пюре	160				
	Сок фруктовый	100	Компот из сухофруктов	200				
			Хлеб ржаной	50				
Итого		501/100		800		320		480
5 день	Каша ячневая	250	Салат из свеклы	60	Кефир	180	Салат морковный	60
	молочная		Рассольник	250	Мандарин	100	Сырники из творога с вареньем	150
	Бутерброд с маслом и сыром	45/6/10	Котлета рубленая мясная	70			Какао с молоком	25
	Какао с молоком		Макароны отварные с маслом	150				200
			Соус томатный	40			Батон	40

	Чай с сахаром	200	Компот из сухофруктов	180				
	Сок фруктовый	100	Хлеб ржаной	50				
Итого		511/100		800		280		475
6 день	Каша гречневая	250	Салат из моркови	60	Кефир	180	Капуста тушеная	170
	молочная		Суп картофельный с мясными		Банан	100	Биточки рыбные	80
	Чай с лимоном	200/2	фрикадельками	250			Кофейный напиток	200
	Печенье несоленое с	30	Тефтели мясные	80			Хлеб пшеничный	40
	маслом	6	Картофель отварной	150			с джемом	15
	Сок виноградный	100	Компот из сухофруктов	200				
			Хлеб ржаной	50				
Итого		488/100		790		280		505
7 день	Каша геркулесовая	250	Салат из свежих помидоров	60	Кефир	180	Омлет натуральный	180
	молочная		Суп картофельный с		Хлеб пшеничный	30	Салат витаминный	60
	Хлеб с маслом и	45/6	макаронами	250	Яблоко свежее	100	Чай	200
	сыром	10	Сосиска отварная	70			Ватрушка с яблоком	50
	Чай сладкий	200	Рагу овощное	170				
	Сок яблочный	100	Компот из сухофруктов	200				
			Хлеб ржаной	50				
Итого		511/100		800		310		490
8 день	Каша пшеничная		Салат из свежей капусты	60	Кефир	180	Салат из кукурузы	
	молочная	250	Суп овощной	250/5	Мандарин	100	консервированной	60
	Хлеб с маслом	45/6/0,5	Бефстроганов из отварного				Пудинг из творога	150
	Яйцо		мяса	80			Кофейный напиток	200
	Какао с молоком	200	Рис отварной	160			Хлеб пшеничный	40
	Сок персиковый	100	Компот из сухофруктов	200				
			Хлеб ржаной	50				
Итого		501/100		800		280		450
9 день	Каша манная	250	Салат «Степной	60	Йогурт	180	Котлеты рыбные	80
	молочная		Суп овсяный	250	Ромовая баба	50	Пюре картофельное	240
	Бутерброд с маслом,	40/6/10	Капуста тушеная с мясом	230	Апельсин	100	Кисель	200
	сыром		Компот из сухофруктов	200			Хлеб пшеничный	50
	Чай с лимоном	200/4	Хлеб ржаной	50				
	Сок абрикосовый	100						
Итого		510/100		790		330		570
10 день	Каша «Дружба»	250	Огурец соленый	60	Кефир	180	Запеканка творожная со	
	Бутерброд с маслом	40/6	Борщ	250	Пряник	30	сгущенным молоком	150/30
	Чай с лимоном	200/4	Запеканка картофельная с		Груша	100	Пирожок с капустой	70
			мясом птицы	250			Кофейный напиток	200
	Сок персиковый	100	Компот из сухофруктов	190				
			Хлеб ржаной	50				
Итого		500/100		800		310		450

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 3х до 7 лет

Таблица 3

День	Завтрак	Обед	Полдник	Ужин
1 день	485	800	230	460
2 день	501	800	280	450
3 день	511	800	330	480
4 день	501	800	320	480
5 день	511	800	280	475
6 день	488	790	290	505
7 день	511	800	310	490
8 день	501	800	280	450
9 день	510	790	330	570
10 день	500	800	310	450
среднее	503	798	295	481
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 (таблица 3).

Пищевая и энергетическая ценность суточного рациона питания

Таблица 4.

	Пищевая ценность рациона	
--	--------------------------	--

День	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1 день	64,8	52,9	252,1	1927
2 день	76,9	63,0	257,7	1985
3 день	77,7	84,7	261,0	2162
4 день	81,5	80,3	260,6	2282
5 день	76,8	69,3	275,6	2044
6 день	64,2	54,0	281,9	1885
7 день	67,3	88,9	240,9	2023
8 день	93,1	79,4	273,8	2114
9 день	65,5	61,2	279,2	2128
10 день	80,9	74,7	291,7	2177
Среднее содержание и соотношение пищевых веществ в суточном рационе	74,9	70,8	267,4	2073
Не меньше (таблица 3 п.15.1 СанПиН) Норма суточного рациона (приложение 10 СанПиН)	54-73	60-69	261-275	1800-1963
% отклонения от нормы (+/-10%)	+ 2,6	+ 2,6		+ 5,6

Пищевая и энергетическая ценность рациона питания в представленном примерном меню (содержание белков, жиров, углеводов, калорийность) для детей в возрасте с 3х до 7 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

Таблица 5

День	Рационы											
	Фактическая калорийность суточного рациона		Фактическая калорийность завтрака		Фактическая калорийность 2 завтрака		Фактическая калорийность обеда		Фактическая калорийность полдника		Фактическая калорийность ужина	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
1 день	1927		567,6		68		727,3		140,5		423,6	
2 день	1985		439,3		43		669,6		138,4		694,6	

3 день	2162		510,8		43		775,0		312,4		520,3	
4 день	2282		546,6		43		752,4		237,1		702,4	
5 день	2044		446,7		55		769,8		133,4		639,0	
6 день	1885		394,5		70		688,6		191,4		540,2	
7 день	2023		470,9		43		701,8		213,4		593,8	
8 день	2114		480,9		68		850,8		133,4		581,1	
9 день	2128		432,6		55		622,3		299,4		718,6	
10 день	2177		432,7		68		667,5		142,4		866,7	
Средний показатель	2073		472	22,8	56	2,7	718	34,6	204	10,0	628,0	30,0

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 (таблица 5).

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 3х до 7 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