

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)



Сезон: **Осень-зима**
Возрастная категория: **с 7 до 11 лет**

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная	150	9	12	34,35	281	КП27004
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	25	КП27011
Бутерброд с повидлом(40/10)	50	6	4	19	136	КП27117
Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0,4	0,4	8,8	36	КП27017
Всего в Завтрак	500	15,6	16,4	68,65	478	
Всего в день	500	15,6	16,4	68,65	478	

1-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Картофельное пюре	170	5,1	8,5	40,8	260	КП27018
Фрикадельки куриные с подливом овощным	90	6	6,01	11	122	КП27019
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	25	КП27011
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Всего в Завтрак	500	14,7	14,91	77,7	502	
Всего в день	500	14,7	14,91	77,7	502	

1-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша рисовая молочная	200	6,66	8	29,34	234	КП27020
Слойка с творогом	60	4,8	10,37	24,5	210	КП26129
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	25	КП27011
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Всего в Завтрак	500	15,06	18,77	79,74	564	
Всего в день	500	15,06	18,77	79,74	564	

1-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Макароны отварные с маслом	170	4,54	6,8	30,6	202	КП27021
Котлеты мясные с соусом томатным	90	8	10	25	222	КП27022
Чай витаминизированный "Витошка"	200			10	40	КП27023
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1

Всего в Завтрак	500	15,94	17,2	85	559	
Всего в день	500	15,94	17,2	85	559	

1-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша "Артек" молочная	200	6	5	31,2	202	КП27002
Самса детская	60	7,15	13,68	17,85	224	КП26125
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	25	КП27011
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Всего в Завтрак	500	16,75	19,08	74,95	546	
Всего в день	500	16,75	19,08	74,95	546	

2-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	180	9	9,9	29,7	219	КП27024
Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	90	3,6	9,9	13,5	154	КП27108
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	25	КП27011
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Всего в Завтрак	500	16,2	20,2	69,1	492	
Всего в день	500	16,2	20,2	69,1	492	

2-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша гречневая рассыпчатая	150	5	5	21	149	КП27025
Котлеты куриные с соусом томатным	90	10	10	19	163	КП27026
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	25	КП27011
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Печенье в ассортименте для детского питания	40	1,81	7,1	25,2	171	КП27056
Всего в Завтрак	520	20,4	22,5	91,1	602	
Всего в день	520	20,4	22,5	91,1	602	

2-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная	170	10,2	13,6	38,93	318	КП27004
Сырники из творога с яблочным соусом	90	5	2,76	17,2	136	КП27028
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	25	КП27011
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Всего в Завтрак	500	18,8	16,76	82,03	574	
Всего в день	500	18,8	16,76	82,03	574	

2-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						

Борщ с капустой и картофелем	200	2,67	4,2	15	108	КП27114
Самса детская	60	7,15	13,68	17,85	224	КП26125
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	25	КП27011
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Всего в Завтрак	500	13,42	18,28	58,75	452	
Всего в день	500	13,42	18,28	58,75	452	

2-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Завтрак						
Каша пшённая молочная жидкая	200	8	8	28	225	КП27031
Слойка с фруктовой начинкой	60	3	9,4	32,8	225	КП26124
Чай с сахаром	200	0,2		6,5	25	КП27011
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Всего в Завтрак	500	14,6	17,8	86,7	570	
Всего в день	500	14,6	17,8	86,7	570	

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)



Сезон: **Осень-зима**
Возрастная категория: **с 7 до 11 лет**

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Обед						
Рассольник овощной	200	7	8	15	160	КП27064
Макароны отварные с маслом	150	4,01	6	27	179	КП27021
Котлеты мясные с соусом томатным	90	8	10	25	222	КП27022
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	116	КП27075
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Хлеб ржаной	40	2,72	0,32	17,4	83	2
Всего в Обед	720	26,12	24,77	131,3	855	
Всего в день	720	26,12	24,77	131,3	855	

1-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Обед						
Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	60	2,4	6,6	9	103	КП27108
Суп картофельный с горохом	200	9,5	8	15,14	171	КП27015
Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	160	8	8,8	26,4	194	КП27024
Компот яблочный	200			17,6	72	КП27076
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Хлеб ржаной	40	2,72	0,32	17,4	83	2
Всего в Обед	700	26,02	24,12	104,94	718	
Всего в день	700	26,02	24,12	104,94	718	

1-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Обед						
Суп-лапша домашняя	200	4,79	8,07	29	208	КП27065
Каша гречневая рассыпчатая	150	5	5	21	149	КП27025
Фрикадельки куриные с подливом овощным	90	6	6,01	11	122	КП27019
Компот из яблок и черноплодной рябины	200	0,1		7,5	32	ДГ27028
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Хлеб ржаной	40	2,72	0,32	17,4	83	2
Всего в Обед	720	22,01	19,8	105,3	689	
Всего в день	720	22,01	19,8	105,3	689	

1-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Обед						
Уха по-царски	200	4,2	8,4	7,4	122	КП27066
Рагу из овощей	160	6,48	11,74	19,2	208	КП27067
Самса детская	60	7,15	13,68	17,85	224	КП26125
Компот яблочный	200			17,6	72	КП27076
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Хлеб ржаной	40	2,72	0,32	17,4	83	2
Всего в Обед	700	23,95	34,54	98,85	804	
Всего в день	700	23,95	34,54	98,85	804	

1-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Обед						
Борщ с капустой и картофелем	200	2,67	4,2	15	108	КП27114
Плов из перловой крупы с куриным фаршем	180	7	8	25	200	КП27068
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	116	КП27075
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Хлеб ржаной	40	2,72	0,32	17,4	83	2
Печенье в ассортименте для детского питания	40	1,81	7,1	25,2	171	КП27056
Всего в Обед	700	18,6	20,07	129,5	773	
Всего в день	700	18,6	20,07	129,5	773	

2-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Обед						
Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	7,5	8	15,13	163	КП27069
Макароны отварные с маслом	150	4,01	6	27	179	КП27021
Котлеты мясные с соусом томатным	90	8	10	25	222	КП27022
Компот яблочный	200			17,6	72	КП27076
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Хлеб ржаной	40	2,72	0,32	17,4	83	2
Всего в Обед	720	25,62	24,72	121,53	814	
Всего в день	720	25,62	24,72	121,53	814	

2-ая неделя/Вторник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Обед						
Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	60	2,22	4,2	13,5	98	КП27077
Щи из свежей капусты с картофелем	200	3,33	8,33	22,67	171	КП27115
Плов из перловой крупы с куриным фаршем	160	6,22	7,11	22,22	178	КП27068
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,05	27,5	116	КП27075
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Хлеб ржаной	40	2,72	0,32	17,4	83	2
Всего в Обед	700	18,89	20,41	122,69	740	
Всего в день	700	18,89	20,41	122,69	740	

2-ая неделя/Среда

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Обед						
Суп-лапша домашняя	200	4,79	8,07	29	208	КП27065
Картофельное пюре	150	4,5	7,5	36	230	КП27018
Котлеты куриные с соусом томатным	90	10	10	19	163	КП27026
Компот яблочный	200			17,6	72	КП27076
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Хлеб ржаной	40	2,72	0,32	17,4	83	2
Всего в Обед	720	25,41	26,29	138,4	851	
Всего в день	720	25,41	26,29	138,4	851	

2-ая неделя/Четверг

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Обед						
Рассольник ленинградский с крупой перловой	200	8	8,67	25,33	211	КП27071
Каша гречневая рассыпчатая	150	5	5	21	149	КП27025
Фрикадельки куриные с подливом овощным	90	6	6,01	11	122	КП27019
Компот из яблок и черноплодной рябины	200	0,1		7,5	32	ДГ27028
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Хлеб ржаной	40	2,72	0,32	17,4	83	2
Всего в Обед	720	25,22	20,39	101,63	692	
Всего в день	720	25,22	20,39	101,63	692	

2-ая неделя/Пятница

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
Обед						
Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	60	2,4	6,6	9	103	КП27108
Суп картофельный с вермишелью	200	3,33	5,41	23	154	КП27072
Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	160	8	8,8	26,4	194	КП27024
Компот яблочный	200			17,6	72	КП27076
Хлеб пшеничный	40	3,4	0,4	19,4	95	1
Хлеб ржаной	40	2,72	0,32	17,4	83	2
Всего в Обед	700	19,85	21,53	112,8	701	
Всего в день	700	19,85	21,53	112,8	701	

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения
«Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан»
ОРГАН ИНСПЕКЦИИ

Юридический и фактический адрес: 450054, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Шафиева, д. 7
E-mail: fguz@02.rospotrebnadzor.ru, <https://sesufa.ru/>, тел. (347) 287-85-00

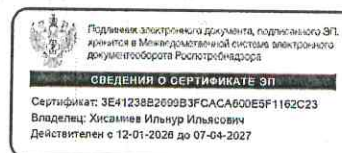
ИНН 0276090570, ОГРН 1050204212255

Уникальный номер записи об аккредитации в реестре аккредитованных лиц № RA.RU.710014
Дата внесения в реестр сведений об аккредитованном лице 22.04.2015

УТВЕРЖДАЮ:

Заместитель главного врача

Хисамиев Ильнур Ильясович



Верно Юсупова
«19» 08 2026

Подлинник документа находится в ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан»
в деле № 01-06 за 2026 год.

Экспертное заключение
от 12.08.2026 № 02-20-03-Э5137-2026

Объект инспекции: санитарно-эпидемиологическая оценка (меню для организации питания детей с 7 до 11 лет).

Заявитель: Общество с ограниченной ответственностью «Центр питания».

Юридический адрес: 452173, Республика Башкортостан, Чишминский район, р.п. Чишмы, ул. Коммунистическая, д. 17.

Место нахождения объекта: 450054, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Шафиева, д. 7.

Основание: договор № Д-26-7042 от 27.07.2026;
заявление № 02-20/4769-2026/ОИ от 15.07.2026.

Цель: установить соответствие/несоответствие объекта инспекции требованиям п.п. 8.1.2, 8.1.2.3, 8.1.3, 8.1.4, 8.1.6, прил. 9, табл. 1,3, прил. 10, табл. 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Рассмотренные документы:

примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (2-х недельное), сезон: осень-зима, возрастная категория: учащиеся с 7 до 11 лет (завтраки);

примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (2-х недельное), сезон: осень-зима, возрастная категория: учащиеся с 7 до 11 лет (обеды);

технологические карты и технико-технологические карты.

Дата (ы) проведения инспекции: 11.08.2026-12.08.2026.

Результаты инспекции:

Для санитарно-эпидемиологической оценки предоставлено примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (2-х недельное), сезон: осень-зима, возрастная категория: учащиеся с 7 до 11 лет (завтраки, обеды) (далее по тексту – примерное меню).

Предоставленное примерное меню утверждено директором ООО «Центр питания», что не противоречит требованиям п. 8.1.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Предоставленное примерное меню разработано на 10 дней (2 недели с учетом режима организации) и дифференцировано по возрастным группам детей (с 7 до 11 лет), что соответствует требованиям п. 8.1.4 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Примерное меню для возрастной категории детей с 7 до 11 лет рассчитано на два приема пищи: завтрак, обед.

В предоставленном примерном меню содержится информация о количественном составе блюд, пищевой и энергетической ценности каждого блюда, а также указаны ссылки на используемые рецептуры.

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в примерное меню включена специализированная пищевая продукция промышленного выпуска, обогащенная витаминами и микроэлементами (хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом), витаминизированные напитки промышленного выпуска (чай витаминизированный «Витошка»), в целях профилактики йододефицитных состояний у детей при приготовлении блюд и кулинарных изделий используется соль йодированная, что не противоречит требованиям п. 8.1.6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Согласно примерного меню, распределение калорийности по отдельным приемам пищи в процентном отношении от суточного рациона представлено в таблице 1:

Таблица 1

Прием пищи	Завтрак	Обед
Средний процент энергетической ценности (%) *	23	32
Норма (%)	20-25	30-35

Распределение энергетической ценности в процентном отношении по приемам пищи соответствует требованиям п. 8.1.2, прил. 10, табл. 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Согласно примерного меню, распределение потребления энергии по приемам пищи для детей с 7 до 11 лет представлено в таблице 2:

Таблица 2

День недели	Прием пищи	ЭЦ, ккал	Величина допустимого уровня	
			Нормируемый показатель калорийности по отдельным приемам пищи, %	Нормируемый показатель с учетом отступления от норм калорийности $\pm 5\%$ в течение дня
Неделя 1, понедельник	завтрак	478	20-25	446,5-616,9
	обед	855	30-35	669,8-863,6
Неделя 1, вторник	завтрак	502	20-25	446,5-616,9
	обед	718	30-35	669,8-863,6
Неделя 1, среда	завтрак	564	20-25	446,5-616,9
	обед	689	30-35	669,8-863,6
Неделя 1, четверг	завтрак	559	20-25	446,5-616,9
	обед	804	30-35	669,8-863,6
Неделя 1, пятница	завтрак	546	20-25	446,5-616,9
	обед	773	30-35	669,8-863,6
Неделя 2, понедельник	завтрак	493	20-25	446,5-616,9
	обед	814	30-35	669,8-863,6
Неделя 2, вторник	завтрак	602	20-25	446,5-616,9
	обед	740	30-35	669,8-863,6
Неделя 2, среда	завтрак	574	20-25	446,5-616,9
	обед	851	30-35	669,8-863,6
Неделя 2, четверг	завтрак	452	20-25	446,5-616,9
	обед	692	30-35	669,8-863,6
Неделя 2, пятница	завтрак	570	20-25	446,5-616,9
	обед	701	30-35	669,8-863,6

Распределение энергетической ценности с учетом отступления от норм калорийности $\pm 5\%$ в течение дня по приемам пищи соответствует требованиям п. 8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Масса порций блюд по приемам пищи с понедельника по пятницу двух недель соответствует требованиям п. 8.1.2, прил. 9, табл. 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Суммарный объем блюд по приемам пищи для детей с 7 до 11 лет представлен в таблице 3:

Прием пищи	Завтрак	Обед
Минимальный вес (г)	500	700
Норма (г) не менее	500	700

Суммарный объем блюд по приемам пищи с понедельника по пятницу двух недель соответствует требованиям п. 8.1.2, прил. 9, табл. 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Выводы: несоответствия не выявлены.

Заключение: меню для организации питания детей с 7 до 11 лет соответствует требованиям п.п. 8.1.2, 8.1.2.3, 8.1.3, 8.1.4, 8.1.6, прил. 9, табл. 1,3, прил. 10, табл. 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Инспекция проведена:

заведующим отделением гигиены питания,
врачом по общей гигиене
(образование – высшее медицинское;
сведения о прохождении аккредитации 2022.3096493;
по специальности «Общая гигиена»,
уникальный номер реестровой записи
7722 028769571, действителен до 27.12.2027;
по специальности «Гигиена детей и подростков»,
уникальный номер реестровой записи 7723 030979089,
действителен до 25.07.2028)
стаж работы в области оценки соответствия 10 лет)



Шайдуллиной Юлией Ринатовной

Заведующий отделением коммунальной гигиены,
врач по коммунальной гигиене
(образование – высшее медицинское, уникальный номер
реестровой записи 7725 033848186 по
специальности «Коммунальная гигиена»,
действителен до 23.12.2030;
уникальный номер реестровой записи 7724 031802735
по специальности «Общая гигиена», действителен
до 26.03.2029; стаж работы в области оценки
соответствия 15 лет)



Мавлютова Регина Ривхатовна

