

Утверждаю  
Директор ООО "ГРАНД"  
И.П. Фадеева



## Примерное двенадцатидневное меню

Для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов  
общеобразовательных организаций Республики Татарстан на 2021/2022 учебный год



| № рецеп.    | Наименование блюда         | Выход  | Белки, г | Жиры, г | Углевод, г | Калорийность, ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг  | Р, мг  | Мг, мг | Fe, мг |
|-------------|----------------------------|--------|----------|---------|------------|--------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|---------|--------|--------|--------|
| 1-ая неделя |                            |        |          |         |            |                    |                |               |               |               |         |        |        |        |
| 2 день      |                            |        |          |         |            |                    |                |               |               |               |         |        |        |        |
| 338         | ФРУКТЫ                     | 100    | 0,4      | 0,4     | 9,8        | 47                 | 0,03           | 10            | -             | 0,2           | 16      | 11     | 9      | 2,2    |
| 52          | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (ДОЛЬКАМИ) | 60     | 0,845    | 4,608   | 4,956      | 55,68              | 0,125          | 1,35          | 93,1          |               | 92,279  | 24,38  | 12,417 | 0,32   |
| 289         | РАГУ ИЗ КУРЯЦЫ             | 50/150 | 11,55    | 12,204  | 17,37      | 192,71             | 0,1            | 3,37          | 43            | -             | 32,25   | 91,23  | 21,14  | 0,091  |
| 382         | КАКАО С МОЛОКОМ            | 200    | 3,172    | 2,1     | 30,168     | 177,1              | 0,024          | 0,3           | 39            | 0,012         | 125,72  | 116,2  | 12,8   | 0,04   |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 30     | 2,28     | 0,24    | 11,76      | 71                 | 0,033          | -             | -             | 0,33          | 6       | 19,5   | 4,2    | 0,33   |
|             | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ              | 20     | 1        | 0,2     | 9          | 44                 | 0,014          | -             | -             | 0,108         | 2,76    | 12,72  | 3      | 0,12   |
|             | Итого:                     | 610    | 19,247   | 19,752  | 83,054     | 587,49             | 0,326          | 15,02         | 175,1         | 0,65          | 275,009 | 275,03 | 62,557 | 3,101  |

| № рецеп.    | Наименование блюда                   | Выход   | Белки, г | Жиры, г | Углевод<br>ы, г | Калорийность<br>ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин Е,<br>мг | Са, мг  | Р, мг   | Мg, мг | Fe, мг |
|-------------|--------------------------------------|---------|----------|---------|-----------------|----------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------|---------|--------|--------|
| 1-ая неделя |                                      |         |          |         |                 |                      |                   |                  |                  |                  |         |         |        |        |
| 3 день      |                                      |         |          |         |                 |                      |                   |                  |                  |                  |         |         |        |        |
| 62          | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                     | 60      | 0,74     | 1,128   | 4,886           | 49,02                | 0,025             | 15,456           | -                |                  | 15,456  | 31,66   | 21,629 | 0,399  |
| 279         | ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ 2-й ВАРИАНТ С СОУСОМ | 60/30   | 12,26    | 14,67   | 8,23            | 148,62               | 0,048             | 0,36             | 146,25           | 0,396            | 134,64  | 72,55   | 14,4   | 0,6    |
| 202         | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ          | 150     | 2,60     | 3,498   | 28,5            | 187                  | 0,047             | -                | 28,37            | 0,816            | 15,857  | 47,109  | 8,479  | 0,209  |
| 376         | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С КУРАГОЙ       | 200/8/8 | 0,321    | 0,005   | 21,725          | 88                   | 0,15              | -                | 0,309            | 1,5              | 100,45  | 91,5    | 10     | 1,345  |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30      | 2,28     | 0,24    | 11,76           | 71                   | 0,033             | -                | -                | 0,33             | 6       | 19,5    | 4,2    | 0,33   |
|             | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                        | 20      | 1        | 0,2     | 9               | 44                   | 0,014             | -                | -                | 0,108            | 2,76    | 12,72   | 3      | 0,12   |
|             | Итого:                               | 566     | 19,201   | 19,741  | 84,101          | 587,64               | 0,317             | 15,816           | 174,929          | 3,15             | 275,163 | 275,039 | 61,708 | 3,003  |

| № рецеп.    | Наименование блюда            | Выход      | Белки, г      | Жиры, г       | Углеводы, г  | Калорийность, ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг        | Р, мг          | Мг, мг        | Fe, мг       |
|-------------|-------------------------------|------------|---------------|---------------|--------------|--------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| 1-ая неделя |                               |            |               |               |              |                    |                |               |               |               |               |                |               |              |
| 4 день      |                               |            |               |               |              |                    |                |               |               |               |               |                |               |              |
| 338         | ФРУКТЫ                        | 100        | 0,4           | 0,4           | 9,8          | 47                 | 0,03           | 10            | -             | 0,2           | 16            | 11             | 9             | 1,1          |
| 45          | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60         | 1,186         | 2,95          | 6,76         | 35,8               | 0,012          | 1,51          | -             | 5,06          | 17,3          | 16,7           | 17            | 0,3          |
| 234         | БЛЮЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ        | 60/30      | 8,256         | 6,72          | 11,53        | 192,716            | 0,036          | 0,406         | 104,76        | -             | 195,96        | 129,46         | 13,696        | 0,118        |
| 312         | ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ             | 150        | 6,06          | 8,8           | 20,44        | 139,23             | 0,204          | 3,11          | -             | -             | 36,975        | 85,595         | 15,75         | 1,01         |
| 377         | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ          | 200/8      | 0,2           | 0,004         | 14,49        | 58,05              | -              | -             | 70,32         | -             | 0,44          | -              | -             | 0,044        |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                | 30         | 2,28          | 0,24          | 11,76        | 71                 | 0,033          | -             | -             | 0,33          | 6             | 19,5           | 4,2           | 0,33         |
|             | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                 | 20         | 1             | 0,2           | 9            | 44                 | 0,014          | -             | -             | 0,108         | 2,76          | 12,72          | 3             | 0,12         |
|             | <b>Итого:</b>                 | <b>658</b> | <b>19,382</b> | <b>19,314</b> | <b>83,78</b> | <b>587,796</b>     | <b>0,329</b>   | <b>15,026</b> | <b>175,08</b> | <b>5,698</b>  | <b>275,43</b> | <b>274,975</b> | <b>62,646</b> | <b>3,022</b> |

| № рещ.      | Наименование блюда            | Выход   | Белки, г | Жиры, г | Углевод<br>ы, г | Калорийно<br>сть, ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг | Р, мг  | Мг, мг | Fe, мг |
|-------------|-------------------------------|---------|----------|---------|-----------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|--------|--------|--------|--------|
| 1-ая неделя |                               |         |          |         |                 |                        |                   |                  |                  |                  |        |        |        |        |
| 5 день      |                               |         |          |         |                 |                        |                   |                  |                  |                  |        |        |        |        |
| 52          | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ               | 60      | 0,845    | 4,608   | 4,956           | 55,68                  | 0,125             | 1,35             | 93,1             |                  | 92,279 | 24,38  | 12,417 | 0,32   |
| 291         | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                 | 150/50  | 15,01    | 13,95   | 48,114          | 357,67                 | 0,15              | 11,87            | 82               | -                | 171,09 | 216,93 | 41,93  | 1,89   |
| 377         | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ | 200/8/7 | 0,13     | 0,012   | 9,87            | 59,5                   | 0,003             | 1,8              |                  | 0,014            | 3,25   | 1,54   | 0,84   | 0,36   |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                | 30      | 2,28     | 0,24    | 11,76           | 71                     | 0,033             | -                | -                | 0,33             | 6      | 19,5   | 4,2    | 0,33   |
|             | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                 | 20      | 1        | 0,2     | 9               | 44                     | 0,014             | -                | -                | 0,108            | 2,76   | 12,72  | 3      | 0,12   |
|             | Итого:                        | 525     | 19,265   | 19,01   | 83,7            | 587,85                 | 0,325             | 15,02            | 175,1            | 0,452            | 275,38 | 275,07 | 62,387 | 3,02   |

| № рел.      | Наименование блюда            | Выход   | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг  | Р, мг   | Мг, мг | Fe, мг |
|-------------|-------------------------------|---------|----------|---------|-------------|--------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|---------|---------|--------|--------|
| 1-ая неделя |                               |         |          |         |             |                    |                |               |               |               |         |         |        |        |
| 6 день      |                               |         |          |         |             |                    |                |               |               |               |         |         |        |        |
| 338         | ФРУКТЫ                        | 100     | 0,4      | 0,4     | 9,8         | 47                 | 0,03           | 10            | -             | 0,2           | 16      | 11      | 9      | 1,8    |
| 45          | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60      | 1,186    | 2,95    | 6,76        | 35,8               | 0,012          | 1,51          | -             | 5,06          | 17,3    | 16,7    | 17     | 0,3    |
| 145         | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ    | 150     | 3,935    | 3,675   | 20,105      | 178                | 0,15           | 1,58          | 143,5         | -             | 72,195  | 67,69   | 1,665  | 0,01   |
| 295         | КОГЛЕЦЫ КУРИНЫЕ С СОУСОМ      | 60/30   | 9,045    | 10,88   | 10,6        | 136                | 0,068          | 0,636         | 31,56         | -             | 42,44   | 61,403  | 13,478 | 0,35   |
| 378         | ЧАЙ С МОЛОКОМ                 | 200     | 1,42     | 1,26    | 14,8        | 75,3               | 0,04           | 1,24          | -             | -             | 118     | 86,3    | 14,3   | 0,01   |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                | 30      | 2,28     | 0,24    | 11,76       | 71                 | 0,033          | -             | -             | 0,33          | 6       | 19,5    | 4,2    | 0,33   |
|             | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                 | 20      | 1        | 0,2     | 9           | 44                 | 0,014          | -             | -             | 0,108         | 2,76    | 12,72   | 3      | 0,12   |
|             | Итого:                        | 650     | 19,266   | 19,605  | 82,825      | 587,1              | 0,347          | 14,966        | 175,06        | 5,698         | 274,695 | 275,313 | 62,643 | 2,92   |
|             | Средняя за первую неделю:     | 599,000 | 19,738   | 20,211  | 83,458      | 587,659            | 0,330          | 15,124        | 175,072       | 2,700         | 275,137 | 275,083 | 62,410 | 3,014  |

| № рецеп.    | Наименование блюда                       | Выход  | Белки, г | Жиры, г | Углево<br>ды, г | Калорийно<br>сть, ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг | Р, мг  | Мг, мг | Fe, мг |
|-------------|--|--------|----------|---------|-----------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|--------|--------|--------|--------|
| 2-ая неделя |  |        |          |         |                 |                        |                   |                  |                  |                  |        |        |        |        |
| 1 день      |  |        |          |         |                 |                        |                   |                  |                  |                  |        |        |        |        |
| 15          | СЫР ПОРЦИЯМИ                             | 20     | 4,64     | 5,9     | -               | 71,66                  | 0,01              | 0,14             | 105,1            | 0,1              | 176    | 100    | 7      | 0,2    |
| 338         | ФРУКТЫ                                   | 150    | 0,5      | 0,6     | 14,7            | 70,5                   | 0,045             | 12,5             | -                | 0,3              | 24     | 16,5   | 13,5   | 1,26   |
| 224         | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ | 120/30 | 10,59    | 12,83   | 33,85           | 272,38                 | 0,207             | 2,4              | 0,35             | -                | 66,11  | 126,22 | 35,09  | 1,05   |
| 376         | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ                     | 180/8  | 0,2      | 0,004   | 14,49           | 58,05                  | -                 |                  | 70,32            | -                | 0,44   | -      | -      | 0,044  |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 30     | 2,28     | 0,24    | 11,76           | 71                     | 0,033             | -                | -                | 0,33             | 6      | 19,5   | 4,2    | 0,33   |
|             | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                            | 20     | 1        | 0,2     | 9               | 44                     | 0,014             | -                | -                | 0,108            | 2,76   | 12,72  | 3      | 0,12   |
|             | Итого:                                   | 558    | 19,21    | 19,774  | 83,8            | 587,59                 | 0,309             | 15,04            | 175,77           | 0,838            | 275,31 | 274,94 | 62,79  | 3,004  |



| № рецеп.    | Наименование блюда                   | Выход   | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийно<br>сть, ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг  | Р, мг   | Мг, мг | Fe, мг |
|-------------|--------------------------------------|---------|----------|---------|-------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------|---------|--------|--------|
| 2-ая неделя |                                      |         |          |         |             |                        |                   |                  |                  |                  |         |         |        |        |
| 2 день      |                                      |         |          |         |             |                        |                   |                  |                  |                  |         |         |        |        |
| 45          | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ        | 60      | 1,186    | 2,95    | 6,76        | 35,8                   | 0,012             | 1,51             | -                | 5,06             | 17,3    | 16,7    | 17     | 0,3    |
| 279         | ПЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ 2-Й ВАРИАНТ С СОУСОМ | 60/30   | 12,26    | 14,67   | 8,23        | 148,62                 | 0,048             | 0,36             | 146,25           | 0,396            | 134,64  | 72,55   | 14,4   | 0,6    |
| 173         | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ           | 150     | 2,413    | 1,71    | 37,957      | 228                    | 0,222             | 13,163           | 28,5             |                  | 110,835 | 151,691 | 23,369 | 1,285  |
| 376         | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ        | 200/8/7 | 0,13     | 0,012   | 9,87        | 59,5                   | 0,003             |                  |                  | 0,014            | 3,25    | 1,54    | 0,84   | 0,36   |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30      | 2,28     | 0,24    | 11,76       | 71                     | 0,033             | -                | -                | 0,33             | 6       | 19,5    | 4,2    | 0,33   |
|             | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                        | 20      | 1        | 0,2     | 9           | 44                     | 0,014             | -                | -                | 0,108            | 2,76    | 12,72   | 3      | 0,12   |
|             | Итого:                               | 565     | 19,269   | 19,782  | 83,577      | 586,92                 | 0,332             | 15,033           | 174,75           | 5,908            | 274,785 | 274,701 | 62,809 | 2,995  |

| № п/п       | Наименование блюда         | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг | Р, мг   | Мг, мг | Fe, мг |
|-------------|----------------------------|-------|----------|---------|-------------|--------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------|---------|--------|--------|
| 2-ая неделя |                            |       |          |         |             |                    |                |               |               |               |        |         |        |        |
| 3 день      |                            |       |          |         |             |                    |                |               |               |               |        |         |        |        |
| 338         | ФРУКТЫ                     | 100   | 0,4      | 0,4     | 9,8         | 47                 | 0,03           | 10            | -             | 0,2           | 16     | 11      | 9      | 1      |
| 62          | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ           | 60    | 1,738    | 4,454   | 0,89        | 80                 | 0,026          | 4,42          | 35            | 8,04          | 183,1  | 107,7   | 8,6    | 0,1    |
| 295         | КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ С СОУСОМ   | 60/30 | 9,045    | 10,88   | 10,6        | 136                | 0,068          | 0,636         | 31,56         | -             | 42,44  | 61,403  | 13,478 | 0,35   |
| 171         | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150   | 4,9      | 3,55    | 27,36       | 151,86             | 0,19           | -             | 38,5          | -             | 24,6   | 62,3    | 24,4   | 1,135  |
| 376         | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ       | 180/8 | 0,2      | 0,004   | 14,49       | 58,05              | -              | -             | 70,32         | -             | 0,44   | -       | -      | 0,044  |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 30    | 2,28     | 0,24    | 11,76       | 71                 | 0,033          | -             | -             | 0,33          | 6      | 19,5    | 4,2    | 0,33   |
|             | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ              | 20    | 1        | 0,2     | 9           | 44                 | 0,014          | -             | -             | 0,108         | 2,76   | 12,72   | 3      | 0,12   |
|             | Итого:                     | 638   | 19,563   | 19,728  | 83,9        | 587,91             | 0,361          | 15,056        | 175,38        | 8,678         | 275,34 | 274,623 | 62,678 | 3,079  |

| № рецеп.    | Наименование блюда             | Выход   | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг | Р, мг  | Мг, мг | Fe, мг |
|-------------|--------------------------------|---------|----------|---------|-------------|--------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------|--------|--------|--------|
| 2-ая неделя |                                |         |          |         |             |                    |                |               |               |               |        |        |        |        |
| 4 день      |                                |         |          |         |             |                    |                |               |               |               |        |        |        |        |
| 45          | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ  | 60      | 1,186    | 2,95    | 6,76        | 35,8               | 0,012          | 1,51          | -             | 5,06          | 17,3   | 16,7   | 17     | 0,3    |
| 209         | ЯЙЦО ОТВАРНОЕ                  | 40      | 1,08     | 2,6     | 0,28        | 63                 | 0,03           | -             | 93            | -             | 22     | 76,8   | 4,8    | 1      |
| 291         | ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ                 | 150/50  | 14,01    | 13,95   | 34,114      | 285,67             | 0,15           | 13,87         | 82            | -             | 127,09 | 56,93  | 22,93  | 0,1    |
| 376         | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С КУРАГОЙ | 200/8/8 | 0,321    | 0,005   | 21,725      | 88                 | 0,15           | -             | 0,309         | 1,5           | 100,45 | 91,5   | 10     | 1,145  |
|             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 30      | 2,28     | 0,24    | 11,76       | 71                 | 0,033          | -             | -             | 0,33          | 6      | 19,5   | 4,2    | 0,33   |
|             | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                  | 20      | 1        | 0,2     | 9           | 44                 | 0,014          | -             | -             | 0,108         | 2,76   | 12,72  | 3      | 0,12   |
|             | Итого:                         | 566     | 19,877   | 19,945  | 83,639      | 587,47             | 0,389          | 15,38         | 175,309       | 6,998         | 275,6  | 274,15 | 61,93  | 2,995  |

| № п/п      | Наименование блюд          | Выход  | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийно<br>сть, ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг  | Р, мг   | Мг, мг | Fe, мг |
|------------|----------------------------|--------|----------|---------|-------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------|---------|--------|--------|
| 2-я неделя |                            |        |          |         |             |                        |                   |                  |                  |                  |         |         |        |        |
| 5 день     |                            |        |          |         |             |                        |                   |                  |                  |                  |         |         |        |        |
| 52         | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ            | 60,00  | 0,85     | 4,61    | 0,96        | 55,68                  | 0,13              | 1,35             | 93,10            |                  | 92,28   | 24,38   | 12,42  | 0,32   |
| 338        | ФРУКТЫ                     | 100,00 | 0,40     | 0,40    | 9,80        | 47,00                  | 0,03              | 10,00            | -                | 0,20             | 16,00   | 11,00   | 9,00   | 0,50   |
| 295        | КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ С СОУСОМ   | 60/30  | 9,05     | 10,88   | 10,60       | 136,00                 | 0,07              | 0,64             | 31,56            | -                | 42,44   | 61,40   | 13,48  | 0,35   |
| 312        | ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ          | 150,00 | 6,06     | 2,80    | 20,44       | 139,23                 | 0,10              | 3,11             | -                | -                | 36,98   | 85,60   | 15,75  | 1,01   |
| 379        | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200,00 | 0,30     | 0,50    | 20,06       | 95,00                  | 0,02              | 0,30             | 50,25            | 0,75             | 78,60   | 61,00   | 4,10   | 0,06   |
|            | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 30,00  | 2,28     | 0,24    | 14,76       | 71,00                  | 0,03              | -                | -                | 0,33             | 6,00    | 19,50   | 4,20   | 0,33   |
|            | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ              | 20,00  | 1,00     | 0,20    | 9,00        | 44,00                  | 0,01              | -                | -                | 0,11             | 2,76    | 12,72   | 3,00   | 0,37   |
|            | Итого:                     | 650    | 19,93    | 19,628  | 85,62       | 587,91                 | 0,389             | 15,396           | 174,91           | 1,388            | 275,054 | 275,598 | 61,945 | 2,942  |

| № рецеп. | Наименование блюд                    | Выход  | Белки, г | Жиры, г | Углево<br>ды, г | Калорийно<br>сть, ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг  | Р, мг   | Мг, мг | Fe, мг |
|----------|--------------------------------------|--------|----------|---------|-----------------|------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------|---------|--------|--------|
|          | 2-ая неделя                          |        |          |         |                 |                        |                   |                  |                  |                  |         |         |        |        |
|          | 6 день                               |        |          |         |                 |                        |                   |                  |                  |                  |         |         |        |        |
| 66       | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ            | 60     | 1,032    | 1,846   | 4,1             | 11,85                  | 0,08              | 13,632           | -                | 0,522            | 132,17  | 38,172  | 6,94   | 0,118  |
| 234      | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                       | 60/30  | 8,256    | 6,72    | 11,53           | 154,716                | 0,056             | 0,408            | 17,76            | -                | 0,408   | 71,46   | 26,796 | 0,948  |
| 202      | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5  | 5,14     | 8,068   | 28,54           | 220                    | 0,017             | -                | 158              | 0,816            | 16,457  | 47,009  | 8,479  | 0,869  |
| 378      | ЧАЙ С МОЛОКОМ                        | 200    | 1,42     | 1,26    | 14,8            | 75,3                   | 0,04              | 1,24             | -                | -                | 118     | 86,3    | 14,3   | 0,38   |
|          | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 30     | 2,28     | 0,24    | 14,76           | 71                     | 0,033             | -                | -                | 0,33             | 6       | 19,5    | 4,2    | 0,33   |
|          | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                        | 20     | 1        | 0,2     | 9               | 44                     | 0,014             | -                | -                | 0,108            | 2,76    | 12,72   | 3      | 0,372  |
|          | Итого:                               | 555    | 19,128   | 18,334  | 82,73           | 576,866                | 0,24              | 15,28            | 175,76           | 1,776            | 275,795 | 275,161 | 63,715 | 3,017  |
|          | Средняя за вторую неделю:            | 588,67 | 19,496   | 19,532  | 83,878          | 585,778                | 0,337             | 15,198           | 175,313          | 4,264            | 275,314 | 274,862 | 62,645 | 3,005  |
|          | Средняя за две недели:               | 593,83 | 19,617   | 19,871  | 83,668          | 586,719                | 0,334             | 15,161           | 175,192          | 3,482            | 275,225 | 274,973 | 62,527 | 3,009  |

**Федеральная служба по надзору**

в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения

«Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)» /

Филиал ФБУЗ «Центра гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)» в

**Орган инспекции**

Юридический адрес: 420061, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Сеченова, д. 13а

423450, Республика Татарстан, Альметьевск, ул. Грибоедова, д. 10

Аттестат аккредитации RA.RU.710067 от 15.06.2015



Главный врач

Облажность

«01» с/сметы № 1008/2021г.

**ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Зарегистрировано в реестре «01» сентября 2021г. под № 15062  
Подпись руководителя ООО «Гранд» Фадеевой И.П., юридический адрес: 423930, РТ, г. Бавлы, ул. Горюнова, д. 12, офис 1.

выбравать нужное, укажите кем вынесено, дата, номер

регистрационный входящий № 4059-ВХ от «25» августа 2021г.

номер и дата регистрации заявления в филиале ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)» в Альметьевском районе

Занском, Ленинском, Альметьевском районах

Мною, врачом по общей гигиене филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)» в Альметьевском, Занском, Ленинском, Альметьевском районах И.М.

проведена санитарно-эпидемиологическая экспертиза: примерного меню на

2021/2022 учебный год ООО «Гранд» для осуществления услуг школьного (горячего) питания учащимся 1-4 классов

на основании представленных документов:

1. Заявления ООО «Гранд» № 4059-ВХ от 25.08.2021г. о проведении санитарно-эпидемиологической экспертизы примерного меню для осуществления услуг школьного (горячего) питания учащимся 1-4 классов в общеобразовательных учреждениях Республики Татарстан, на соответствие требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

2. Примерное двухнедельное меню для обучающихся в общеобразовательных учреждениях 1-4 классов, разработанного ООО «Гранд»

3. Договора о предоставлении услуг № 548 от 26.08.2021г. в ходе которой установлено: Форма меню соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

Представленное двухнедельное меню (1 неделя – 6 дней, 2 неделя – 6 дней) содержит информацию о количественном составе блюд, пищевой и энергетической ценности, витаминных групп В1, С, А, Е, минеральных веществ Са, Р, Mg, Fe в каждом блюде с учетом возраста обучающихся с 1 по 4 классы.

По дням недели в разрезе 1 и 2 недели масса порций салатов, порционированных овощей составляет 60-80 г, что соответствует рекомендуемой массе порций салата для возрастной группы 7-11 лет: от 60 до 100г; масса порций каш, овощных блюд, макаронных блюд - 150г, что соответствует рекомендуемой массе порций данных блюд для возрастной группы 7-11 лет: от 150 до 200г.

Масса порций мяса, котлет, тефтелей составляет 80-100г, что соответствует рекомендуемой массе (норма 90-120г) приложении 9 таблицы 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Энергетическая ценность приведена с учетом требований приложения 10 таблицы 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Среднее соотношение белков, жиров, углеводов: 1:1:4 при норме: 1:1:4, что соответствует приложению 10 таблицы 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Среднее соотношение Са к Р: 1:1 при норме: 1:1, что отвечает требованиям приложения 10 таблицы 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Витамин С по меню 14,898 мг, 25% от суточной нормы (суточная норма 60 мг); витамин В1 0,338мг, 25% от суточной нормы (суточная норма 1,2 мг); витамин А 175,16 мг, 25% от суточной нормы, (суточная норма 700мг), что соответствует приложению 10 таблицы 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Технологические карты с описанием технологического процесса приготовления блюд из рыбы, яиц, сыр, творог, говядины, птицы, 1 раз - из рыбы, 1 раз - сосиски. Редко включаются блюда из рыбы, яиц, сыр, творог, какао с молоком), хлеба пшеничного, фруктов, соков. Ежедневно в меню включены блюда из мяса изделий, горячего напитка (чай с молоком, чай черный с сахаром, курарой, кофейный напиток с молоком, включены. Завтрак состоит из горячего блюда (каши, макарон, овощные блюда), хлебобулочных изделий и блюд, разрешенные к реализации и с разракающими свойствами, в представленное меню не Продукты и блюда, запрещенные к реализации и тех же блюд в течение 2-3 дней нет.

Меню разнообразное, повторений одних и тех же блюд в течение 2-3 дней нет.

«Транд»

К экспертному заключению прилагаются:

1-4 классов на 2021-2022 учебный год ООО

«Транд»

Исследования объектов исследования и материалы с указанием количества листов и экземпляров):

**Заключение:**

На основании проведенной Фигиалом Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Ленинском районе Санкт-Петербурга» в Альметьевском, двухнедельное меню на 2021/2022 учебный год, для осуществления услуг школьного (горячего) питания учащихся 1-4 классов, ООО «Транд», юридический адрес: 423930, РТ, г.Бавлы, ул. Горюнова, д.12, офис 1.

Перепечатка (копирование) части экспертного заключения без письменного разрешения органа инспекции не допускается!

Стр.2 из 3

указав предмет санитарно-эпидемиологической экспертизы  
VIII СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации  
общественного питания населения»,  
(выбрать нужное, указать наименование государственного санитарно-эпидемиологического регламента, др.)  
соответствия с международными договорами РФ, технических регламентов, документов, принятых в

**Подпись:**  
Врач по общей гигиене ФБУЗ  
«Центр гигиены и эпидемиологии  
в Республике Татарстан (Татарстан)»  
в Альметьевском, Занском,  
Ленинском районах  
Сертификат специалиста: № 0116180195598 до 07.04.2025г.  
Подпись

И.М.Журавлев,  
инициалы, фамилия