

Согласовано  
Руководитель Управления Роспотребнадзора  
по Республике Татарстан



М.А.Пяташина

Утверждаю  
Заместитель Премьер-министра Республики  
Татарстан – министр образования и науки  
Республики Татарстан



Р.Т.Бурганов

## **Примерное двенадцатидневное меню (сезон – осенний)**

Для организации бесплатного горячего питания (горячих завтраков) для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Республики Татарстан на 2020/2021 учебный год

**Министерство образования и науки Республики Татарстан**

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ С 1-4 КЛАССЫ  
(СЕНТЯБРЬ, ОКТЯБРЬ)**

| №<br>рецептуры                                                        | Наименование блюд                                            | 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          | Mg, мг         | Fe, мг      |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------|---------------|---------------|---------------|--------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|-------------|
|                                                                       | <b>1-ая неделя</b>                                           |          |               |               |               |                    |                |               |               |               |               |                |                |             |
|                                                                       | <b>1 день</b>                                                |          |               |               |               |                    |                |               |               |               |               |                |                |             |
| № 338<br>Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                                | 120      | 0,480         | 0,480         | 8,820         | 56                 | 0,036          | 12,000        | -             | 0,240         | 19,200        | 13,200         | 10,800         | 2,640       |
| № 45<br>Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,сахар,м/раст) | 60       | 0,931         | 3,051         | 5,645         | 54                 | 0,018          | 21,603        | -             | 1,391         | 25,537        | 18,260         | 9,920          | 0,344       |
| ТТК                                                                   | КОТЛЕТЫ "ПОЖАРСКИЕ", п/ф                                     | 80       | 8,800         | 7,700         | 8,836         | 168                | 0,053          | 1,200         |               | 1,254         | 14,252        | 109,083        | 14,642         | 1,606       |
| № 508/3<br>сборник 2004                                               | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧ.С МАСЛОМ                              | 150/5    | 6,662         | 9,024         | 33,000        | 170                | 0,292          |               | 41,000        | 0,518         | 27,352        | 180,553        | 104,550        | 3,501       |
| № 377<br>Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ                                | 200/15/7 | 0,084         | 0,012         | 9,870         | 62                 | 0,003          |               |               | 0,014         | 3,250         | 1,540          | 0,840          | 0,087       |
|                                                                       | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                                                   | 30       | 2,280         | 0,240         | 14,760        | 71                 | 0,033          | -             | -             | 0,330         | 6,000         | 19,500         | 4,200          | 0,330       |
|                                                                       | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                                                | 20       | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44                 | 0,014          | -             | -             | 0,108         | 2,760         | 12,720         | 3,000          | 0,372       |
|                                                                       | <b>Итого:</b>                                                |          | <b>20,237</b> | <b>20,707</b> | <b>89,931</b> | <b>625</b>         | <b>0,449</b>   | <b>34,803</b> |               | <b>3,855</b>  | <b>98,351</b> | <b>354,856</b> | <b>147,952</b> | <b>8,88</b> |

|                                                                                    |                                   |        |               |               |               |            |              |               |             |              |                |               |               |              |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------|---------------|---------------|---------------|------------|--------------|---------------|-------------|--------------|----------------|---------------|---------------|--------------|
|                                                                                    | <b>2 день</b>                     |        |               |               |               |            |              |               |             |              |                |               |               |              |
| Сбор.рец. На                                                                       | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)     | 100    | 0,400         | 0,400         | 7,350         | 47         | 0,030        | 10,000        | -           | 0,200        | 16,000         | 11,000        | 9,000         | 2,200        |
| № 71<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ) | 80     | 1,300         | 0,080         | 1,520         | 7          | 0,018        | 4,200         | -           | 0,060        | 10,200         | 18,000        | 8,400         | 0,300        |
| ТТК                                                                                | ЖАРКОЕ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК          | 50/150 | 12,000        | 16,120        | 29,800        | 295        | 0,222        | 27,825        | 28,500      | 2,174        | 35,535         | 197,840       | 47,778        | 2,260        |
| № 382<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | КАКАО С МОЛОКОМ                   | 200    | 3,972         | 2,100         | 25,168        | 145        | 0,044        | 1,300         | 20,000      | 0,012        | 125,720        | 116,200       | 31,000        | 1,040        |
|                                                                                    | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                        | 30     | 2,280         | 0,240         | 14,760        | 71         | 0,033        | -             | -           | 0,330        | 6,000          | 19,500        | 4,200         | 0,330        |
|                                                                                    | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                     | 20     | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44         | 0,014        | -             | -           | 0,108        | 2,760          | 12,720        | 3,000         | 0,372        |
|                                                                                    | <b>Итого:</b>                     |        | <b>20,552</b> | <b>18,740</b> | <b>80,248</b> | <b>562</b> | <b>0,331</b> | <b>33,325</b> | <b>48,5</b> | <b>2,684</b> | <b>180,215</b> | <b>364,26</b> | <b>94,378</b> | <b>4,302</b> |

|                                                                                    |                                |          |               |               |               |            |              |             |           |              |               |                |               |              |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------|---------------|---------------|---------------|------------|--------------|-------------|-----------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
|                                                                                    | <b>3 день</b>                  |          |               |               |               |            |              |             |           |              |               |                |               |              |
| Сбор.рец. На                                                                       | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)  | 120      | 0,480         | 0,480         | 8,820         | 56         | 0,036        | 12,000      | -         | 0,240        | 19,200        | 13,200         | 10,800        | 2,640        |
| ТТК                                                                                | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ               | 80       | 0,688         | 4,176         | 5,930         | 65         | 0,029        | 2,430       | -         | 2,834        | 13,302        | 26,850         | 18,468        | 0,358        |
| № 260<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ              | 50/50    | 9,750         | 11,500        | 7,985         | 156        | 0,061        | 2,440       | -         | 2,598        | 14,890        | 159,066        | 20,920        | 2,340        |
| № 202<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ    | 150      | 5,100         | 4,468         | 28,500        | 187        | 0,087        | -           | 21,000    | 0,816        | 16,457        | 47,009         | 8,479         | 0,869        |
| № 377<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ С КУРАГОЙ | 200/15/7 | 0,521         | 0,005         | 21,725        | 88         | -            | -           | -         | -            | 0,450         | -              | -             | 0,045        |
|                                                                                    | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                     | 30       | 2,280         | 0,240         | 14,760        | 71         | 0,033        | -           | -         | 0,330        | 6,000         | 19,500         | 4,200         | 0,330        |
|                                                                                    | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                  | 20       | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44         | 0,014        | -           | -         | 0,108        | 2,760         | 12,720         | 3,000         | 0,372        |
|                                                                                    | <b>Итого:</b>                  |          | <b>19,339</b> | <b>20,589</b> | <b>87,900</b> | <b>611</b> | <b>0,224</b> | <b>4,87</b> | <b>21</b> | <b>6,686</b> | <b>53,859</b> | <b>265,145</b> | <b>55,067</b> | <b>4,314</b> |

|                                                                                    |                                  |       |        |        |        |     |       |        |        |       |         |         |        |       |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------|--------|--------|--------|-----|-------|--------|--------|-------|---------|---------|--------|-------|
|                                                                                    | 4 день                           |       |        |        |        |     |       |        |        |       |         |         |        |       |
| № 338<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)    | 120   | 0,480  | 0,480  | 8,820  | 56  | 0,036 | 12,000 | -      | 0,240 | 19,200  | 13,200  | 10,800 | 2,640 |
| № 20<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ с маслом | 60    | 0,399  | 3,653  | 1,083  | 39  | 0,017 |        | -      | 1,641 | 9,690   | 17,172  | 7,980  | 0,285 |
| ТТК                                                                                | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ , п/ф             | 80    | 9,800  | 5,400  | 3,682  | 104 | 0,017 | 5,000  | 25,000 | 0,946 | 8,242   | 21,297  | 1,124  | 0,303 |
| № 312<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ       | 150/5 | 3,090  | 8,282  | 22,067 | 179 | 0,164 | 5,000  | 45,500 | 0,231 | 47,808  | 98,835  | 32,978 | 1,241 |
| № 379<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ       | 200   | 3,300  | 1,510  | 29,060 | 152 | 0,115 | 5,000  | 20,250 | 0,750 | 170,600 | 130,000 | 34,000 | 1,060 |
|                                                                                    | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                    | 20    | 1,000  | 0,200  | 9,000  | 44  | 0,014 | 5      | -      | 0,108 | 2,760   | 12,720  | 3,000  | 0,372 |
|                                                                                    | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                       | 30    | 2,280  | 0,240  | 14,760 | 71  | 0,033 | 5      | -      | 0,330 | 6,000   | 19,500  | 4,200  | 0,330 |
|                                                                                    | Итого:                           |       | 19,869 | 19,285 | 79,652 | 589 | 0,36  | 25,000 | 90,75  | 4,006 | 245,100 | 299,524 | 83,282 | 3,591 |

| 5 день                                                                             |                                        |          |        |        |        |     |       |        |   |       |        |         |        |       |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------|--------|--------|--------|-----|-------|--------|---|-------|--------|---------|--------|-------|
| № 71<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ПОМИДОРЫ) | 60       | 0,660  | 0,120  | 2,280  | 14  | 0,036 | 15,000 | - | 0,420 | 8,400  | 15,600  | 12,000 | 0,540 |
| № 268<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ                       | 50/150   | 15,900 | 18,900 | 40,095 | 422 | 0,106 | 3,510  | - | 3,931 | 22,131 | 240,284 | 51,154 | 2,932 |
| № 377<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ          | 200/15/7 | 0,084  | 0,012  | 15,185 | 62  | 0,003 | 2,800  | - | 0,014 | 3,250  | 1,540   | 0,840  | 0,087 |
|                                                                                    | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                          | 20       | 1,000  | 0,200  | 9,000  | 44  | 0,014 | -      | - | 0,108 | 2,760  | 12,720  | 3,000  | 0,372 |
|                                                                                    | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                             | 30       | 2,280  | 0,240  | 14,760 | 71  | 0,033 | -      | - | 0,330 | 6,000  | 19,500  | 4,200  | 0,330 |
|                                                                                    | Итого:                                 |          | 19,924 | 19,472 | 81,32  | 613 | 0,192 | 21,31  | - | 4,803 | 42,541 | 289,644 | 71,194 | 4,261 |

| 6 день                                                                              |                                                           |       |        |        |        |     |       |        |        |       |         |         |        |       |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------|--------|--------|--------|-----|-------|--------|--------|-------|---------|---------|--------|-------|
| № 338<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ. учреж-<br>Дели 2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                             | 120   | 0,480  | 0,480  | 8,820  | 56  | 0,036 | 12,000 | -      | 0,240 | 19,200  | 13,200  | 10,800 | 2,640 |
| № 23<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ. учреж-<br>Дели 2015  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (без лука)                      | 60    | 0,627  | 3,710  | 2,166  | 46  | 0,034 | 14,250 | -      | 1,983 | 7,980   | 14,892  | 11,400 | 0,513 |
| ТТК                                                                                 | ПЕЛЬМЕНИ "ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ"<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ , п/ф | 190/5 | 11,940 | 13,375 | 27,340 | 279 | 0,168 | 2,629  | 34,043 | 1,354 | 47,058  | 212,108 | 29,119 | 2,536 |
| № 282<br>Сбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во всех<br>образ. учреж-<br>Дели 2015 | КАКАО С МОЛОКОМ                                           | 200   | 3,600  | 2,100  | 25,168 | 125 | 0,044 | 1,300  | 20,000 | 0,012 | 125,720 | 116,200 | 31,000 | 1,040 |
|                                                                                     | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                                             | 20    | 1,000  | 0,200  | 9,000  | 44  | 0,014 | -      | -      | 0,108 | 2,760   | 12,720  | 3,000  | 0,372 |
|                                                                                     | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                                                | 30    | 2,280  | 0,240  | 14,760 | 71  | 0,033 | -      | -      | 0,330 | 6,000   | 19,500  | 4,200  | 0,330 |
|                                                                                     | Итого:                                                    |       | 19,447 | 19,6   | 78,434 | 565 | 0,324 | 28,179 | 74,043 | 4,037 | 206,718 | 387,92  | 87,719 | 7,001 |

**МЕНЮ**  
**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ С 1-4 КЛАССЫ**  
**(СЕНТЯБРЬ, ОКТЯБРЬ)**

| № рецептуры                                                                              | Наименование блюд                         | Выход | Белки, г      | Жиры, г       | Углеводы, г   | Калорийность | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг         | Р, мг         | Mg, мг        | Fe, мг       |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------|---------------|---------------|---------------|--------------|----------------|---------------|---------------|---------------|----------------|---------------|---------------|--------------|
|                                                                                          | <b>2-ая неделя</b>                        |       |               |               |               |              |                |               |               |               |                |               |               |              |
|                                                                                          | <b>1 день</b>                             |       |               |               |               |              |                |               |               |               |                |               |               |              |
| № 338                                                                                    | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)             | 120   | 0,480         | 0,400         | 7,350         | 47           | 0,030          | 10,000        | -             | 0,200         | 16,000         | 11,000        | 9,000         | 2,200        |
| № 71<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)       | 80    | 0,880         | 0,160         | 3,040         | 19           | 0,036          | 15,000        | -             | 0,420         | 8,400          | 15,600        | 12,000        | 0,540        |
| ТТК                                                                                      | КОТЛЕТЫ "АППЕТИТНЫЕ" МЯСО - КУРИНЫЕ . п/ф | 80    | 7,800         | 9,980         | 5,122         | 115          | 0,057          | 1,604         | 12,880        | 1,261         | 15,062         | 117,121       | 15,147        | 1,594        |
| № 202<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом      | 150/5 | 5,140         | 8,093         | 28,54         | 220          | 0,087          | -             | 21,000        | 0,816         | 16,457         | 47,009        | 8,479         | 0,869        |
| № 379<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                | 200   | 3,300         | 1,510         | 29,060        | 125          | 0,115          | 1,300         | 20,250        | 0,750         | 170,600        | 130,000       | 34,000        | 1,060        |
|                                                                                          | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                             | 20    | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44           | 0,014          | -             | -             | 0,108         | 2,760          | 12,720        | 3,000         | 0,372        |
|                                                                                          | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                                | 30    | 2,280         | 0,240         | 14,760        | 71           | 0,033          | -             | -             | 0,330         | 6,000          | 19,500        | 4,200         | 0,330        |
|                                                                                          | <b>Итого:</b>                             |       | <b>20,400</b> | <b>20,183</b> | <b>87,200</b> | <b>594</b>   | <b>0,343</b>   | <b>17,904</b> | <b>74,13</b>  | <b>3,735</b>  | <b>220,479</b> | <b>343,45</b> | <b>76,826</b> | <b>4,775</b> |

|                                                                                          |                                                |       |               |               |               |            |              |              |             |              |                |                |               |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------|---------------|---------------|---------------|------------|--------------|--------------|-------------|--------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
|                                                                                          | <b>2 день</b>                                  |       |               |               |               |            |              |              |             |              |                |                |               |              |
| № 338                                                                                    | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                  | 120   | 0,480         | 0,400         | 7,350         | 47         | 0,030        | 10,000       | -           | 0,200        | 16,000         | 11,000         | 9,000         | 2,200        |
| № 71<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)<br>С МАСЛОМ  | 80    | 0,420         | 0,080         | 1,140         | 7          | 0,018        | 4,200        | -           | 0,060        | 10,200         | 18,000         | 8,400         | 0,300        |
| ТТК                                                                                      | ЁЖИКИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ<br>ТОМАТНОМ , п/ф | 60/40 | 9,587         | 12,600        | 9,451         | 179        | 0,049        | 2,517        | -           | 2,096        | 12,795         | 107,490        | 18,180        | 1,531        |
| № 312<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                              | 150   | 3,090         | 4,657         | 22,027        | 146        | 0,163        | 25,943       | 25,500      | 0,181        | 46,606         | 97,336         | 32,978        | 1,231        |
| № 383<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | КАКАО С МОЛОКОМ                                | 200   | 3,600         | 2,100         | 25,168        | 125        | 0,044        | 1,300        | 20,000      | 0,012        | 125,720        | 116,200        | 31,000        | 1,040        |
|                                                                                          | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                                  | 20    | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44         | 0,014        | -            | -           | 0,108        | 2,760          | 12,720         | 3,000         | 0,372        |
|                                                                                          | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                                     | 30    | 2,280         | 0,240         | 14,760        | 71         | 0,033        | -            | -           | 0,330        | 6,000          | 19,500         | 4,200         | 0,330        |
|                                                                                          | <b>Итого:</b>                                  |       | <b>19,977</b> | <b>19,877</b> | <b>81,546</b> | <b>572</b> | <b>0,321</b> | <b>33,96</b> | <b>45,5</b> | <b>2,787</b> | <b>204,081</b> | <b>371,246</b> | <b>97,758</b> | <b>4,804</b> |

|                                                                                          |                               |        |               |             |               |            |              |               |             |              |               |                |                |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------|---------------|-------------|---------------|------------|--------------|---------------|-------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|
|                                                                                          | <b>3 день</b>                 |        |               |             |               |            |              |               |             |              |               |                |                |              |
| № 338                                                                                    | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 120    | 0,480         | 0,400       | 7,350         | 47         | 0,030        | 10,000        | -           | 0,200        | 16,000        | 11,000         | 9,000          | 2,200        |
| № 338<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 120    | 0,480         | 0,400       | 7,350         | 47         | 0,030        | 10,000        | -           | 0,200        | 16,000        | 11,000         | 9,000          | 2,200        |
| № 45<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60     | 0,931         | 3,051       | 5,645         | 54         | 0,018        | 21,603        | -           | 1,391        | 25,537        | 18,260         | 9,920          | 0,344        |
| ТТК                                                                                      | ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК       | 50/50  | 8,958         | 8,320       | 3,396         | 171        | 0,078        | 3,970         | 28,400      | 3,197        | 17,166        | 122,746        | 18,274         | 1,137        |
| № 30<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ    | 150    | 6,622         | 9,024       | 33,000        | 170        | 0,291        | -             | 21,000      | 0,468        | 20,632        | 177,928        | 104,220        | 3,448        |
| № 377<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ          | 200/15 | 0,021         | 0,005       | 14,975        | 60         | -            | -             | -           | -            | 0,450         | -              | -              | 0,045        |
|                                                                                          | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                    | 30     | 2,280         | 0,240       | 14,760        | 71         | 0,033        | -             | -           | 0,330        | 6,000         | 19,500         | 4,200          | 0,330        |
|                                                                                          | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                 | 20     | 1,000         | 0,200       | 9,000         | 44         | 0,014        | -             | -           | 0,108        | 2,760         | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
|                                                                                          | <b>Итого:</b>                 |        | <b>20,292</b> | <b>21,2</b> | <b>88,126</b> | <b>617</b> | <b>0,464</b> | <b>35,573</b> | <b>49,4</b> | <b>5,694</b> | <b>88,545</b> | <b>362,154</b> | <b>148,614</b> | <b>7,876</b> |

|                                                                                          |                                                      |           |               |               |               |            |              |              |               |              |                |                |                |              |
|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------|---------------|---------------|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
|                                                                                          | <b>4 день</b>                                        |           |               |               |               |            |              |              |               |              |                |                |                |              |
| ТТК                                                                                      | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                                     | 80        | 0,688         | 4,176         | 5,930         | 49         | 0,029        | 2,430        | -             | 2,834        | 13,302         | 26,850         | 18,468         | 0,358        |
|                                                                                          | ГРУДКА КУРИНАЯ (маринованное филе) В СЛИВОЧНОМ СОУСЕ | 60/30     | 11,650        | 10,756        | 1,632         | 154        | 0,068        | 2,326        | 68,677        | 3,956        | 25,185         | 123,198        | 15,716         | 1,009        |
| № 304<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | РИС ОТВАРНОЙ                                         | 150       | 3,834         | 5,420         | 31,600        | 210        | 0,044        | -            | 27,000        | 0,284        | 11,460         | 84,150         | 27,330         | 0,597        |
| № 377<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ, КУРАГОЙ                        | 200/15/10 | 0,521         | 0,005         | 21,725        | 88         | 0,150        | -            | 0,090         | 1,500        | 100,450        | 80,000         | 40,000         | 1,845        |
|                                                                                          | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                                        | 20        | 1,000         | 0,200         | 9,000         | 44         | 0,014        | -            | -             | 0,108        | 2,760          | 12,720         | 3,000          | 0,372        |
|                                                                                          | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                                           | 30        | 2,280         | 0,240         | 14,760        | 71         | 0,033        | -            | -             | 0,330        | 6,000          | 19,500         | 4,200          | 0,330        |
|                                                                                          | <b>Итого:</b>                                        |           | <b>19,973</b> | <b>20,797</b> | <b>84,647</b> | <b>616</b> | <b>0,338</b> | <b>4,756</b> | <b>95,767</b> | <b>9,012</b> | <b>159,157</b> | <b>346,418</b> | <b>108,714</b> | <b>4,511</b> |

|                                                                                          |                                     |          |        |        |        |     |       |        |         |       |         |         |        |       |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|----------|--------|--------|--------|-----|-------|--------|---------|-------|---------|---------|--------|-------|
|                                                                                          | 5 день                              |          |        |        |        |     |       |        |         |       |         |         |        |       |
| № 52<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом) | 80       | 0,900  | 3,650  | 15,440 | 55  | 0,011 | 5,700  | -       | 1,641 | 21,090  | 24,582  | 12,540 | 0,798 |
| ТТК 701                                                                                  | МЯСО ПО-МИЛАНСКИ                    | 180      | 15,990 | 16,640 | 29,500 | 384 | 0,164 | 13,988 | 146,303 | 1,811 | 153,502 | 310,067 | 43,762 | 3,460 |
| № 377<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ       | 200/15/7 | 0,084  | 0,012  | 15,185 | 62  | 0,003 | 2,800  | -       | 0,014 | 3,250   | 1,540   | 0,840  | 0,087 |
|                                                                                          | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                       | 20       | 1,000  | 0,200  | 9,000  | 44  | 0,014 | -      | -       | 0,108 | 2,760   | 12,720  | 3,000  | 0,372 |
|                                                                                          | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                       | 30       | 2,280  | 0,240  | 14,760 | 71  | 0,033 | -      | -       | 0,330 | 6,000   | 19,500  | 4,200  | 0,330 |
|                                                                                          | Итого:                              |          | 20,254 | 20,742 | 83,885 | 616 | 0,225 | 22,488 | 146,303 | 3,904 | 186,602 | 368,409 | 64,342 | 5,047 |

| 6 день                                                                                   |                                         |       |        |        |        |     |       |        |        |       |         |         |        |       |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------|--------|--------|--------|-----|-------|--------|--------|-------|---------|---------|--------|-------|
| № 71<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ<br>(ПОМИДОРЫ)  | 80    | 0,880  | 0,160  | 3,040  | 19  | 0,036 | 15,000 | -      | 0,420 | 8,400   | 15,600  | 12,000 | 0,540 |
| № 243<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ                        | 100   | 7,400  | 9,450  | 0,800  | 108 | 0,030 | -      | -      | 0,500 | 25,000  | 139,001 | 15,000 | 1,800 |
| № 202<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с<br>маслом | 150/5 | 5,140  | 8,068  | 28,540 | 220 | 0,087 | -      | 21,000 | 0,816 | 16,457  | 47,009  | 8,479  | 0,869 |
| № 379<br>Сбор.рец.<br>На прод-ию<br>для обуч.<br>Во всех<br>образ.учре<br>ж-Дели<br>2015 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ              | 200   | 3,300  | 1,510  | 29,060 | 152 | 0,115 | 1,300  | 20,250 | 0,750 | 170,600 | 130,000 | 34,000 | 1,060 |
|                                                                                          | ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ                           | 20    | 1,000  | 0,200  | 9,000  | 44  | 0,014 | -      | -      | 0,108 | 2,760   | 12,720  | 3,000  | 0,372 |
|                                                                                          | ХЛЕБ БЕЛЫЙ                              | 30    | 2,280  | 0,240  | 14,760 | 71  | 0,033 | -      | -      | 0,330 | 6,000   | 19,500  | 4,200  | 0,330 |
|                                                                                          | Итого:                                  |       | 20,000 | 19,628 | 85,200 | 614 | 0,315 | 1,3    | 41,25  | 2,924 | 229,217 | 363,83  | 41,200 | 4,971 |

**Федеральная служба по надзору  
в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека  
Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения  
«Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)»  
(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)»)**

**Орган инспекции**

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

**Аттестат аккредитации RA-RU.710067 от 15.06.2015**



Е.П.Сизова

20 20 г.

**ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

зарегистрировано в реестре « 20 » августа 2020 г. под № 42018 СДРР —  
**по заявлению** генерального директора АО «Департамент продовольствия и социального питания г.Казани» Мухамедшиной Р.Ж.  
**юридический адрес:** 420054, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Тульская, д. 56 (ИНН 1659183598)  
**регистрационный входящий** № 13860 от 12.08.2020г. (договор № 1814/ОГП от 19.08.2020 г.)  
**Мною**, врачом отдела гигиены питания и гигиены детей и подростков ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)» Гавриловой Т.С.  
**проведена санитарно-эпидемиологическая экспертиза** (19.08.2020г.) примерного двухнедельного меню (12 дней, сезон - осенний) для организации питания (горячие завтраки) учащихся начальных классов в возрасте с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях Республики Татарстан

**На основании представленных документов:**

- 1.Примерное двухнедельное меню (12 дней, сезон - осенний) для организации питания (горячие завтраки) учащихся начальных классов в возрасте с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях Республики Татарстан;
- 2.Технологические карты.

**В ходе проведения экспертизы представленных документов:** примерное двухнедельное меню (12 дней, сезон - осенний) для организации питания (горячие завтраки) учащихся начальных классов в возрасте с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях Республики Татарстан установлено:

Примерное двухнедельное меню (горячие завтраки) (на 12 дней, сезон - осенний) (далее меню) составлено в соответствии с рекомендуемой формой, согласно приложению № 2 СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (с изменениями и дополнениями) (содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов (В<sub>1</sub>, С, А, Е) и минеральных веществ (Са, Р, Mg, Fe) в каждом блюде, приведены ссылки на рецепты используемых блюд и кулинарных изделий).

В меню предусмотрен однократный прием пищи (завтрак), что не противоречит п.6.14 СанПиН 2.4.5.2409-08 (с учетом п.2.1 статьи 2 Федерального закона от 1 марта 2020 г. № 47-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О качестве и безопасности пищевых продуктов» и статью 37 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» «Обучающиеся по образовательным программам начального общего образования в государственных и

муниципальных образовательных организациях обеспечиваются учредителями таких организаций не менее одного раза в день бесплатным горячим питанием, предусматривающим наличие горячего блюда, не считая горячего напитка, за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета, бюджетов субъектов Российской Федерации, местных бюджетов и иных источников финансирования, предусмотренных законодательством Российской Федерации».).

Питание соответствует принципам щадящего питания.

В меню повторений одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или последующие 2-3 дня нет, что соответствует п. 6.13 СанПиН 2.4.5.2409-08.

Норма энергетической ценности для питания детей с 7 до 11 лет с учетом одного приема пищи (завтрак) составляет – 562-617 ккал (при норме 587,5 ккал, с отклонением от -4,3% до +5,0%) энергетической ценности от суточного рациона 2350 ккал - согласно приложению 4 таблицы 1 СанПиН 2.4.5.2409-08. Отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи не превышает допустимое отклонение  $\pm 5\%$ , что соответствует п. 6.14 СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (с изменениями и дополнениями).

В рационе питания соотношение:

-пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) составляет – на 1 неделе: 1 день - 1:1:4,3; 2 день - 1:0,9:3,9; 3 день - 1:1:4,5; 4 день - 1:0,9:4; 5 день - 1:0,9:4; 6 день - 1:1:4,3; на 2 неделе: 1 день - 1:0,9:4,2; 2 день - 1:0,9:4; 3 день - 1:1:4,3; 4 день - 1:0,2:1; 5 день - 1:1:4,1; 6 день - 1:0,9:4,2 (при оптимальном соотношении в суточном рационе 1:1:4 согласно п. 6.15 СанПиН 2.4.5.2409-08),

-кальция к фосфору – на 1 неделе: 1 день - 1:3,7; 2 день - 1:2,0; 3 день - 1:4,9; 4 день - 1:1,2; 5 день - 1:6,8; 6 день - 1:1,8; на 2 неделе: 1 день - 1:1,5; 2 день - 1:1,8; 3 день - 1:4,0; 4 день - 1:2,1; 5 день - 1:1,9; 6 день - 1:1,5 (при оптимальном соотношении в суточном рационе 1:1,5 согласно п. 6.15 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Завтрак согласно меню состоит из закуски (салат из белокочанной капусты, салат из свежих огурцов с маслом, овощи натуральные свежие (огурцы) и т.п.), горячего блюда (котлеты «Пожарские» с кашей гречневой рассыпчатой с маслом, плов с говядиной, гуляш из говядины с макаронными изделиями отварными и т.п.), горячего напитка (чай черный с сахаром с курагой, чай черный с сахаром, лимоном, какао с молоком, кофейный напиток с молоком и т.п.).

Рекомендуемая масса порций блюд в основном соблюдаются (согласно приложению № 3 СанПиН 2.4.5.2409-08).

#### Заключение:

На основании проведенной Федеральным бюджетным учреждением здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Татарстан (Татарстан)» санитарно-эпидемиологической экспертизы установлено: примерное двухнедельное меню (12 дней, сезон - осенний) для организации питания (горячие завтраки) учащихся начальных классов в возрасте с 7 до 11 лет в общеобразовательных организациях Республики Татарстан (в рамках бесплатного горячего питания согласно п.2.1 статьи 2 Федерального закона от 1 марта 2020 г. № 47-ФЗ)

**СООТВЕТСТВУЕТ:** СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (с изменениями и дополнениями).

Врач отдела гигиены питания  
и гигиены детей и подростков  
органа инспекции  
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии  
в Республике Татарстан (Татарстан)»  
сертификат: № 0138240396733  
действителен до 31.08.2020 г.



Т.С. Гаврилова