



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

**Федеральное бюджетное учреждение науки  
«Екатеринбургский медицинский – научный центр профилактики  
и охраны здоровья рабочих промпредприятий»  
(ФБУН ЕМНЦ ПОЗРПП Роспотребнадзора)**

Орган инспекции  
ФБУН ЕМНЦ ПОЗРПП Роспотребнадзора  
АТТЕСТАТ аккредитации  
№ RA.RU.710199 от 03.03.2017 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель органа инспекции ФБУН ЕМНЦ  
ПОЗРПП Роспотребнадзора

*(подпись)*  
В.Б. Гурвич  
Ф.И.О.  
« 19 » января 2021 г.



**ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № 05-05/95-7679/3494/ *Ed***

Экспертное заключение  
составлено:

19 января 2021 г.  
дата

место проведения  
экспертизы/оценки

Федеральное бюджетное учреждение науки  
«Екатеринбургский медицинский научный центр профилактики  
и охраны здоровья рабочих промпредприятий», г.Екатеринбург,  
ул.Попова, 30  
адрес

на основании:

вх. № 66-54/3494-2020 от «19» ноября 2020 г.  
номер заявки, дата

экспертом (ами):

Мажаева Т.В.	Зав. отделом гигиены питания, качества и безопасности продукции
--------------	---

Проведена экспертиза/оценка: с 19 ноября 2020 г. по 19 января 2021 г.  
Санитарно-эпидемиологическая экспертиза примерного меню для образовательных учреждений  
вид экспертизы/оценки (в соответствии с областью аккредитации ОИ)

в отношении

ООО «Комбинат общественного питания»  
субъект права

объекта(ов)

	Примерное рекомендуемое 12-дневное меню для общеобразовательных учреждений с трехразовым приемом пищи для детей 7-11 лет с непереносимостью глютена (целиакией)
--	---

Материалы для проведения  
экспертизы/оценки представил:

ООО «Комбинат общественного питания» г. Полевской, ул.  
Трубников, д. 10, оф. 208  
ИНН 6679003789  
наименование ЮЛ, ИП, представившего материалы  
с указанием юридического адреса

Материалы поступили:

19 ноября 2020 г.

Представленные материалы:

Примерное рекомендуемое 12-дневное меню для общеобразовательных учреждений с трехразовым приемом пищи для детей 7-11 лет с непереносимостью глютена (целиакией)

Перечень материалов

Разработчик материалов:

Перечень поступивших материалов	Разработчик материалов (наименование ЮЛ, ИП, разработчика материалов)
Примерное рекомендуемое 12-дневное меню для образовательных учреждений с трехразовым приемом пищи для детей 7-11 лет с непереносимостью глютена (целиакией)	ООО «Комбинат общественного питания»

Предмет экспертизы/оценки:

№ п/п	наименование НД, в соответствии с которыми проведена экспертиза/оценка	Пункты НД
1.	ТР ТС 021/2011 «О безопасности пищевой продукции»	Статья 8, ч.5
2.	СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"	п. 8.1.2, 8.1.2.2, 8.1.2.3, 8.1.3, 8.1.4, 8.1.9, 8.2.1

Данные учета субъекта права

1.	наименование	ООО «Комбинат общественного питания»
2.	адрес	Свердловская обл., г. г. Полевской, ул. Трубников, д. 10, оф. 208 ИНН 6679003789
3.	телефон, факс, e-mail	8 (34350)5 88 69 Office.polevs@gmail.com

#### УСТАНОВЛЕНО:

##### 1. Описательная часть результатов экспертизы/оценки рассмотренных материалов:

С 19 ноября по 2020 г. по 19 января 2021 г. проведена экспертиза примерного рекомендуемого 12-дневное меню для образовательных учреждений с трехразовым приемом пищи для детей 7-11 лет с непереносимостью глютена (целиакией) всесезонное, предоставленного ООО «Комбинат общественного питания» с целью установления его соответствия требованиям ТР ТС 021/2011 «О безопасности продукции», СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения". Примерное меню, разработано ООО «Комбинат общественного питания» и утверждено руководителем Гончаровым А.Н. Меню составлено с учетом заболевания (непереносимость глютена). **Продукты, содержащие глютен, исключены из продуктового набора и заменены на разрешенные продукты с сохранением пищевой ценности рациона в целом и принципов рационального питания.**

В соответствии с примерным меню в образовательном учреждении организовано трехразовое (завтрак, обед, полдник) питание, что соответствует требованиям приложения 12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 по кратности приема пищи детей, обучающихся в общеобразовательных учреждениях.

Установлено, что при трехразовом питании потребление основных пищевых веществ и энергии для детей 7-11 лет в среднем за 12 дней составит по белку 56 г, жирам 55 г, углеводам 223 г и 1577 ккал. Пищевая ценность соответствует требованиям Приложения 10 (таблица 1 и таблица 3) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и покрывает более 60% от физиологической нормы потребностей в энергии и пищевых веществах для детей 7-11 лет.

Калорийность завтраков варьирует между днями у детей 7-11 лет от 473 до 570 ккал, обедов – от 706 до 794 ккал, полдников – 268 до 349 ккал. Калорийность между приемами пищи в представленном примерном меню распределилась следующим образом: завтрак в среднем 22% от суточной потребности, обед 31%, полдник 13%, что соответствует требованиям Приложения 10 (таблица 3) СанПиН 2.3/2.4.3590-20 по распределению калорийности между приемами пищи и составляет за 3 приема пищи 67% от суточной потребности. Требования по массе порций и суммарному объему блюд соблюдены (приложение 9, таблица 1 и таблица 3) СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В примерном меню приведены номера технологических карт (ТК), указаны наименования блюд, выход блюда по массе, пищевая ценность (белки, жиры, углеводы, калории, содержание витаминов) на каждое блюдо и рациона в целом. Названия блюд указаны в соответствии со сборниками рецептур. При приготовлении блюд используются щадящие технологии, не применяется жарка, запрещенные продукты не используются.

**2. Выявленные нарушения нормативных требований (или нарушений нормативных требований не выявлено)**

№ п/п	содержание нарушения	пункт НД	№ нормативного документа
	Нарушений требований нормативных документов не выявлено		СанПиН 2.3/2.4.3590-20
			ТР ТС 021/2011

**3. Выводы:**

Примерное рекомендуемое 12-дневное меню для общеобразовательных учреждений с трехразовым приемом пищи для детей 7-11 лет с непереносимостью глютена (целиакией) в объеме проведенной экспертизы **соответствует** требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

**К экспертному заключению прилагаются:** Примерное рекомендуемое 12-дневное меню для общеобразовательных учреждений с трехразовым приемом пищи для детей 7-11 лет с непереносимостью глютена (целиакией)

**Экспертное заключение составлено:**

Зав. отделом гигиены питания, качества и безопасности продукции

должность

  
подпись

Мажаева Т.В.

Ф.И.О.

\_\_\_\_\_  
должность

\_\_\_\_\_  
подпись

\_\_\_\_\_  
Ф.И.О.

**«СОГЛАСОВАНО»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Директор ООО «Комбинат  
общественного питания»

**Гончаров А.Н.**

« » \_\_\_\_\_

« » \_\_\_\_\_



**Примерное 12-дневное меню для детей 7-11 лет с непереносимостью  
глютена (целиакией), обучающихся в общеобразовательных  
учреждениях  
(всесезонное, 3-разовое питание)**

Использованы:

Методические рекомендации по питанию детей в организованных коллективах, Часть III Сборник технологических карт (для питания детей), Екатеринбург, 2018 (УДК 613.2 ISBN 978-5-93025-114-2)

МЕНЮ для детей с непереносимостью глютена 7-11 лет

ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	1 день					
	Завтрак					
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	80	1,1	4,9	8,3	80,8
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,8	8,0	34,5	233,0
-	Фрукты	130	0,5	0,5	15,1	63,3
	Хлебцы без глютена	18	1,6	0,4	13,4	62,5
36/10	Какао с молоком (вариант 2)	200	3,6	3,3	15,0	100,3
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>628</b>	<b>14,7</b>	<b>17,1</b>	<b>86,3</b>	<b>539,8</b>
	Обед					
36/1	Салат из отварной свеклы с яблоками и растительным маслом	80	0,9	4,8	9,6	81,2
9/2	Рассольник	200	1,4	3,7	10,6	79,4
-	Сметана	5	0,1	0,7	0,2	7,1
	Гуляш без глютена	100	21,4	22,2	8,0	312,5
1/3	Картофель отварной	150	2,9	3,3	23,9	135,5
-	Сок	200	1,0	0,2	20,6	86,5
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>762</b>	<b>30,0</b>	<b>35,5</b>	<b>93,0</b>	<b>796,0</b>
	Полдник					
-	Бананы	180	2,7	0,9	40,9	171,9
-	Йогурт бифидо	200	8,2	3,0	11,8	111,2
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>380</b>	<b>10,9</b>	<b>3,9</b>	<b>52,7</b>	<b>283,1</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1770</b>	<b>55,5</b>	<b>56,5</b>	<b>231,9</b>	<b>1619,0</b>
	2 день					
	Завтрак					
	Творожный десерт (мексиканский флан)	120	19,6	12,0	9,4	226,0
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
34/10	Напиток из цикория с молоком (вариант 3)	200	2,9	3,1	14,7	95,9
-	Фрукты	155	0,6	0,6	18,0	75,5
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>502</b>	<b>25,4</b>	<b>16,4</b>	<b>62,3</b>	<b>491,1</b>
	Обед					
26/1	Салат из морской капусты с соленым огурцом, морковью, репчатым луком и растительным маслом	80	0,7	4,8	2,2	54,1
4/2	Борщ с картофелем	200	1,7	4,4	13,8	97,1

ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
23/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с картофелем	100	11,1	12,7	7,7	188,5
4/4	Каша кукурузная безмолочная с маслом сливочным	150	1,0	2,5	13,2	79,3
37/10	Напиток из шиповника (вариант2)	200	0,2	0,1	19,5	74,3
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
-	Бананы	180	2,7	0,9	40,9	171,9
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>937</b>	<b>19,9</b>	<b>26,0</b>	<b>117,4</b>	<b>759,0</b>
	Полдник					
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,8	8,0	34,5	233,0
27/10-1	Чай (вариант 2)	200	0,1	0,0	5,0	19,2
	Хлебцы без глютена	18	1,6	0,4	13,4	62,5
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>418</b>	<b>9,5</b>	<b>8,4</b>	<b>52,8</b>	<b>314,7</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1857</b>	<b>54,7</b>	<b>50,8</b>	<b>232,5</b>	<b>1564,9</b>
	3 день					
	Завтрак					
2/1	Горошек зеленый с яйцом	100	5,0	7,5	9,0	115,3
9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	5,2	6,3	40,4	238,5
	Хлебцы без глютена	18	1,6	0,4	13,4	62,5
30/10	Чай с молоком	200	2,9	3,2	14,4	95,2
-	Фрукты	120	0,5	0,5	13,9	58,4
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>638</b>	<b>15,1</b>	<b>17,8</b>	<b>91,2</b>	<b>570,0</b>
	Обед					
18/1	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	80	1,0	4,8	17,0	108,8
34/2	Уха рыбацкая	200	7,9	3,9	12,0	113,3
3/9	Рагу из мяса кур	200	17,4	18,8	19,2	313,1
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,0	0,1	23,2	87,6
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>707</b>	<b>29,7</b>	<b>28,1</b>	<b>91,5</b>	<b>716,6</b>
	Полдник					
65/3	Суфле из моркови с творогом	150	8,6	12,4	14,0	198,2
11/11	Соус фруктовый из кураги (вариант 2)	30	0,2	0,0	6,4	24,5
	Хлебцы без глютена	9	0,8	0,2	6,7	31,3
-	Сок	200	1,0	0,2	20,6	86,5
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>389</b>	<b>10,5</b>	<b>12,9</b>	<b>47,7</b>	<b>340,5</b>

ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	<b>Итого за день</b>	<b>1734</b>	<b>55,3</b>	<b>58,8</b>	<b>230,4</b>	<b>1627,0</b>
	4 день					
	Завтрак					
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,8	8,0	34,5	233,0
23/3	Свекла, тушенная с яблоками	80	0,9	5,0	9,2	81,0
-	Фрукты	120	0,3	0,3	9,7	40,9
29/10	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	10,1	39,6
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>632</b>	<b>11,5</b>	<b>13,9</b>	<b>83,6</b>	<b>488,3</b>
	Обед					
49/1	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	80	1,2	4,9	8,4	80,0
13/2	Суп картофельный вегетарианский со сметаной	200/	1,3	2,8	10,0	69,3
-	Мясо говядины отварное	20	5,4	3,8	0,0	56,0
7/7	Рыба, запеченная с сыром	100	22,3	9,1	0,0	171,3
13/3	Капуста тушенная с фасолью	150	3,2	3,5	11,7	83,8
18/10	Кисель из ягод	200	0,2	0,1	24,1	94,3
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
-	Фрукты	120	0,5	0,5	13,9	58,4
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>897</b>	<b>36,2</b>	<b>25,3</b>	<b>88,3</b>	<b>706,9</b>
	Полдник					
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	14,6	15,9	2,5	211,2
27/10-1	Чай (вариант 2)	200	0,1	0,0	5,0	19,2
	Хлебцы без глютена	18	1,6	0,4	13,4	62,5
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>368</b>	<b>16,2</b>	<b>16,3</b>	<b>20,9</b>	<b>293,0</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1897</b>	<b>63,9</b>	<b>55,5</b>	<b>192,8</b>	<b>1488,1</b>
	5 день					
	Завтрак					
9/7	Запеканка из рыбы с морковью без глютена)	100	14,0	5,2	7,1	129,0
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,6	3,2	38,3	196,7
28/3	Икра из кабачков	60	0,9	3,7	6,7	64,7



ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
27/10-1	Чай (вариант 2)	200	0,1	0,0	5,0	19,2
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>537</b>	<b>20,9</b>	<b>12,7</b>	<b>77,1</b>	<b>503,4</b>
	Обед					
49/1	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	80	1,2	4,9	8,4	80,0
14/2	Суп картофельный с крупой	200	2,7	4,4	18,3	121,0
1/9	Мясо кур отварное (порц., без кости)	90	17,9	13,1	0,3	190,1
48/3	Горошница с морковью	150	9,2	2,7	28,1	164,1
ТТК1	Напиток апельсиновый	200	0,2	0,0	15,7	60,8
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>747</b>	<b>33,4</b>	<b>25,7</b>	<b>90,9</b>	<b>709,7</b>
	Полдник					
2/3	Картофель в молоке	150	3,3	3,9	20,3	127,8
	Хлебцы без глютена	18	1,6	0,4	13,4	62,5
20/10	Кисель из сухофруктов	200	1,0	0,1	34,1	130,8
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>368</b>	<b>5,9</b>	<b>4,3</b>	<b>67,8</b>	<b>321,1</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1652</b>	<b>60,3</b>	<b>42,7</b>	<b>235,8</b>	<b>1534,2</b>
	6 день					
	Завтрак					
14/1	Салат из белокочанной капусты с отварной свеклой, морковью, яблоками и растительным маслом	80	1,0	4,8	6,3	69,4
13/5	Запеканка (сырники) из творога с морковью (вариант 2) без глютена	100	13,1	11,4	12,1	203,9
	Джем	10	0,1	0,0	7,3	27,8
	Хлебцы без глютена	18	1,6	0,4	13,4	62,5
-	Фрукты	120	0,5	0,5	13,9	58,4
36/10	Какао с молоком (вариант 2)	200	3,6	3,3	15,0	100,3
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>528</b>	<b>19,9</b>	<b>20,4</b>	<b>68,0</b>	<b>522,3</b>
	Обед					
18/1	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	80	1,0	4,8	17,0	108,8
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,9	4,7	12,3	96,5
9/8-1	Печень (безмолочное меню)	100	23,5	17,5	0,0	251,7
3/3	Картофельное пюре	100	2,1	2,4	14,7	88,4

ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
14/3	Капуста цветная отварная	50	1,2	1,7	2,7	28,9
37/10	Напиток из шиповника	200	0,2	0,1	14,6	55,7
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
-	Фрукты	120	0,5	0,5	13,9	58,4
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>877</b>	<b>32,7</b>	<b>32,3</b>	<b>95,3</b>	<b>782,2</b>
	Полдник					
9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	190	4,9	6,0	38,4	226,6
	Хлебцы без глютена	9	0,8	0,2	6,7	31,3
-	Сок	200	1,0	0,2	20,6	86,5
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>399</b>	<b>6,7</b>	<b>6,4</b>	<b>65,7</b>	<b>344,4</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1804</b>	<b>59,3</b>	<b>59,2</b>	<b>229,0</b>	<b>1648,8</b>
	7 день					
	Завтрак					
	Огурец свежий	60	0,5	0,1	1,9	8,8
12-1/8	Гуляш из мяса говядины без глютена (вариант 2)	90	12,9	14,1	4,8	196,8
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,6	1,7	34,5	170,9
	Хлебцы без глютена	18	1,6	0,4	13,4	62,5
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,1	3,2	14,4	96,4
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>518</b>	<b>24,7</b>	<b>19,5</b>	<b>69,0</b>	<b>535,3</b>
	Обед					
26/1	Салат из морской капусты с соленым огурцом, морковью, репчатым луком и растительным маслом	90	0,9	9,7	5,6	111,7
35/2	Уха с крупой перловой	200	6,7	2,0	11,9	91,6
1/9	Мясо кур отварное (порц., без кости)	90	20	17	0,3	237
32/3	Рагу из овощей (вариант 2 без глютена)	150	2,7	4,0	18,5	115,4
-	Сок	200	1,0	0,2	20,6	86,5
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>747</b>	<b>33,9</b>	<b>33,7</b>	<b>76,9</b>	<b>735,7</b>
	Полдник					
26/2	Суп молочный с крупой	200	7,1	8,4	20,9	186,1
27/10-1	Чай (вариант 2)	200	0,1	0,0	5,0	19,2
	Хлебцы без глютена	18	1,6	0,4	13,4	62,5
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>418</b>	<b>8,7</b>	<b>8,9</b>	<b>39,2</b>	<b>267,8</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1683</b>	<b>67,0</b>	<b>62,1</b>	<b>185,1</b>	<b>1539</b>

ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	8 день					
	Завтрак					
2/6	Омлет запеченный или паровой	110	10,7	11,7	1,9	154,9
1/1	Горошек зеленый	40	1,2	1,6	4,5	33,7
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
-	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,1
30/10	Чай с молоком	200	2,9	3,2	14,4	95,2
-	Фрукты	130	0,5	0,5	15,1	63,3
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>517</b>	<b>17,8</b>	<b>24,8</b>	<b>56,1</b>	<b>506,9</b>
	Обед					
35/1	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	90	1,2	5,4	7,2	77,6
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,5	2,4	7,4	54,8
12-1/8	Гуляш из мяса говядины без глютена (вариант 2)	100	14,4	15,6	5,3	218,7
1/3	Картофель отварной	150	2,9	3,3	23,9	135,5
-	Масло сливочное	5	0,0	3,6	0,1	33,0
18/10	Кисель из ягод	200	0,2	0,1	24,1	94,3
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>772</b>	<b>22,4</b>	<b>31,0</b>	<b>88,1</b>	<b>707,6</b>
	Полдник					
32/3	Рагу из овощей (вариант 2 без глютена)	200	3,5	5,4	24,6	153,9
38/10	Молоко кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	117,4
	Хлебцы без глютена	18	1,6	0,4	13,4	62,5
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>418</b>	<b>10,9</b>	<b>12,2</b>	<b>47,5</b>	<b>333,9</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1707</b>	<b>51,1</b>	<b>68,0</b>	<b>191,7</b>	<b>1548,3</b>
	9 день					
	Завтрак					
17/1	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	100	1,0	6,0	11,7	100,1
4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	4,1	6,2	21,9	158,5
	Сухофрукты порционно	10	0,2	0,1	5,1	20,4
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
36/10	Какао с молоком (вариант 2)	200	3,6	3,3	15,0	100,3
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>537</b>	<b>11,3</b>	<b>16,2</b>	<b>73,9</b>	<b>473,1</b>
	Обед					
22/1	Салат из зеленой редьки с яйцом и растительным маслом	80	2,8	6,3	5,5	86,1

ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
13/2	Суп картофельный вегетарианский со сметаной (вариант 2)	200	1,3	2,3	10,0	64,3
7/7	Рыба, запеченная с сыром	100	22,3	9,1	0,0	171,3
3/3	Картофельное пюре	80	1,7	2,0	11,8	70,7
12/3	Капуста тушеная (вариант 2) без глютена	80	1,7	1,5	8,4	49,6
-	Сок	200	1,0	0,2	20,6	86,5
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
-	Бананы	180	2,7	0,9	40,9	171,9
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>947</b>	<b>35,7</b>	<b>22,8</b>	<b>117,2</b>	<b>794,2</b>
	Полдник					
	Творожный десерт (мексиканский флан)	150	24,5	15,0	11,8	282,5
11/11	Соус фруктовый из кураги (вариант 2)	20	0,1	0,0	4,2	16,3
27/10-1	Чай (вариант 2)	200	0,1	0,0	5,0	19,2
	Хлебцы без глютена	9	0,8	0,2	6,7	31,3
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>379</b>	<b>25,5</b>	<b>15,2</b>	<b>27,7</b>	<b>349,3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1863</b>	<b>72,4</b>	<b>54,2</b>	<b>218,8</b>	<b>1616,6</b>
	10 день					
	Завтрак					
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,8	8,0	34,5	233,0
2/1	Горошек зеленый с яйцом	100	5,0	7,5	9,0	115,3
	Хлебцы без глютена	18	1,6	0,4	13,4	62,5
30/10	Чай с молоком	200	2,9	3,2	14,4	95,2
-	Фрукты	120	0,5	0,5	13,9	58,4
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>638</b>	<b>17,7</b>	<b>19,5</b>	<b>85,3</b>	<b>564,5</b>
	Обед					
18/1	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	80	1,0	4,8	17,0	108,8
16/2	Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	4,5	19,5	131,2
48/8-1	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) безмолочное меню	90	8	6	7	113
1/3	Картофель отварной	150	2,9	3,3	23,9	135,5
-	Масло сливочное	5	0,0	3,6	0,1	33,0
ТТКЗ	Компот из яблок и черной смородины	200	0,2	0,1	17,3	66,8
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
-	Фрукты	120	0,5	0,5	13,9	58,4
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>857</b>	<b>19,5</b>	<b>23,2</b>	<b>118,7</b>	<b>741,0</b>

ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	Полдник					
6-1/5	Пудинг из крупы с яблоками (рисовый, безмолочный)	150	4,3	5,3	41,9	228,9
-	Сок	200	1,0	0,2	20,6	86,5
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>350</b>	<b>5,3</b>	<b>5,5</b>	<b>62,5</b>	<b>315,4</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1845</b>	<b>42,5</b>	<b>48,1</b>	<b>266,4</b>	<b>1620,8</b>
	11 день					
	Завтрак					
19/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,7	6,0	3,2	67,5
9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	5,2	6,3	40,4	238,5
	Сухофрукты	10	0,2	0,0	6,3	24,1
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
-	Сок	200	1,0	0,2	20,6	86,5
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>537</b>	<b>9,4</b>	<b>13,1</b>	<b>90,7</b>	<b>510,4</b>
	Обед					
10/1	Салат из белокочанной капусты с яблоками и растительным маслом	80	0,9	4,8	7,9	75,7
9/2	Рассольник со сметаной	200	1,4	4,3	10,7	85,1
23/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с картофелем	100	11,1	12,7	7,7	188,5
46/3	Макаронные изделия отварные без глютена	150	5,3	3,0	34,1	183,9
37/10	Напиток из шиповника(вариант 2)	200	0,2	0,1	19,5	74,3
-	Фрукты	120	0,5	0,5	13,9	58,4
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>877</b>	<b>21,8</b>	<b>26,0</b>	<b>113,9</b>	<b>759,8</b>
	Полдник					
38/10	Молоко кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	117,4
-	Бананы	180	2,7	0,9	40,9	171,9
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>380</b>	<b>8,5</b>	<b>7,3</b>	<b>50,3</b>	<b>289,3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1794</b>	<b>39,8</b>	<b>46,4</b>	<b>254,9</b>	<b>1559,5</b>
	12 день					
	Завтрак					
4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	4,1	6,2	21,9	158,5
1/6	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	62,8
-	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,1
-	Яблоки	120	0,5	0,5	13,9	58,4
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8

ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,1	3,2	14,4	96,4
	<b>Итого за 'Завтрак '</b>	<b>597</b>	<b>15,2</b>	<b>22,3</b>	<b>70,7</b>	<b>535,9</b>
	Обед					
55/1	Сельдь с картофелем и растительным маслом	90	4,3	7,0	10,7	122,8
3/2	Борщ со сметаной (вариант 2)	200	1,5	4,2	8,9	75,7
12-1/8	Гуляш из мяса говядины без глютена (вариант 2)	100	14,4	15,6	5,3	218,7
32/3	Рагу из овощей (вариант 2 без глютена)	150	2,7	4,0	18,5	115,4
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,0	0,1	23,2	87,6
	Хлебцы без глютена	27	2,3	0,6	20,1	93,8
	<b>Итого за 'Обед '</b>	<b>767</b>	<b>26,2</b>	<b>31,5</b>	<b>86,6</b>	<b>714,0</b>
	Полдник					
6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	150	9,6	8,7	13,1	168,2
-	Сок	200	1,0	0,2	20,6	86,5
	Хлебцы без глютена	18	1,6	0,4	13,4	62,5
	<b>Итого за 'Полдник '</b>	<b>368</b>	<b>12,1</b>	<b>9,3</b>	<b>47,1</b>	<b>317,2</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1732</b>	<b>53,4</b>	<b>63,1</b>	<b>204,5</b>	<b>1567,0</b>
	<b>В среднем за период</b>		<b>56</b>	<b>55</b>	<b>223</b>	<b>1577</b>

Врач - диетолог

Дубов / Дубовых С.Э.

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА по массе нетто.

Для детей 7-11 лет с непереносимостью глютена. СанПиН 2.3/2.4.3590-20  
(пробывание в образовательных учреждениях) Режим питания: трехразовое

Наименование продукта	Норма	Среднее в день	Выполнение нормы, %	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Факт. за 12 дн.
Хлеб	230															
Хлеб без глютена (хлебцы)		81,2	54,1	59,4	95	71,3	95	95	71,3	83,2	95	83,2	59,4	71,3	95	974,2
Мука пшеничная	15															
Крупы, бобовые	45	75,3	167,3	40	55	164	40	114,5	54,8	71,3	61,5	20	218,4	44	20	903,5
Макаронные изделия без глютена	15	4,3	28,3											51		51
Картофель	187	156,5	83,7	241,7	76	175,2	82,2	201	110	100,9	252,1	122	200,8	89	227,2	1878,1
Овощи (свежие, мороженые), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	187	220,7	118	202	163,2	199,1	303	201,6	233,2	271	297,6	263	133,5	200	181,5	2648,7
Фрукты свежие, ягоды	185	202,8	109,6	326,8	350	120	248,4	22	271		148	197	294,1	335,8	120	2433,1
Сухофрукты	15	11	73,1			39		20	16			10,5	16	10	20	131,5
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	200	133,3	66,7	200		200			200	200		200	200	200	200	1600
Мясо 1-й категории	70	45	64	115,2	58		32			72	80		45	58	80	540
Субпродукты (печень, язык, сердце)	30	11,5	38,4						138,3							138,3

Наименование продукта	Норма	Среднее в день	Выполнение нормы, %	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Факт. за 12 дн.
Птица 1-й категории (куры потрошенные, цыплята-бройлеры, индейка порошенная)	35	30	85			110,4		124,2		124						359
Рыба-филе, в т.ч. филе слабо- и малосоленое	58	33,6	57,9			36	124	65		36		124			18	403
Молоко	300	212,7	70,9	200	205,4	175	141,3	41,3	187,8	320	341,3	216,8	200	286	237,5	2552,4
Кисломолочная пищевая продукция	150	16,7	11,1	200												200
Творог (5%-9% м.д.ж.)	50	25,4	50,9		91,2	30			70			114				305,2
Сыр	10	1,2	11,7				7					7				14
Сметана	10	3,2	32,3	5	5		6,2		6,5		4	4		4	4	38,7
Масло сливочное	30	13	43,5	8,8	8,8	17,9	10,3	9,8	12,3	8,9	27,7	9,4	13,8	8,8	20	156,5
Масло растительное	15	17,1	113,8	18,4	15	22,5	17,4	9,8	30,7	9,2	14	14,9	18,5	19,8	14,7	204,9
Яйца	40	38	95		28,8	39,5	112,5	5	4		82,5	48,8	35		100	456,1
Сахар	30	30	100,1	16,4	38	34,8	38,6	35	35,6	17	28	25,6	44,8	22,4	24	360,2
Кондитерские изделия	10															
Чай	1	0,3	30		0,4	0,4	0,8	0,4		0,4	0,4	0,4	0,4			3,6
Какао-порошок	1	1	100	4					4			4				12
Кофейный напиток	2	0,3	16,7							2					2	4
Дрожжи хлебопекарные	0,2															
Крахмал	3	3,8	125,6		1,8	2,4	8	8		4,1	12,5	3,9			4,5	45,2
Соль пищевая поваренная йодированная	3	3,9	129,2	4,4	3,7	2,8	4,3	3,8	3,2	5,5	4	3,5	2,6	4,7	4	46,5