



Подписан: Буряк Лилиана Георгиевна
DN: INN=410110563557,
SNILS=04134477936, E=kam_kpt@mail.ru,
C=RU, S=Камчатский край,
L=Петропавловск-Камчатский, O="КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "КАМЧАТСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ""",
G=Лилиана Георгиевна, SN=Буряк,
CN=Буряк Лилиана Георгиевна
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение: место подписания
Дата: 2022.01.13 13:18:31+12'00'

УТВЕРЖДАЮ
Директор КГПОАУ "Камчатского
политехнического техникума"
Л.Г. Буряк
"01" 09 2021 г.

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

рациона питания студентов

Краевого государственного профессионального образовательного

автономного учреждения

"Камчатский политехнический техникум"

Возраст: с 14 лет

Сезон: осенне-весенний (учебный год)

Режим питания: 5-разовое

Пояснительная записка

Данное двухнедельное меню разработано для Камчатского политехнического техникума с учетом сезонности и возрастной группы обучающихся, кроме того оно скорректировано с учетом территориальных особенностей питания населения с условием соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания основных потребностей в пищевых веществах, энергии (суточная). Меню составлено на осенне-зимний период. С учётом сезонности на предприятии с 1 марта салаты заменяются с использованием овощей с тепловой обработкой до нового урожая. (прил №1)

Пищевая ценность кулинарной продукции характеризуется содержанием белков, жиров, углеводов и энергетической ценности (Ккал) в 100 граммах изделия и рассчитано согласно требований Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т.Лапшиной, 2004г. На основе данного меню разработаны и утверждены технологические карты на блюда и кулинарные изделия. Меню разработано с учетом 5-тиразового питания. В меню соблюдены требования по массе порций блюд, их пищевой и энергетической ценности, суточной потребности. Не допускается повторения одних и тех же блюд, и кулинарных изделий в один и тот же день или в последующие 2-3 дня. Кроме того, учитывается рациональное распределения энергетической ценности по отдельным приёмам пищи. Питание обучающихся отвечает принципам щадящего питания, кроме того исключаются продукты с раздражающими свойствами. Для обучающихся на бюджетной основе данное меню соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Заведующий производством столовой



Е.В. Бельтюков

1 День

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
311.2004г	Каша манная молочная	250	6,0	10,25	38,0	250,0
96.2004г	Масло сливочное несолен	10	0,01	8,3	0,06	77,0
686.2004г	Чай с лимоном	200	0,3	0	15,2	60,0
13002.2012г	Хлеб из муки пшеничной	80	6,08	0,64	38,88	190,4
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,31	0,6	19,26	114,0
	Груша свежая	150	0,6	0	14,25	85,5
	Итого за прием пищи:	750	11,76	19,25	87,19	691,4
Обед						
44.1989г	Салат из морской капусты	100	2,36	9,28	10,85	146,0
62.2012г	Борщ с мясом	250	10,37	8,93	15,78	179,25
424.2004г	Поджарка из говядины	100	9,36	9,12	7,68	150,3
518.2004г	Макароны отварные	180	7,3	6,3	33,2	218,2
406.2008г	Кисель из кураги	180	1,2	0	42,8	170,0
13002.2012г	Хлеб из муки пшеничной	30	3,8	0,4	24,3	67,8
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,63	57,0
	Итого за прием пищи:	870	38,68	34,77	164,45	972,35
Полдник						
	Шоколадный батончик	50	2,5	14,5	25,58	250,0
697.2004г	Молоко кипяченое	200	5,9	6,8	9,9	123,0
11.2004г	Бутерброд горячий с колбасой и сыром	50\30\20	3,45	4,73	7,32	85,9
	Итого за прием пищи:	350	11,85	26,03	42,72	458,9
Ужин						
394.2004г	Тефтели рыбные (Минтай)	120	1,68	17,0	0,2	271,9
141.2008г	Каша гречневая рассыпчатая	190	5,29	11,73	24,61	223,1
	Напиток брусничный	200	0,1	0	24,9	97,0
13002.2012г	Хлеб из муки пшеничной	50	3,04	0,32	19,44	95,2
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,65	0,3	9,63	57,0
	Итого за прием пищи:	600	11,66	29,35	53,88	692,8
Второй ужин						
Б/н	Снежок	200	5,6	6,8	22,0	172,0
	Итого за прием пищи:	200	5,6	6,8	22,0	172,0
	Всего за день	2770	79,55	116,2	370,24	2987,45

2 День

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
367 2004	Голушки твороженные (творог 116г)	200	27	16,5	27	388
96.2004г	Молоко сгущённое 8,5% жирности	50	3,6	4,25	27,75	164,0
10033.2012г	Чай с сахаром	200	1,6	1,6	17,3	87,0
	Апельсин	160	1,89	0	17,01	75,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	80	3,04	0,32	19,44	95,2
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	60	1,65	0,3	9,63	114,0
	Итого за прием пищи:	750	7,16	16,12	50,55	748,4
Обед						
30.2008г	Салат из св огурцов с раст маслом	100	1,0	6,0	3,1	91,7
134 2004г	Суп с фрикадельками и картофелем	250	7,15	7,14	17,2	138,6
463 2004г	Тефтели с рисом	100	11,07	16,5	11,19	208,5
534 2004г	Капуста тушеная	180	5,29	11,73	24,61	158,6
638 2004г	Компот из изюма	180	0,1	0	24,9	97,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	30	6,08	0,64	38,88	67,8
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,31	0,6	19,26	57,0
	Итого за прием пищи:	870	35,2	44,11	143,24	819,2
Полдник						
	Шоколадный батончик	50	2,5	14,5	25,5	250,0
2 2008г	Бутерброд с сыром	50\50	7,42	8,4	13,02	196,0
438 2008г	Напиток фруктовый (яблоко)	200	3,1	2,4	15,1	95,1
	Итого за прием пищи:	350	13,02	22,9	53,62	541,1
Ужин						
500.2004г	Биточки рубленые куриные	100	18,1	11,3	8,9	95,2
508 2004г	Макароны отварные	230	5,29	11,73	24,61	223,1
686.2004г	Чай с лимоном	200	0,4	0	27,3	107,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	40	3,04	0,32	19,44	95,2
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,63	57,0
	Итого за прием пищи:	600	28,49	31,95	89,94	675,3
Второй ужин						
Б/н	Ряженка	200	6,0	6,4	8,0	114
	Итого за прием пищи:	200	6,0	6,4	8,0	114
	Всего за день	2770	89,87	121,48	345,35	2898,0

3 День

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
101.2004г	Икра кабачковая (консервы)	50	0,6	2,0	2,9	32,7
218.2012г	Омлет с картофелем	200	0,16	2,8	0,7	269,4
96.2004г	Масло сладко сливочное	10	0,01	8,3	0,06	77,0
692.2004г	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	2,5	3,6	28,7	152,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	120	7,6	0,8	48,6	238,0
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	60	1,65	0,3	9,63	57,0
	Яблоко свежее	110	0,44	0	1078	41,8
	Итого за прием пищи:	750	4,32	30,0	101,37	826,1
Обед						
52.2008г	Винегрет с сельдью	100	2,08	7,45	10,13	116,0
139 2004г	Суп картофельный с бобовыми (Говядина)	250	8,35	9,26	7,95	162,0
492.2004г	Плов куриный	250	18,6	10,8	9,84	210,0
394 2008г	Компот из свежих плодов	180	0,2	0	12,2	51,8
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	60	1,5	15,0	10,0	47,4
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,31	0,6	19,26	114,0
	Итого за прием пищи:	880	43,54	28,51	143,98	853,2
Полдник						
11 2004г	Бутерброд горячий с колбасой и сыром	30/20/10	1,5	2,36	14,88	83,4
642 2004г	Кисель абрикосовый	190	9,2	11,6	0	144,0
	Апельсин	100	1,6	1,6	17,3	87,0
	Итого за прием пищи:	350	10,8	15,56	32,18	314,4
Ужин						
394.2004г	Тефтели рыбные (Минтай)	120	11,1	14,7	1,6	187,5
508 2004г	Каша гречневая	190	5,29	11,73	13,5	223,1
686.2004г	Чай с лимоном	200	0,3	0	15,2	60,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	50	3,04	0,32	19,44	95,2
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,65	0,3	9,63	57,0
	Итого за прием пищи:	600	22,07	27,95	61,83	643,2
Второй ужин						
Б/н	Ряженка	200	5,6	6,4	17,2	154,0
	Итого за прием пищи:	200	56	6,4	17,2	154,0
	Всего за день	2780	86,33	108,42	356,56	2790,9

4 День

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
302 2004г	Каша овсяная молочная	200	15,4	11,48	40,6	325,8
97 2004г	Сыр порциями	20	0,78	1,74	4,86	37,2
630 1996г	Чай с сахаром и молоком	200	0,2	0	15,0	58,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	80	5,32	0,56	34,02	166,6
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,31	0,6	19,26	114,0
	Апельсин свежий	200	1,62	0	14,58	68,4
	Итого за прием пищи:	750	21,07	13,84	89,53	762,4
Обед						
35 2015гг	С-т Мозаика	100	2,1	15,15	10,2	124,0
101.2008г	Суп куриный с вермишелью	250	7,75	4,1	25,3	170,5
394.2004г	Котлета рыбная (красная)	100	0,01	4,6	10	134,8
511,2004г	Картофельное пюре	180	2,3	0,23	24,15	108,56
639.2004г	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0	31,5	111,6
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	40	3,04	0,32	19,44	90,4
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,63	57,0
	Итого за прием пищи:	880	22,8	27,74	155,33	796,86
Полдник						
637 2004гг	Компот Ассорти	180	0,3	0	15,2	60,0
117 2012г	Гренка с сыром	40\5\25	7,42	12,46	13,02	196,0
	Груша свежая	100	5,63	5,9	37,2	208,5
	Итого за прием пищи:	350	7,72	12,46	65,42	464,5
Ужин						
Б/н	Огурец консервированный	30	0	0	1,8	72
284 1989г	Голубцы ленивые	240	16,32	16,32	4,68	198,6
96.2004г	Масло сливочное несолен	10	0,01	8,3	0,06	77,0
707 2004г	Сок в ассортименте	180	0,41	0	33,0	128,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	80	3,04	0,32	19,44	90,4
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	60	1,65	0,3	9,63	57,0
	Итого за прием пищи:	600	25,61	18,54	97,95	631,2
Второй ужин						
912.1981г	Йогурт фруктовый	200	5,54	5,08	22	155,38
	Итого за прием пищи:	200	5,54	5,08	22	155,38
	Всего за день	2780	79,48	73,98	425,33	2911,46

5 День

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
227.2008г	Суфле твороженное	200	28,0	20,4	28,0	414,0
	Джем фруктовый	30	0,78	1,74	4,86	37,2
686.2004г	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0
13002.2012г	Хлеб из муки пшеничной	50	1,52	0,16	9,72	47,6
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	60	1,65	0,3	9,63	57,0
	Яблоко	210	1,89	0	17,01	79,8
	Итого за прием пищи:	750	32,15	22,6	67,21	613,8
Обед						
43.2004г	Салат из капусты с растительным маслом	100	1,4	5,1	8,9	88,0
92.2008г	Суп картофельный с говядиной и клёцками	250	12,89	6,25	19,4	131,7
431.2004г	Печень по строгановски	100	23,87	11,5	1,75	112,98
255.2004г	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,0	6,8	29,2	202,0
436.2008г	Напиток лимонный	180	0,1	0	24,2	93,0
13002.2012г	Хлеб из муки пшеничной	30	2,28	0,24	14,58	71,4
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,31	0,6	19,26	114,0
	Итого за прием пищи:	870	49,85	25,39	117,29	874,48
Полдник						
Б/н	Пицца студенческая	100	16,8	18,0	23,2	298,1
10033.2012г	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,6	17,3	87,0
	Шоколадный батончик	50	2,5	14,5	25,5	250,0
	Итого за прием пищи:	350	20,9	34,1	66,0	635,1
Ужин						
451.2004г	Шницель рубленый из говядины	120	0,9	8,39	11,5	213,5
203.2004г	Картофель отварной	230	3,4	0,2	36,0	152,0
702.2004г	Напиток смородина	200	0	0	15,5	61,9
13002.2012г	Хлеб из муки пшеничной	20	1,52	0,16	9,72	47,6
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,3	0,4	21,2	102
	Итого за прием пищи:	600	5,82	8,75	57,22	577,0
Второй ужин						
Б/н	Груша свежая	200	0,8	0	19,0	114,0
	Итого за прием пищи:	200	0,8	0	19,0	114,0
	Всего за день	2770	109,52	90,84	326,72	2844,38

6 День

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
302.2004г	Каша пшенная молочная	200	5,8	3,3	12,63	240,0
96.2004г	Масло сладко сливочное	10	0,01	2,3	11,63	77,0
97.2004г	Сыр полутвердый	20	5,33	5,3	14,63	72,0
10033.2012г	Чай с молоком и сахаром	200	1,5	0,64	17,9	80,8
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	60	1,65	0,3	9,63	57,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	80	5,32	1,3	10,63	166,6
	Груша	180	1,62	0	14,58	68,4
	Итого за прием пищи:	750	19,71	16,8	72,78	699,6
Обед						
40.2004г	Салат витаминный с раст маслом	100	17,6	9,2	3,4	169,0
171.1989г	Похлёбка Камчатская	250	9,4	12,2	10,5	152,6
443.2004г	Плов по узбекски	50\230	17,6	9,2	3,4	169,0
702.2004г	Напиток смородина	180	0,1	0	24,9	97,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	70	6,08	0,64	38,88	158,2
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,31	0,6	19,26	57,0
	Итого за прием пищи:	910	45,74	35,37	162,29	989,4
Полдник						
685.2004г	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0
Б/н	Блины с маслом	100	7,45	9,35	47,3	310,0
	Шоколадный батончик	50	2,5	14,5	25,5	250
	Итого за прием пищи:	350	9,95	23,85	87,8	618,0
Ужин						
388 2004г	Котлеты рубленные рыбные	120	12,6	3,6	12,0	151,2
518 2004г	Картофель отварной	230	5,29	11,73	17,6	189,1
Б/н	Огурец консервированный	50	0,01	8,3	0,06	77,0
378.2012г	Кисель из плодов или ягод свежих	200	0	0	32,2	126,9
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	70	3,8	0,4	24,3	113,0
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,31	0,8	25,68	57,0
	Итого за прием пищи:	720	34,7	9,8	143,1	802,9
Второй ужин						
2008г	Яблоко свежее	180	0,8	0	19,6	76,0
2008г	Вафли витаминизированные	20	0,64	0,56	16,02	68,4
	Итого за прием пищи:	200	1,44	0,56	35,62	144,4
	Всего за день	2810	101,84	93,11	470,27	3088,6

7 День

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
340.2004	Омлет натуральный	105\5	27,0	16,5	27,0	388,0
96.2004г	Масло сладко сливочное	10	0,01	2,3	11,63	77,0
Б/н	Икра кабачковая	50	3,6	4,25	27,75	164,0
685.2004г	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,0	58,0
13002.2012г	Хлеб из муки пшеничной	80	2,28	0,24	14,58	71,4
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	60	1,1	0,2	6,42	38,0
	Яблоко свежее	240	1,89	0	17,01	75,0
	Итого за прием пищи:	750	33,98	20,99	107,76	794,4
Обед						
21.2004г	Салат Степной с маслом	100	0,6	7,1	3,0	79,0
132.2008г	Рассольник Ленинградский	250	3,6	5,4	9,6	150,0
416.2004г	Котлета мясная	100	15,9	15,3	15,1	150,0
512.2004г	Каша гречневая	180	5,75	5,6	24,61	210,0
526.	Компот фруктовый	180	0,4	0	27,3	107,0
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	19,26	57,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	30	2,28	0,27	14,91	67,8
	Итого за прием пищи:	870	35,64	34,64	137,75	820,8
Полдник						
	Кофейный напиток с молоком	200	0,1	0	26,4	102,0
3. 2008г	Бутерброд с колбасой вареной	50\20\30	10,17	10,5	15,67	159,4
	Шоколадный батончик	50	2,5	14,5	25,5	250,0
	Итого за прием пищи:	350	12,77	25,0	67,57	511,4
Ужин						
500.2004г	Биточки рубленые куриные	100	18,1	12,5	8,9	193,0
518.2008г	Рис отварной	230	5,29	8,7	24,61	190,8
686.2004г	Компот из изюма	200	0,3	0	15,2	60,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	40	3,04	0,32	19,44	95,2
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,63	57,0
	Итого за прием пищи:	600	29,08	31,02	78,84	680,8
Второй ужин						
Б/н	Ряженка	200	6	6,4	8,0	114,0
	Итого за прием пищи:	200	6	6,4	8,0	114,0
	Всего за день	2770,0	121,67	125,12	399,92	29,21,4

8 День

Номер рецептур ы	Наименование блюда	Выход порции, г	Пищевые вещества			Энергет ическая ценност ь, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
	Молоко сгущение	50	5,33	5,33	5,47	72,0
359.2004г	Сырники с морковью	200	4,17	2,35	23,95	250,7
10033.2012г	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,6	17,3	87,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	50	3,8	0,4	24,3	190,4
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,65	0,3	9,63	57,0
	Апельсин свежий	200	0,8	0	19,6	76
	Итого за прием пищи:	750	16,55	9,58	80,65	657,1
Обед						
71 2004г	Салат из свеклы и зел горошка	100	1,5	4,0	11,0	86,0
101.2008г	Суп куриный с вермишелью	250	7,75	4,1	25,3	170,5
394 2004г	Тефтели рыбные	100	0,1	4,6	0,5	156,0
541 2004г	Рагу овощное	180	4,83	10,35	33,58	134,51
	Компот из сухофруктов	180	1,1	0	31,5	125,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	30	6,08	0,64	38,88	119,0
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,31	0,6	19,26	114,0
	Итого за прием пищи:	870	24,67	23,69	160,02	905,01
Полдник						
5 2004г	Бутерброд с отвар говядиной	40\60	10,28	15,62	19,07	162,18
686 2004г	Чай с лимоном	200	0,53	0	43,73	172,0
	Печенье	50	0,4	0	9,5	57,0
	Итого за прием пищи:	350	11,21	15,62	72,3	391,18
Ужин						
Б/н	Огурец консервированный	30	0,01	8,3	0,06	77,0
520.2004г	Картофельное пюре	200	4,2	1,6	29,4	150,0
431 2004г	Печень по строгановски	120	9,38	14,3	10,0	108,5
406 2008г	Кисель из св морож ягод	180	0,5	0	10,6	44,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	40	5,3	0,4	35,1	165,8
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,3	0,4	21,2	102
	Итого за прием пищи:	600	14,24	23,14	44,87	357,9
Второй ужин						
Б/н	Груша свежая	150	5,54	5,08	22,0	155,38
	Вафли витаминизированные	50	1,6	1,4	40,05	171,0
	Итого за прием пищи:	200	5,54	5,08	22,0	155,38
	Всего за день	2770	72,11	77,11	379,84	2466,57

9 День

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
265.2004г	Сырники	200	15,2	12,4	18,9	251,0
Б/н	Джем фруктовый	30	2,16	2,55	16,55	98,4
10033.2012г	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,6	17,3	87,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	80	3,04	0,32	19,44	95,2
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	60	1,65	0,3	9,63	57,0
	Апельсин свежий	180	1,62	0	14,58	68,4
	Итого за прием пищи:	750	23,65	17,17	81,92	588,6
Обед						
15 2004г	С-т зеленый с огурцом и помидором	100	2,4	4,8	5,1	75,0
124.2004г	Щи из свежей капусты (Говядина)	250	7,02	8,58	15,16	158,4
232.1989г	Кальмар по Строгановски	120	13,5	5,6	4,2	131,3
511,2004г	Картофельное пюре	180	2,3	0,23	24,15	108,56
337.2012г	Компот "Ассорти"	180	2,3	0,23	24,15	108,56
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,31	0,6	19,26	114,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	30	7,6	0,8	48,6	238,0
	Итого за прием пищи:	890	36,43	20,01	138,37	913,26
Полдник						
702.2004г	Напиток из свежемороженых ягод	200	0,1	0	24,9	97,0
Б/н	Блины с маслом	150	7,45	9,35	47,3	310,0
	Итого за прием пищи:	350	7,55	9,35	72,2	407,0
Ужин						
498.2004г	Котлеты рубленные из птицы	100	16,1	15,1	15,1	133,2
516,2004г	Изделия макаронные отварные	200	0,72	0,8	40,0	196,0
639.2004г	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	31,5	124,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	70	3,04	0,32	19,44	95,2
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,63	57,0
	Итого за прием пищи:	600	23,21	18,02	119,77	639,4
Второй ужин						
Б/н	Яблоко свежее	150	0,8	0	19,6	76,0
Б/н	Печенье	50	1,5	2,36	14,9	83,4
	Итого за прием пищи:	200	2,3	2,36	34,48	159,4
	Всего за день	2790	85,59	66,91	446,74	2707,66

10 День

Номер рецептуры	Наименование блюда	Выход порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
160.2004г	Суп молочный с макаронами	250	7,0	7,9	24,7	276,38
96.2004г	Масло сладко сливочное	10	0,01	2,3	11,63	77,0
692.2004г	Кофейный напиток на молоке	200	2,5	3,6	28,7	193,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	80	5,32	0,56	34,02	166,6
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,31	0,6	19,26	144,0
	Яблоко свежее	150	1,89	0	17,01	75,0
	Итого за прием пищи:	750	16,47	12,36	122,36	840,78
Обед						
51.2008г	Винегрет овощной	100	7,6	14,6	7,8	152,0
281 2008г	Гуляш из мяса птицы	100	0,24	0	0,78	4,2
157 1989г	Суп по шведски (сайра)	250	15,17	8,15	26,7	187,72
518.2004г	Макароны отварные	180	10,39	19,75	2,96	193,0
702 2004г	Напиток смородина	180	0,2	0	35,8	142,0
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,65	0,3	9,63	57,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	40	5,32	0,56	34,02	67,8
	Итого за прием пищи:	880	42,03	43,06	127,32	803,72
Полдник						
630 1996г	Чай с молоком и сахаром	200	0,9	0	8,1	38
	Печенье	100	3,45	4,73	7,32	85,9
97.2004г	Сыр порциями	50	1,2	0	42,8	170
	Итого за прием пищи:	350	5,55	4,73	50,12	293,9
Ужин						
413.2004г	Сосиски отварные	120	14,88	10,32	15,36	220,8
528 1996г	Соус красный основной	30	0,69	0,9	2,46	20,4
255.2004г	Каша рассыпчатая гречневая	200	6,0	6,8	29,2	202,0
686.2004г	Чай с лимоном	200	0,3	0	16,2	66,7
13003.2012г	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,65	0,3	9,63	57,0
13002 2012г	Хлеб из муки пшеничной	30	1,52	0,16	9,72	47,6
	Итого за прием пищи:	600	24,35	17,58	79,11	648,8
Второй ужин						
Б/н	Ацидофилин	200	6,0	6,4	8,0	114,0
	Итого за прием пищи:	200	6,0	6,4	8,0	114,0
	Всего за день	2780	94,4	84,13	386,91	2701,2

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ
ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В КАМЧАТСКОМ КРАЕ»**
Аккредитовано в качестве органа инспекции Федеральной службой по аккредитации.
Аттестат аккредитации № RA.RU.710050 выдан 16 июня 2015 года

683004, г. Петропавловск-Камчатский, ул. Рябиковская, 22
тел. 8(415-2)412188; факс 412253; эл. почта fbuz@41fbuz.ru



УТВЕРЖДАЮ
Руководитель Органа инспекции
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии
в Камчатском крае»

С.Г. Орешкина

«03» 09 2021г

Экспертное заключение

о соответствии (несоответствии) двухнедельного меню рациона питания для обучающихся Краевого государственного профессионального образовательного автономного учреждения «Камчатский политехнический техникум» требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

№ 1386 - 229 - 3 - 06 от «03» 09 2021г

1. **Основание для проведения экспертизы:** заявление КГПОАУ «Камчатский политехнический техникум» № 229 от 20.05.2021г.
2. **Наименование объекта экспертизы:** Примерное двухнедельное меню для питания обучающихся КГПОАУ «Камчатский политехнический техникум».
3. **Наименование организации, предприятия, заявителя:** Краевое государственное профессиональное образовательное автономное учреждение «Камчатский политехнический техникум» (КГПОАУ «Камчатский политехнический техникум»). ИНН 4101036843.
4. **Адрес объекта:** 683003, Камчатский край, г. Петропавловск – Камчатский, ул. Ленинградская, д. 37.
5. **Данные по эксперту, проводившему экспертизу:** врач по общей гигиене отдела санитарно-эпидемиологических экспертиз ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Камчатском крае» Портянова Вера Григорьевна, имеющая высшее медицинское образование санитарно-гигиенического профиля (диплом Б-И № 338321 от 24.06.1977г, выданный Владивостокским государственным медицинским институтом. Сертификат специалиста, допущенного к осуществлению медицинской или фармацевтической деятельности по специальности «Общая гигиена» от 18.06.2019 г №1159241853732, выданный АНО ДПО «Приволжский центр профессионального обучения». Стаж работы по специальности 40 лет.
6. **Цель проведения экспертизы:** установление соответствия (несоответствия) 2-х недельного меню рациона питания обучающихся КГПОАУ «Камчатский политехнический техникум» требованиям раздела VIII СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
7. **Дата, время проведение экспертизы, место проведения:** начато 30.08.2021г в 10.00, окончено 02.09.2021г в 16.00, ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Камчатском крае», г. Петропавловск-Камчатский, ул. Рябиковская, 22.
8. **Дата проведения инспекции:** с 20.05.2021г по 02.09.2021г.
9. **Описательная (констатирующая) часть экспертного заключения.**

При проведении экспертизы установлено: примерное двухнедельное меню рациона питания разработано для обучающихся Камчатского политехнического техникума, с целью установления его соответствия (несоответствия) требованиям раздела СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», раздел VIII. Особенности организации общественного питания детей.

Меню разработано в соответствии с рекомендуемой формой, согласно приложению №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Возрастная группа обучающихся – от 14 до 18 лет. Меню составлено на осенне-зимний период года. Режим питания – 5-разовый.

Меню разработано с учетом требований санитарных правил по массе порций блюд (таб.1 прил.№9), суммарному объему блюд по приемам пищи (таб.3 прил.№9), их пищевой и энергетической ценности в соответствии с возрастом и суточной потребности (таб.1 прил.№10), по распределению в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи (таб.3 прил.№10), по количеству приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения (прил.№12).

Набор продуктов для приготовления блюд включает все виды пищевых продуктов, рекомендуемых для использования в питании детей, исходя из среднесуточных наборов пищевой продукции (таб.2 прил.№7).

Масса порций соответствует нормам выхода блюд и рекомендуемым величинам для данной возрастной категории согласно таб.1 прил.№9. Рекомендуемый принцип повторяемости блюд соблюдается. Меню составлено рационально по набору и совместимости продуктов.

В меню отсутствуют пищевые продукты, которые не допускаются в питании детей (прил.№6).

Завтраки состоят из горячего блюда (каши, творожные изделия, яичные, супы молочные), из горячего напитка на молочной основе, чая, а также включаются бутерброды с гастрономическими продуктами (сыр, колбаса), масло сливочное, фрукты свежие.

Обеды включают салаты из свежих овощей (в весенний период из вареных), первое и второе блюда, напитки из плодов и ягод (компоты, кисели).

Полдники представлены мучными изделиями, напитками, кондитерскими изделиями, фруктами.

Ужин (основной прием) включает горячие вторые блюда из мяса, птицы, рыбы, овощей с различными гарнирами и напитками.

Второй (дополнительный) ужин включает кисломолочный напиток, фрукты свежие.

При оценке энергетической ценности рациона установлено, что в целом калорийность рациона за весь день соответствует физиологическим потребностям для данного возраста, составляет 2831,8 ккал (в среднем за неделю), при суточной потребности 2720ккал, отклонение от нормы составило +4,1%, что находится в пределах величины допустимых отклонений $\pm 5\%$.

При оценке пищевой ценности рациона установлено: содержание белков, жиров, углеводов в рационе находится в пределах величины допустимых отклонений ($\pm 5\%$), фактическое отклонение от нормы составляет: по белкам + 2,2 %, по жирам + 4,02 %, по углеводам + 2,04 %, что соответствует п. 8.1.2.3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Пищевые вещества сбалансированы в оптимальном соотношении Б:Ж:У=1:1:4, что соответствует принципам рационального питания и нормам физиологических потребностей организма.

При анализе рациона по отдельным приемам пищи установлено: фактическая масса порций блюд по каждому приему пищи, суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют таб.1 и таб.3 прил.№9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации составило: завтрак - 24,4%

(при рекомендуемой величине 25%), обед – 34,3% (рек.35%), полдник – 15% (рек.15%), ужин – 21% (рек.20%), второй ужин – 5,3% (рек.5%).

10. Заключение: представленный рацион питания - примерное двухнедельное меню для питания обучающихся Краевого государственного профессионального образовательного автономного учреждения «Камчатский политехнический техникум» соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Врач по гигиене питания отдела
санитарно-эпидемиологических экспертиз




В.Г. Портянова

Врио технического директора

Н.В. Столбовая