



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

ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ «ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ – ЧУВАШИИ»

ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ «ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКЕ – ЧУВАШИИ В ПОСЕЛКЕ ВУРНАРЫ»

(Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Чувашской Республике – Чувашии в поселке Вурнары»)

ОКПО 75694114 , ОГРН 1052128008448

ИНН/КПП 2128701099/210431001

Индекс, адрес: 429220 Рф, Чувашская Республика, п. Вурнары, ул. Ж. Ильякина, 15
Телефон/факс: 8-83337-2-53-07 , E-mail : 37 @ sge21.ru.

п. Вурнары

93.01.2017 № 50

Начальнику отдела
образования и молодежной
политики администрации
Вурнарского района
М.Н. Тихоновой

СПРАВКА

Примерное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет, от 3 до 7 лет, посещающих с 10-часовым пребыванием дошкольные образовательные организации Вурнарского района Чувашской Республики в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов утверждено начальником ОО и МП Администрации Вурнарского района.

Питание в детских садах 4-разовое и представлено завтраком 1, завтраком 2, обедом, полдником. 1 завтрак состоит из каши, горячего напитка, бутерброда. 2 завтрак из фруктов или сока. Обед состоит из холодной закуски, первого блюда, второго блюда, напиток, полдник включает напиток с булочными изделиями, либо блюдо.

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах) для детей от 1 до 3 лет составил на завтрак 435,418,438 грамм, (по СанПиН 2.4.1.3049-13 – 350-450грамм) , на обед- 550 грамм (по СанПиН 2.4.1.3049-13 – 450-550 грамм), на полдник- 220,245,250 грамм(по СанПиН 2.4.1.3049-13- 200-250 грамм).

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах) для детей от 3 до 7 лет составил на завтрак 547,550 грамм (по СанПиН 2.4.1.3049-13 – 400-550 грамм) , на обед- 785,765 грамм (по СанПиН 2.4.1.3049-13 – 600-800 грамм), на полдник- 260,310,330 грамм(по СанПиН 2.4.1.3049-13- 250-350 грамм).

Меню составлено на 10 дней, в соответствии с рекомендуемой формой составления примерного меню по приложению 12 СанПиН 2.4.1.3049-13.

Энергетическая ценность в сутки для детей от 1 года до 3 лет должна составлять 1400 ккал, на долю 1 завтрака(20-25%)-280-350 ккал, 2 завтрака(5%) -70 ккал, по меню – первый завтрак- 314,784 ккал., второй завтрак- 70,867 ккал., обеда (30-35 %) – 420-490 ккал, по меню – 454,367 ккал, полдника(10-15%)- 140-210 ккал, по меню -194,799 ккал.

Энергетическая ценность в сутки для детей от 3 лет до 7 лет должна составлять 1800 ккал., на долю 1 завтрака(20-25%)-360-450 ккал, 2 завтрака(5%) -90 ккал, по меню -первый завтрак-417,606 ккал, второй завтрак- 100,977 ккал, обеда (30-35 %) – 420-630 ккал., по меню – 585,103 ккал, полдника(10-15%)- 140-270 ккал, по меню -250,087 ккал.

В меню должно учитываться рациональное распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи, оптимальное соотношение пищевых веществ: белков, жиров и углеводов.

Содержание белков для детей от 1 до 3 лет на 1 завтрак составляет 8,4-10,5, на 2 завтрак-2,1 (по меню-первый завтрак -8,625г, второй завтрак- 0,817г), на обед- 12,6-14,7г(по меню- 14,029г), на полдник- 4,2-7,3г(по меню – 7,136г), содержание жира на 1 завтрак составляет 9,4-11,75 , на 2 завтрак-2,35г(по меню первый завтрак- 10,045г, второй завтрак- 1,982г), на обед 14,1-16,45г(по меню 15,931г), на полдник- 4,7-7,05г(по меню 6,181г), содержание углеводов на 1 завтрак- 40,6-50,75г, на 2 завтрак- 10,15г(по меню- на первый завтрак- 42,359г, на второй завтрак- 14,67г), на обед 60,9-71,05г (по меню- 63,718г), на полдник- 20,3-30,45г(по меню- 27,656г).

Содержание белков для детей от 3 до 7 лет на 1 завтрак составляет 10,8-13,5, на 2 завтрак-2,7 (по меню- на первый завтрак- 12,094г на второй завтрак- 1,265г), на обед- 16,2-18,9г(по меню- 17,986г), на полдник- 5,4-8,9г(по меню – 8,804г), содержание жира на 1 завтрак составляет 12-15г , на 2 завтрак-3,0г(по меню на первый завтрак-14,426г, на второй завтрак-2,246г), на обед 18-21г(по меню -20,479г), на полдник- 6-9г(по меню 7,83г), содержание углеводов на 1 завтрак- 52,2-65,25г, на 2 завтрак- 13,05г(по меню- на первый завтрак- 59,84г, на второй завтрак- 19,936г), на обед 78,3-91,35г (по меню- 82,212г), на полдник- 26,1-39,15г (по меню- 36,564г).

При разработке меню, дано предпочтение свежеприготовленным блюдам, не подвергающихся повторной термической обработке. Повторение одних и тех же блюд и кулинарных изделий по основным приемам пищи не наблюдается.

Ежедневно включены блюда из мяса, рыбы, молочных продуктов, различных круп, сливочного и растительного масла, овощей и фруктов, соки.

Меню составлено правильно

Заведующая отделом-
врач по общей гигиене



Никифорова Т.Н.