



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ  
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ  
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

УПРАВЛЕНИЕ  
ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ  
ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ  
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ  
ЧЕЛОВЕКА ПО ПЕРМСКОМУ КРАЮ  
(Управление Роспотребнадзора по  
Пермскому краю)

Куйбышева ул., д. 50, Пермь, 614016  
Тел. (342) 239-35-63, факс (342) 239-31-24  
E-mail: urpn@59.rospotrebnadzor.ru  
www.59.rospotrebnadzor.ru

ОКПО 75507314; ОГРН 1055901619168  
ИНН/КПП 5904122386/590401001

№ 09/13503

На № 6323 от 19.07.16 г.

ИП организаторов школьного  
питания «Лидер»

Комсомольский проспект, д. 45,  
Пермь, 614039

М. С. Лебедевой

«О согласовании меню»

Управление Роспотребнадзора по Пермскому краю, рассмотрев экспертное заключение ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае» № 2378- ЦА от 04.08.16 г. типового рациона питания для организации питания детей в возрасте от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет при общеобразовательных учреждениях, работающих с предприятиями- участниками ИП «Лидер» (ООО «ЛеМаС», ООО «Звезда», ИП Сычева Н. Д., ИП Соколова Т. А., ИП Голдобина Н. Ю.) на осенне- зимний период года, согласовывает типовой рацион питания (план-меню на 12 дней) для организации питания детей в возрасте от 7 до 10 лет и от 11 до 18 лет на осенне- зимний период года при общеобразовательных учреждениях, работающих с предприятиями- участниками ИП «Лидер».

Заместитель руководителя

Шлыкова В. Н.  
2393129

И. М. Ясинский

СОГЛАСОВАНО

ТУ Роспотребнадзор

По Первичному критерию

*№ 09/16503*

УТВЕРЖДАЮ

Директор НП «Лидер»  
М.С. Лебелова



**ТИПОВОЙ РАЦИОН ПИТАНИЯ  
(ПЛАН-МЕНЮ НА 12 ДНЕЙ)  
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ОТ 7 ДО 10 ЛЕТ  
И ОТ 11 ДО 18 ЛЕТ (ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД) В  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ,  
РАБОТАЮЩИХ С ПРЕДПРИЯТИЯМИ - УЧАСТНИКАМИ  
НЕКОММЕРЧЕСКОГО ПАРТНЕРСТВА «ЛИДЕР»**

**Предприятия - участники НП «Лидер»**

ИП Сычева Н.Д.

ИП Соколова Т.А.

ИП Голдобина Н.Ю.

ООО «ЛеМаС»

ООО «Звезда»

**НП "Лидер"**  
Питание 2-х разовое (7-10 лет)

День 1

Наименование блюда	Выход
<b>1-ый вариант</b>	
<b>Завтрак "Правильный"</b>	
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150Г	150
СЫР ПОРЦИОННО 20Г	20
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	5
ЧАЙ С САХАРОМ (№300/П2008)	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50
ФРУКТ СВЕЖИЙ	1шт
<i>Б=15,3 г, Ж=15,0 г, У=82,1 г, К=524,9 ккал</i>	
<b>Обед "Обжорка"</b>	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ.	60
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КЛЕЦКАМИ	250/37,5
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 80Г.	80
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ.	150
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТА	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40г.
<i>Б=33,9 г, Ж=38,2 г, У=117,6 г, К=950,8 ккал</i>	
<b>Итого:</b>	
<i>Б=49,2 г, Ж=53,2 г, У=199,8 г, К=1475,7 ккал</i>	

**Соотношение Б:Ж:У = 1 : 1,1 : 4,1**

Наименование блюда	Выход
<b>2-ой вариант</b>	
<b>Завтрак "Крепыш"</b>	
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 150Г	150
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК /С ВИТАМИНОМ С/	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ.	30
<i>Б=23,7 г, Ж=24,4 г, У=93,5 г, К=689,1 ккал</i>	
<b>Обед "Обжорка"</b>	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ.	60
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КЛЕЦКАМИ	250/37,5
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 80Г.	80
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ.	150
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТА	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40г.
<i>Б=33,9 г, Ж=38,2 г, У=117,6 г, К=950,8 ккал</i>	
<b>Итого:</b>	
<i>Б=57,5 г, Ж=62,7 г, У=211,1 г, К=1639,9 ккал</i>	

**Соотношение Б:Ж:У = 1 : 1,1 : 3,7**

Наименование блюда	Выход
<b>3-ий вариант</b>	
<b>Завтрак "Лакомка"</b>	
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ	80
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150
ЧАЙ С САХАРОМ (№300/П2008)	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС.	1кус./ 30г
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	1шт.
<i>Б=24,0 г, Ж=17,0 г, У=105,7 г, К=672,2 ккал</i>	
<b>Обед "Обжорка"</b>	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ.	60
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КЛЕЦКАМИ	250/37,5
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 80Г.	80
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ.	150
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТА	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г	1кус./ 40г
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40Г	40г.
<i>Б=33,9 г, Ж=38,2 г, У=117,6 г, К=950,8 ккал</i>	
<b>Итого:</b>	
<i>Б=57,9 г, Ж=55,2 г, У=223,3 г, К=1623,0 ккал</i>	

**Соотношение Б:Ж:У = 1 : 1,0 : 3,9**

**НП "Лидер"**  
Питание 2-разовое (11-18 лет)

День 1

Наименование блюда	Выход
<b>1-ый вариант</b>	
<b>Завтрак "Правильный"</b>	
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	200
СЫР ПОРЦИОННО 30Г	30
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	5
ЧАЙ С САХАРОМ (№300/П2008)	200
ХЛЕБ 2 КУС.	60
ФРУКТ СВЕЖИЙ	1шт
Б=20,0 г, Ж=19,5 г, У=92,1 г, К=624,1 ккал	
<b>Обед "Обжорка"</b>	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КЛЕЦКАМИ	250/37,5
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 100Г	100
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 180Г	180
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТА	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50
Б=39,3 г, Ж=44,9 г, У=139,1 г, К=1118,4 ккал	
<b>Итого:</b>	
Б=59,4 г, Ж=64,4 г, У=231,2 г, К=1742,5 ккал	

Соотношение Б:Ж:У = 1 : 1,1 : 3,9

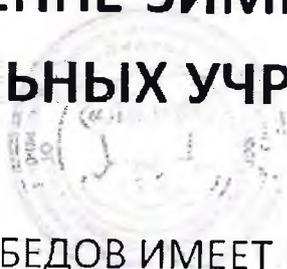
Наименование блюда	Выход
<b>2-ой вариант</b>	
<b>Завтрак "Крепыш"</b>	
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ Р/М.	100
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ.	200
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК /С ВИТАМИНОМ С/	200
ХЛЕБ РЖАНОЙ	1кус./30г
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ 2 ШТ	50
Б=36,3 г, Ж=38,2 г, У=134,6 г, К=1029,3 ккал	
<b>Обед "Обжорка"</b>	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КЛЕЦКАМИ	250/37,5
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 100Г	100
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 180Г	180
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТА	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50
Б=39,3 г, Ж=44,9 г, У=139,1 г, К=1118,4 ккал	
<b>Итого:</b>	
Б=75,6 г, Ж=83,1 г, У=273,7 г, К=2147,6 ккал	

Соотношение Б:Ж:У = 1 : 1,1 : 3,6

Наименование блюда	Выход
<b>3-ий вариант</b>	
<b>Завтрак "Лакомка"</b>	
РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ ПАРОВЫЕ ИЗ МИНТАЯ.	100
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ 180Г	180
ЧАЙ С САХАРОМ (№300/П2008)	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	1шт.
Б=29,4 г, Ж=19,5 г, У=121,2 г, К=778,7 ккал	
<b>Обед "Обжорка"</b>	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КЛЕЦКАМИ	250/37,5
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 100Г	100
МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ 180Г	180
НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТА	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50Г	50
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50Г	50
Б=39,3 г, Ж=44,9 г, У=139,1 г, К=1118,4 кка	
<b>Итого:</b>	
Б=68,8 г, Ж=64,4 г, У=260,3 г, К=1897,0 кка	

Соотношение Б:Ж:У = 1 : 0,9 : 3,8

**ПРИЛОЖЕНИЕ К ТИПОВОМУ РАЦИОНУ ДЛЯ  
ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ОТ 7-10 ЛЕТ  
И ОТ 11-18 ЛЕТ НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД  
В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ.**



КАЛОРИЙНОСТЬ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ИМЕЕТ ПРЕВЫШЕНИЯ ОТ  
ДЕЙСТВУЮЩИХ НОРМ, С ЦЕЛЮ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПОЛНЫМ  
НАБОРОМ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ, ПРЕДУСМОТРЕННЫХ  
СУТОЧНЫМ НАБОРОМ ИЗ РАСЧЕТА В ДЕНЬ НА 1 ЧЕЛОВЕКА.  
УСИЛЕНИЕ ЗАВТРАКОВ В ТИПОВЫХ РАЦИОНАХ ПРЕДУСМОТРЕНО ЗА  
СЧЕТ ВКЛЮЧЕНИЯ ПОЛНОЦЕННЫХ МЯСНЫХ И КУРИНЫХ БЛЮД.