В соответствии со **Стандартом питания в организациях образования**, утверждённым Приказом Министра здравоохранения РК от 4 марта 2025 года № 16, а также действующими санитарными правилами, проведена оценка соответствия меню сезонных циклов (лето–осень и зима–весна) нормам потребления основных продуктовых групп при одноразовом горячем питании.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Группы продуктов | Кратность приема по стандарту | По меню лето-осень | | | |
| 1 неделя | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя |
| Говядина или конина | 2порции | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Птица | 2порции | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Рыба | 1 порция | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Зерн.,макар,мучн | 3 порции | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Овощи | 5 порции | 5 в основном блюде, в салатах и гарнирах | 5 в основном блюде, в салатах и гарнирах | 5 в основном блюде, в салатах и гарнирах | 5 в основном блюде, в салатах и гарнирах |
| Фрукты свежие | 5 порции | 5 свежие фрукты, в напитках, в составе салатов | 5 свежие фрукты, в напитках, в составе салатов | 5 свежие фрукты, в напитках, в составе салатов | 5 свежие фрукты, в напитках, в составе салатов |
| Фрукты суш | 3 порции | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Картофель | 1 порции | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Молоко,мол.прод | 5 порции | 5 в составе соусов , горячих напитков | 5 в составе соусов , горячих напитков | 5 в составе соусов , горячих напитков | 5 в составе соусов , горячих напитков |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Группы продуктов | Кратность приема по стандарту | По меню зима-весна | | | |
| 1 неделя | 2 неделя | 3 неделя | 4 неделя |
| Говядина или конина | 2порции | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Птица | 2порции | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Рыба | 1 порция | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Зерн.,макар,мучн | 3 порции | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Овощи | 5 порции | 5 в основном блюде, в салатах и гарнирах | 5 в основном блюде, в салатах и гарнирах | 5 в основном блюде, в салатах и гарнирах | 5 в основном блюде, в салатах и гарнирах |
| Фрукты свежие | 5 порции | 5 свежие фрукты, в напитках, в составе салатов | 5 свежие фрукты, в напитках, в составе салатов | 5 свежие фрукты, в напитках, в составе салатов | 5 свежие фрукты, в напитках, в составе салатов |
| Фрукты суш | 3 порции | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Картофель | 1 порции | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Молоко,мол.прод | 5 порции | 5 в составе соусов , горячих напитков | 5 в составе соусов , горячих напитков | 5 в составе соусов , горячих напитков | 5 в составе соусов , горячих напитков |

Кратность приёма блюд по основным продуктовым группам соответствует установленным нормам школьного питания, утверждённым санитарными правилами МЗ РК.

По всем неделям в меню выдержан баланс по мясным, рыбным, молочным продуктам, овощам, фруктам и картофелю.

Сохранена рекомендуемая частота включения свежих фруктов, овощей, злаковых и молочных продуктов (сыр, соусы).

Незначительные корректировки (замена молока на сыр в составе основного блюда и соусов, яблока на напиток яблочно-лимонный) не снижают пищевой ценности рациона и полностью соответствуют требованиям санитарных правил.

При организации одноразового горячего питания (обеда) его калорийность должна составлять 25–30% суточной нормы.

Разработанное меню полностью соответствует указанным требованиям: энергетическая ценность обедов находится в пределах нормы, обеспечивая детей необходимым количеством белков, жиров и углеводов для поддержания здоровья, роста и учебной активности.

Проведённый анализ показывает, что обновлённое меню обладает более сбалансированной структурой по сравнению с ранее применявшимися вариантами рациона.

В новом меню оптимизировано распределение блюд по основным продуктовым группам с учётом кратности включения мясных и белковых продуктов, установленной Стандартом питания. В связи с этим из меню исключены молочные каши, поскольку их регулярное включение не обеспечивало выполнение установленной нормы по кратности мясных блюд при одноразовом горячем питании и снижало долю полноценных источников животного белка в рационе.

Исключение каш позволило:

-обеспечить строгое соблюдение нормы по мясу, птице и рыбе в течение недельного цикла;

-усилить белковую составляющую рациона, необходимую для роста и развития обучающихся;

-сохранить баланс углеводов за счёт включения гарниров из круп, макаронных изделий и овощей;

-привести структуру обеда в соответствие с требованиями энергетической ценности (25–30% суточной нормы).

В 2024 году в меню по понедельникам предусматривалось включение каши в качестве основного блюда, что не позволяло обеспечить установленную Стандартом питания кратность включения мясных блюд в течение недели при организации одноразового горячего питания.

В 2025 году данная позиция меню была скорректирована: каша заменена на основное горячее блюдо с мясной составляющей, что обеспечило выполнение требований Стандарта питания в организациях образования по кратности потребления мяса и соответствие санитарным правилам.

Дополнительно следует отметить, что в обновлённом меню предусмотрено включение первых блюд (супов) с мясной составляющей, что не является исключением из требований Стандарта питания, а напротив, полностью соответствует установленной кратности потребления мясных продуктов.

Мясо, входящее в состав супов, учитывается при расчёте кратности продуктовых групп, предусмотренных Стандартом питания в организациях образования, и обеспечивает выполнение норм по белковой составляющей рациона при одноразовом горячем питании.

Таким образом, структура меню, включающая основные горячие блюда и первые блюда с мясом, соответствует требованиям Стандарта питания, санитарных правил и обеспечивает рациональное распределение продуктов по недельному циклу.

Таким образом, обновлённое меню характеризуется более рациональным соотношением белков, жиров и углеводов, улучшенным распределением блюд по продуктовым группам и полным соответствием требованиям Стандарта питания в организациях образования, утверждённого Приказом Министра здравоохранения Республики Казахстан от 4 марта 2025 года № 16, а также действующим санитарным правилам.