

Пояснительная записка к примерному четырнадцатидневному меню для учреждения с дневным пребыванием детей.

Представленное примерное четырнадцатидневное меню рассчитано для учреждения с дневным пребыванием детей при МБОУ «Саралинская СОШ» для детей возраста от 7 до 16 лет.

При составлении меню были использованы

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004. – 639 с.
2. Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во все образовательные учреждения / Под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2005. – 628 с.
3. Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) /Новосибирск, 2022 г.
4. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций /Роспотребнадзор, Москва, 2022 г.

Примерное четырнадцатидневное меню согласовано с начальником лагеря и утверждено директором МБОУ «Саралинская СОШ» Гребеньковой О.В.

Технологические карты представлены на каждый день с учетом возрастных норм, выхода блюд, сезонности в соответствии с СанПиН 2.3./2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в образовательных учреждениях».

Для детей всех возрастных групп предусматривается единое меню, различающееся только массами порции (выходами) блюд и кулинарных изделий, что должно снизить издержки по организации питания на одном пищеблоке образовательного учреждения, обеспечить возможность приготовления блюд «в одном котле» с последующим дифференцированным порционированием, упростить проведение необходимых расчетов (калькуляции) и оформления документации.

Цикличным меню предусмотрено двухразовое питание (завтрак и обед)

При разработке рациона питания и меню был учтен опыт учреждений с дневным пребыванием детей, в т.ч. принимались во внимание возможности поставки тех или иных продуктов по дням недели, трудоемкость различных блюд, загруженность технологического оборудования.

Цикличное меню содержит последовательность блюд, кулинарных изделий и пищевых продуктов, непосредственно используемых в питании обучающихся, распределенную по приемам пищи дни и недели, пришедшиеся на праздничные и выходные дни, пропускаются. Меню должно выполняться последовательно, по дням недели. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания разрешается проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов.

Методические рекомендации "Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации", утверждены руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека - Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 22.07.2021.

Рацион питания для воспитанников сбалансирован с учетом «Норм физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации» (МР 2.3.1.0253-21МР от 22.07.2021 г.) и предусматривает удовлетворение не

менее 80% от суточной потребности детей соответствующего возраста в пищевых веществах и энергии за счет четырехразового питания. Рацион питания оптимизирован по содержанию макро- и микронутриентов.

В соответствии

- Федерального закона от 02.01.2000 № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов» (ред. от 01.03.2020);

- Федерального закона от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» (ред. 26.07.2019);

- Доктрины продовольственной безопасности Российской Федерации, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 21.01.2020 № 20;

- Стратегии повышения качества и безопасности пищевой продукции Российской Федерации до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.06.2016 № 1364-р;

предусмотрен целый ряд мер, направленных на обеспечение потребности детей и подростков в необходимых микронутриентах (витаминах и минеральных веществах), в частности предусмотрено использование обогащенных микронутриентами продуктов промышленного производства (молока, хлеба, соков и напитков и др.), а также витаминизация третьих блюд (компотов). В результате комплексного обогащения рациона питания микронутриентами, удовлетворяется до 100% потребности детей и подростков в основных микронутриентах, необходимых для сохранения и укрепления здоровья, их гармоничного роста и развития.

Меню разработано в соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, вошедшие в меню, обеспечивают их высокую пищевую и биологическую ценность, специально адаптированы для питания с учетом функциональных особенностей детского организма, принципов щадящего питания, предусматривающих механическое, химическое и термическое щажение. Из рецептов исключены острые (жгучие) специи. Уксус, маргарин и другие продукты, запрещенные или не рекомендованные для использования в питании обучающихся. Ограничено использование поваренной соли и сахара, как ведущих факторов риска основных алиментарно-зависимых неинфекционных заболеваний, имеющих наибольшее социально-гигиеническое значение.

Большинство рецептов и технологий приготовления блюд и кулинарных изделий, включенных в меню, а также само меню отвечают принципам лечебного (диетического) питания. В меню не используются пищевые продукты, являющиеся облигатными аллергенами (вызывающие аллергические проявления у значительного количества детей). Исключение из рациона питания (или замены) пищевых продуктов, вызывающих у отдельных детей аллергические реакции, пищевой непереносимости и т.п., осуществляется в индивидуальном порядке, на основании заключения врача-аллерголога (педиатра).

В примерном четырнадцатидневном меню возможны изменения, которые могут быть связаны с резким повышением цен у поставщиков продуктов. Изменения возможны в замене продуктов питания для некоторых вторых блюд.

Примерное двухнедельное меню - день 1

День : 2 июня, понедельник

Категория: дети 12 -16лет

[illegible]

Примерное двухнедельное меню - день 2

День : 3 июня, вторник

Категория: дети 12-16 лет

[illegible]

Примерное двухнедельное меню - день 3

День : 4 июня, среда

Категория : дети 12-16 лет

[illegible]

Примерное двухнедельное меню - день 4

День : 5 июня, четверг

Категория: дети 12-16 лет

[illegible]

Примерное двухнедельное меню - день 5

День : 6 июня, пятница

Категория: дети 12-16 лет

[illegible]

Примерное двухнедельное меню - день 6

День : 7 июня, суббота

Категория: дети 12-16 лет

[illegible]

Примерное двухнедельное меню - день 7

День : 8 июня, воскресенье

Категория: дети 12-16 лет

[illegible]

Категория: дети 12-16 лет

[illegible]

Примерное двухнедельное меню - день 9

День : 10 июня, вторник

Категория: дети 12-16 лет

[illegible]

Примерное двухнедельное меню - день 10

День : 11 июня, среда

Категория : дети 12-16 лет

[illegible]

Примерное двухнедельное меню - день 11

День : 12 июня, четверг

Категория : дети 12-16 лет

[illegible]

Примерное двухнедельное меню - день 12

День : 13 июня, пятница

Категория: дети 12-16 лет

[illegible]

День : 14 июня, суббота

Категория: дети 12-16 лет

[illegible]

Примерное двухнедельное меню - день 14

День : 15 июня, воскресенье

Категория: дети 12-16 лет

[illegible]