

Пояснительная записка к примерному циклическому 10^{ти} дневному меню для детей возрастной категории 7 – 11 лет завтрак и обед

Пояснительная записка к примерному циклическому 10ти дневному меню для детей возрастной категории 7 – 11 лет завтрак и обед.

Примерное циклическое 10^{ти} дневное меню составлено на основании нормативных документов и методических рекомендаций: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», СанПиН 2.3.2.1324-03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов», Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации обучающихся общеобразовательных организаций».

При составлении примерного перспективного 10^{ти} дневного меню учтены:

- рекомендуемый среднесуточный набор пищевой продукции (Приложение №7 Таблица №2);
- масса порций для детей в зависимости от возраста (Приложение №9 Таблица №1);
- суммарные объемы блюд по приемам пищи (Приложение №9 Таблица №3);
- замена пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности (Приложение №11);
- возраст детей и время их пребывания;
- физиологические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии (МР 2.4.0179-20 п.п. 2.3, 2.4, 2.6.1);
- распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в зависимости от времени пребывания в организации (Приложение №10 Таблица №3) - Общеобразовательные организации и организации профессионального образования с односменным режимом работы (первая смена) при допустимом отступлении от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% (п.8.1.2.3 СП 2.3/2.4.3590-20);
- разнообразие ассортимента блюд оптимальное соотношение пищевых продуктов (белков, жиров, углеводов);
- сочетаемость продуктов питания.

При составлении примерного перспективного 10^{ти} дневного меню учтены: рекомендуемый среднесуточный набор продуктов питания, возраст детей и время их пребывания, физиологические потребности детей в основных пищевых веществах и энергии, разнообразие ассортимента блюд оптимальное соотношение пищевых продуктов (белков, жиров, углеводов), сочетаемость продуктов питания, сроки хранения и реализации особо скоропортящихся продуктов.

В примерном меню учтено рациональное распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи. Для обучающихся образовательных учреждений организована выдача завтрака (20 – 25% потребности в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных учреждений) или обеда (30-35% потребности в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных учреждений). Общее время нахождения детей в образовательных учреждениях составляет 6 часов. График приема пищи для учащихся 1 смены - завтрак 9.30 – 11.00, для учащихся 2 смены - обед 13.30 – 14.30. Время приема пищи составляет 20 минут.

На основании примерного перспективного 10^{ти} дневного меню составляется ежедневное меню, которое утверждается директором учреждения. На пищеблоках столовой имеется необходимое технологическое оборудование (холодильники, электроплиты, электромясорубка, пекарский шкаф и др.). На пищеблоках работают повара, имеющие специальное профессиональное образование и действующие личные медицинские книжки.

Приготовление блюд осуществляется с использованием технологических карт, разработанных на основании сборников рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А.

При приготовлении кулинарных изделий, представляющих собой пищевой продукт или сочетание продуктов, доведенных до кулинарной готовности, соблюдаются следующие требования:

- при перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, используется кухонный инвентарь, не касаясь продукта руками;
- при изготовлении картофельного пюре используется механическое оборудование;
- масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, предварительно подвергается термической обработке (растапливается и доводится до кипения);
- яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды;
- яйцо используется для приготовления блюд из яиц, а также в качестве компонента в составе блюд;
- запеканки и пудинги готовят в жарочном шкафу или пароконвектомате – 20-30 минут при температуре 220-280°С слоем не более 3-4 см;
- гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки.

При приготовлении блюд используются высококачественные продукты питания. Показатели безопасности и пищевой ценности продуктов питания соответствуют нормативным документам Российской Федерации, показатели качества – соответствуют предусмотренным национальным стандартам Российской Федерации. Продукция, используемая при приготовлении блюд, генно-модифицированные организмы (ГМО) не содержит.