

Пояснительная записка
к примерному меню
завтраков и обедов в двух вариантах для обучающихся 1-4-х классов об-
разовательных учреждений в Кемеровской области-Кузбассу
Сезон: осенний

Для согласования в Управление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Кемеровской области – Кузбассу направлены меню завтраков и обедов для обучающихся 1-4-х классов для образовательных учреждений (сезон осенний), разработанные специалистами в области организации питания из г. Новокузнецка, г. Междуреченска, Кемеровского муниципального района и г. Кемерово (МАУ «Школьное питание»):

1. Примерное 20-дневное меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов с расчетами. Возрастная группа: 7-11 лет. Сезон: осенний. Вариант № 1;
2. Примерное 20-дневное меню обедов для обучающихся 1-4-х классов с расчетами. Возрастная группа: 7-11 лет. Сезон: осенний. Вариант № 1.;
3. Примерное 20-дневное меню обедов для обучающихся 1-4-х классов с расчетами. Возрастная группа: 7-11 лет. Сезон: осенний. Вариант № 2.;
4. Примерное 24-дневное меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов с расчетами. Возрастная группа: 7-11 лет. Сезон: осенний. Вариант № 1.;
5. Примерное 20-дневное меню обедов для обучающихся 1-4-х классов с расчетами. Возрастная группа: 7-11 лет. Сезон: осенний. Вариант № 1.;
6. Примерное 20-дневное меню обедов для обучающихся 1-4-х классов с расчетами. Возрастная группа: 7-11 лет. Сезон: осенний. Вариант № 2.;

Представленные меню разработаны для организации питания в образовательных учреждениях для обучающихся 1-4-х классов. Меню разработано с учетом оптимальной количественной и качественной структуры питания,

гарантированной безопасности, физиологической и кулинарной обработки продуктов и блюд, физиологически обоснованного режима питания, сезонности, необходимого количества основных пищевых веществ и требуемой калорийности суточного рациона, дифференцированного по возрастным категориям. Примерное меню разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08 и рекомендациями МР 2.4.0179-20 по массе порций блюд, их пищевой и энергетической ценности, суточной потребности в основных витаминах и микроэлементах, исключая повторение одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или последующие 2 дня и отсутствием запрещенных продуктов.

Примерное 20-дневное меню разработано для обучающихся начальных классов для 5-дневной учебной недели, 24-дневное меню разработано для 6-дневной учебной недели.

Завтраки разработаны для обучающихся 1-4-х классов первой смены, которые будут питаться во вторую или третью перемены (9:30-11:00).

Обеды разработаны для обучающихся 1-4-х классов второй смены, которые будут питаться по времени 12:30-13:30, замена обеда завтраком не допускается. Вариант № 1 разработан для столовых ОУ с холодными цехами, в меню включены салаты. Вариант № 2 разработан для столовых ОУ без холодных цехов, с выделением в горячем цехе участка для приготовления холодных закусок (вместо салатов в меню включены свежие фрукты, порционные овощи).

Продолжительность перемены для приема пищи составляет не менее 20 минут.

Производство готовых блюд осуществляется в столовых общеобразовательных учреждений Кемеровской области - Кузбасса, оснащенных холодильным, тепловым, технологическим оборудованием в соответствии с требованиями санитарных норм и правил.

Все столовые делятся на:

- Столовые, работающие на полном цикле. Они имеют дополнительные производственные цеха и необходимое оборудование для первичной

обработки продовольственного сырья. Все поступающее продовольственное сырьё (мясо, рыба, птица, овощи) соответствуют требованиям качества и безопасности по всем показателям. Из полученного сырья вырабатываются готовые блюда из мяса, птицы, рыбы. Путем дефростации, и нарезки согласно технологическому процессу. Овощи перебираются, моются, механически очищаются, и нарезаются согласно технологическому процессу. Также столовые в своем составе имеют мучные цеха (участки), где выпекаются мелкоштучные хлебо-булочные изделия.

- Столовые (догоотовочные), работающие на полуфабрикатах. Полуфабрикаты изготавливаются на школьных базовых столовых (ШБС) или в цехах комбинатов питания.
- Заготовочные ШБС и комбинаты питания имеют дополнительные производственные цеха и необходимое оборудование для первичной обработки продовольственного сырья. На производство поступает продовольственное сырьё (мясо, рыба, птица, овощи) соответствующее требованиям качества и безопасности по всем показателям. Из полученного сырья вырабатываются полуфабрикаты: мясо, птица, рыба. Путем дефростации, нарезки согласно технологическому процессу и вакуумированию. Овощи перебираются, моются, механически очищаются, нарезаются согласно технологическому процессу вакуумируются. Далее полуфабрикаты транспортируются в специализированных автомобилях-рефрижераторах в столовые – доготовочные (пищевые блоки школ), где непосредственно осуществляется приготовление блюд. Также в ШБС и комбинатах питания работают мучные цеха, где выпекаются мелкоштучные хлебо-булочные изделия, которые потом тоже доставляются специализированным транспортом (хлебовозки) в доготовочные столовые.

В школьных столовых приготовление блюд в соответствии с меню производится как на современном высокотехнологичном оборудовании (в пароконвектоматах, конвекционных печах) с соблюдением принципов щадящего

питания, т.е. блюда готовятся на пару, тушатся или запекаются, так и на классическом тепловом оборудовании (жарочных шкафах, электросковородах), но с соблюдением принципов щадящего питания, т.е. тушатся или запекаются. Такие способы приготовления позволяют использовать малое количество жиров, для того чтобы сохранить в блюдах витамины и минералы.

Во всех пищеблоках ОУ состав производственных, складских, административно – бытовых помещений индивидуальный, но с соблюдением точности технологических процессов и требований санитарного законодательства. В ряде пищеблоков все цеха выделены отдельными помещениями: горячий цех, холодный цех, овощной цех, мясо – рыбный цех, склад сыпучих продуктов, холодильные и морозильные камеры для хранения сырья, линия раздачи, буфетная зона, моечные столовой и кухонной посуды, комната уборочного инвентаря, загрузочная, гардероб для персонала, душевая и санузел для персонала. В некоторых пищеблоках используется принцип зонирования, для соблюдения санитарного законодательства.

Все производственные цеха оснащены технологическим оборудованием согласно классификации: механическое, тепловое, холодильное нейтральное и весо – измерительное оборудование:

- горячий цех – производственные столы не менее 2-х для сырой и готовой продукции, плита электрическая, электрический котел, пароконвектомат (конвекционная печь) или жарочный шкаф, универсально – кухонная машина для измельчения готовой продукции с разными насадками, электрические весы, моечные ванны, раковина для мытья рук, стол – купе для хранения хлеба, бактерицидная лампа, полки для досок, полки, стеллажи, шкафы холодильные для хранения суточных проб и суточного запаса;
- холодный цех - производственные столы не менее 2-х, электрические весы, моечная ванна, раковина для мытья рук, полка для досок, полка, шкаф холодильный, бактерицидная лампа, в нескольких школах холодный цех отсутствует, но в горячем цехе имеется участок (стол) для приготовления холодных закусок;

- овощной цех - производственные столы не менее 2-х, электрические весы, моечные ванны, раковина для мытья рук, полка для досок, полка, шкаф холодильный;
- мясо – рыбный цех - производственные столы не менее 3-х, электрические весы, моечные ванны не менее 2-х, раковина для мытья рук, полка для досок, полка, шкаф холодильный и низкотемпературный, мясорубка, емкости для обработки яиц;
- склад сыпучих продуктов – стеллажи, подтоварники, гигрометр;
- холодильные и морозильные камеры для хранения сырья - стеллажи, подтоварники;
- линия раздачи – мармиты для первых и вторых блюд, холодильная витрина для холодных закусок, нейтральный стол, прилавок для приборов и подносов;
- буфетная зона – буфетная стойка с полками, стол производственный, шкаф
- холодильник со стеклом, кассовое оборудование, раковина для мытья рук;
- моечная столовой посуды – производственный стол с моечной ванной для грязной посуды к посудомоечной машине, посудомоечная машина купольного типа, стол для чистой посуды, моечная ванная трехсекционная для тарелок, моечная ванная двухсекционная для стаканов и приборов, участок для обработки термоконтейнеров, оборудованный сливным трапом и бортиками, смесителем с гибким душем, душирующие устройства не менее 3-х штук, стеллажи для столовой посуды, раковина для мытья рук;
- моечная кухонной посуды – двухсекционная ванная с душирующим устройством (котломойка), стеллаж, раковина для мытья рук;
- кладовая уборочного инвентаря – душевой поддон с гибким шлангом, раковина для мытья рук, стеллаж;
- гардероб, душевая, санузел для персонала – шкафы для верхней и санитарной одежды, душевой поддон или душевая кабина, емкость для грязной санитарной одежды, унитаз, раковина для мытья рук;
- загрузочная – тепловая завеса, подтоварник или стеллаж, моечная ванна.

В малокомплектных столовых ОУ при условии отсутствия необходимого технологического оборудования для приготовления рубленых изделий из мяса, рыбы, птицы, супов – пюре и протертых гарниров, например картофельного пюре, такого как универсально – кухонные машины для измельчения готовых блюд и мясорубки, только в меню завтраков и обедов (вариант № 2) предусмотрена замена:

- супы – пюре заменены на супы, в которых по технологии приготовления процесс измельчения исключен;
- рубленые изделия из мяса, рыбы, птицы заменены на аналогичные блюда из мелкокускового и порционного сырья, исключая процесс измельчения;
- картофельное пюре заменен на блюда из картофеля отварного или запеченного.

Производство готовых блюд осуществляется согласно технико-технологическим картам, в которых отражена рецептура и технология блюд, обеспечивающая безопасность приготавливаемых блюд и их пищевую ценность. Техничко – технологические карты представлены согласно списка в количестве 129 шт (Приложение 1).

Все повара 3-6 разрядов столовых ОУ имеют профессиональное образование. ОУ в процессе получения профессиональных навыков дают знания по подготовке сырья в соответствии с нормативно – технической документации (сборники технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, СанПиНы).

Обработка сырья на пищеблоках проводится согласно инструкциям, которые размещаются на рабочих местах в каждом производственном цехе согласно технологическому процессу:

- обработка яиц;
- обработка свежих овощей, зелени и фруктов;
- обработка колбасных изделий;
- обработка потребительской упаковки, тетрапаков, консервированной продукции.

Все инструкции по обработке сырья представлены в Приложении 2.

Витаминизация третьих блюд проводится под контролем медицинского работника, а при его отсутствии заведующего производством согласно п. 14,8. СанПиН 2.4.5.2409-08. Компоты витаминизируются непосредственно перед раздачей с помощью витамина С (аскорбиновая кислота) из расчета 60 мг на порцию для детей до 11 лет, согласно приложению 4 СанПиН 2.4.5.2409-08. Препарат вводят в третье блюдо (компот) после его охлаждения до температуры $+15^{\circ}\text{C}$ в холодном цехе непосредственно перед раздачей. Витаминизированные блюда не подогреваются. Данные о витаминизации блюд заносятся медицинском работником в журнал проведения витаминизации блюд (форма 4 приложения № 10 СанПиН 2.4.5.2409-08). Согласно информации производителя, размещенной на этикетке препарата с аскорбиновой кислотой (витамина С), содержимое пакетика растворяют в 200 мл свежеекипяченной охлажденной воды, а затем вводят в третье блюдо.

Прием пищевых продуктов и продовольственного сырья сотрудниками столовых ОУ осуществляется при наличии документов, гарантирующих качество и безопасность пищевых продуктов.

Для реализации принципов здорового питания в меню включены сезонные фрукты (яблоки, груши, слива, виноград) и компоты из свежих ягод широкого ассортимента (клубника, вишня, жимолость, смородина, черноплодная рябина, кизил). Фрукты выдаются поштучно.

Для обеспечения биологической ценности в питании детей в меню включены витаминизированные плодово – ягодные напитки и кисели (клюквенные, яблочно – смородиновые, облепиховые).

Пищевые блоки оснащены достаточным количеством кухонного инвентаря и посуды (кастрюли и баки с крышками для приготовления 1-2-3-х блюд и соусов, противни и гастроемкости с крышками, для раздачи готовых блюд разливательные ложки и соусники с мерными метками, половники с мерными метками).

Директор МАУ «Школьное питание»

А. Ю. Панькова