

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
Образовательных учреждений Чердынского городского округа
2021-2022 учебный год

г. Чердынь, 2021 г

Пояснительная записка
к 10-дневному меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория 7-11 лет и 12-18 лет

Разработанные рационы питания (в дальнейшем - меню) предназначены для обучающихся в ОО Чердынского округа Пермского края. Возрастные группы детей и подростков от 7 до 11 и от 12 до 18 лет. Питание 2-х разовое (завтрак, обед) на летне-осенний и зимне-весенний сезоны года. При разработке рациона питания для детей и подростков использованы следующие официальные документы: 1. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации: Метод. рекомендации № 2.3.1.2432-08. – М., 2008. 2. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" от 27 октября 2020 года № 32 3. единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ ФГБОУ ВО «Пермский гос. мед. университет» им.акад.Е.А.Вагнера Минздрава России ООО «Уральский региональный центр питания». 2018г 4. ГОУ ПВО «Пермская гос. мед. академия им.акад.Е.А.Вагнера» и ООО «Уральский региональный центр питания», г.Пермь,2011г 5. единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ ФГБОУ ВО «Пермский гос. мед. университет» им.акад.Е.А.Вагнера Минздрава России ООО «Уральский региональный центр питания», 2013г 6.

Основой для составления примерного 10-дневного меню стал рекомендуемый набор продуктов (РНП), представленный в СанПиН 2.3/2.4.3590-20. При организации двухразового питания детей в образовательных учреждениях рекомендуемый суточный набор СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учтены требования касающиеся разнообразия блюд, объема выхода порций в соответствии с возрастом детей и подростков. Примерный набор продуктов, используемых в меню, не содержит пищевые продукты, запрещенные в питании детей. Меню составлено в соответствии с объемно-планировочными решениями пищеблоков, набором помещений и набором оборудования. В целях профилактики иерсинеозов, после 01 марта овощи урожая прошлого года следует использовать только после термической обработки. Завтрак состоит из закуски (бутерброды с сыром, маслом, повидлом, яйцо вареное, сосиски отварной, фрукта), горячего блюда (каши, омлет, запеканки) и горячего напитка. Обед состоит из закуски (порционные овощи, консервированные овощи), первого блюда (разнообразные супы), второго блюда (блюда из мяса, рыбы, птицы с гарнирами из круп и овощей) и напитка (компоты). В меню не включены кисломолочные продукты, так как использование

кальцийсодержащих продуктов рекомендовано включать в вечерний прием пищи. Предлагаемое меню позволяют выполнить главную функцию пищи - обеспечение растущего организма ребенка, в период пребывания в школе, энергией, основными пищевыми веществами, витаминами и минералами в соответствии с МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологической потребности в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации» и требованиям СанПиН 2.4.5.2409–08. В меню учитывается рациональное распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи и оптимальное соотношение пищевых веществ: белков, жиров, углеводов.

При составлении меню были использованы вышеуказанные сборники технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации» (Пермь, 2011,2013, 2018 гг). В меню представлены блюда, с соответствующими номерами рецептов из данного Сборника. При увеличении или уменьшении выхода блюда, нормы закладки продуктов пересчитываются соответственно.