



УТВЕРЖАЮ
Генеральный директор
ООО «Малые вкусы»
М.Г. Сыкова

СОГЛАСОВАНО



Руководитель ТУ Роспотребнадзора
и главный санитарный врач по
Тюменской области
Г.В. Шарухо

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ _____

Примерное двадцатидневное меню
Горячих завтраков для детей с 12 лет до 18 лет
(сезон осень, зима, весна)

г. Тюмень, 2019г.

ПРИМЕРНОЕ 20 - ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ГОРЯЧИЕ ЗАВТРАКИ для детей с 12 лет до 18 лет (сезон осень, зима, весна)

Меню содержит обязательные вложения - титульный лист, накопительную ведомость, анкетацию, таблицу по соли и специям.

1 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины			Минералы, мг			
Бутерброд с повидлом (№2-2011)	масло сливочное 72,5 %	5,00	5,00											
	повидло	15,00												
	хлеб пшеничный	20,00	20,00											
Каша жидкая молочная (№182-2011)			200/10	2,61	9,90	28,23	180,00	1,17	0,02	0,0	0,0	22,0	123,5	25,94
	крупа рисовая	25,00												
	вода	86,00												
	молоко питьевое 2,5% жирности	96,00												
	сахар песок	5,00												
	масса каши	200,00												
	масло сливочное 72,5 %	10,00												
Сырники из творога (№231-2011)			200	17,30	8,00	26,48	297,00	10,20	0,29	0,12	2,40	261,00	283,00	40,00
	творог	175,74												
	крупа манная	41,00												
	ванилин	0,01												
	сахар песок	17,00												
	масса полуфабриката	232,00												
	сахарная пудра	1,00												
	масло растительное	1,20												
Чай с лимоном (№377-2011)			200/2	0,01	0,00	9,98	39,98	4,03	0,00	0,00	0,00	7,00	2,80	1,40
	чай заварка	0,50												
	вода питьевая	200,00												
	сахар песок	12,00												
	лимон	2,28												
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			20	1,12	0,22	11,58	47,00	0,00	0,01	0,01	0,45	5,90	17,71	4,20
ИТОГО:			22,48	21,98	95,11	678,22	17,32	0,35	0,21	2,88	299,20	431,51	72,59	4,11

2 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ					
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины			Минералы, мг		
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор
Овощи на полдзгг													

СВЕТЛАНА
СНЕЦОВА

Чай с сахаром, вареньем, повидлом (№376-2011)		200	0,85	0,03	13,60	56,80	0,45	0,01	0,00	0,20	10,10	40,44	0,01	0,01
чай заварка	0,50	0,50												
сахар песок	12,00	12,00												
или повидло, варенье	16,00	16,00												
вода	180,00	180,00												
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов		30	1,12	0,22	13,50	66,30	0,00	0,07	0,00	0,26	4,70	15,29	4,20	0,20
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов		30	1,32	0,26	13,50	66,30	0,00	0,01	0,01	0,45	5,90	17,71	4,20	0,20
ИТОГО:			23,52	22,68	90,29	650,93	19,23	0,31	0,28	2,73	284,12	422,63	76,52	3,90

3 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины					Минералы, мг		
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Бутерброд с маслом и сыром (№3-2011)			20/5/11	4,08	4,70	9,14	105,00	0,08	0,04	0,060	0,04	85,70	56,10	4,55	0,55
хлеб пшеничный			20,00												
сыр сулугуни			11,11												
масло сливочное 72,5 %			5,00												
Суп Борщ с мясом и сметаной (№ 170-2005)			250/20/5	7,30	6,90	20,00	220,00	16,00	0,16	0,00	0,80	92,00	172,00	44,00	2,20
говядина гуляш			33,60												
масса отварного мяса				20,00											
картофель - 01.09.-31.10.-25%			33,25												
01.11.-31.12.-30%			35,75												
01.01-29.02.-35%			38,50												
01.03.-40%			41,75												
капуста белокочанная свежая			25,00												
свекла - до 01.01.-20%			50,00												
с 01.01.-25%			53,20												
морковь до 01.01.-20%			16,25												
с 01.01.-25%			17,29												
томатная паста (без консервантов и красителей)			3,25												
лук репчатый			11,90												
лавровый лист			0,01												
масло растительное			3,00												
сметана			5,00												
соль йодированная			1,50												
сахар песок			1,75												
Пирог Царский (№85-2006)			90	7,50	9,00	34,23	183,00	0,13	0,13	0,04	0,00	41,00	48,00	12,33	1,02
масло сливочное 72,5 %			11,00												
мука пшеничная в/с			32,00												
сода пищевая			0,20												
лимонная кислота			0,11												
вода питьевая			0,20												
сахар песок			10,00												
яйцо куриное			12,00												
творог 9%			39,00												

СОТЛАС-ВАН
СПЕЦИАЛИСТ

6 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Кукуруза консервированная (№ 245-2006)			60	1,28	0,11	4,51	25,00	3,27	0,04	0,00	0,00	7,90	29,31	14,10	0,40
кукуруза консервированная	99,00	60,00													
Гречка по купечески (№220-2005)			200	3,00	13,80	24,90	247,00	3,50	0,01	0,09	0,00	8,20	88,00	9,90	1,00
Грудка куриная н/к	52,50	50,00													
масса готового фарша		40,00													
крупа гречневая	48,00	48,00													
вода для варки	130,00	130,00													
морковь, до 01.01.-20%	21,25	17,00													
с 01.01 - 25%	22,61	17,00													
лук репчатый	16,66	14,00													
масса пассерованных овощей		20,00													
соль йодированная	1,75	1,75													
масло растительное	5,00	5,00													
Сырники из творога (№231-2011)			200	17,30	8,00	26,48	297,00	10,20	0,29	0,12	2,40	261,00	283,00	40,00	1,75
творог	175,74	174,00													
крупа манная	41,00	41,00													
сахар песок	17,00	17,00													
ванилин	0,01	0,01													
сахарная пудра	1,00	1,00													
масса полуфабриката		232,00													
масло растительное	1,20	1,20													
Чай с сахаром (№ 268-2004)			200	0,01	0,00	9,98	39,98	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,30
чай заварка	0,50	0,50													
вода питьевая	200,00	200,00													
сахар песок	10,00	10,00													
Хлеб пшеничный или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			25	1,97	0,22	11,50	56,74	0,00	0,02	0,00	0,45	4,70	26,00	3,29	0,20
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			30	1,32	0,26	13,50	66,30	0,00	0,01	0,01	0,45	5,90	17,71	4,20	0,20
ИТОГО:			21,88	22,39	90,87	711	17,00	0,35	0,22	3,00	298,80	446,82	72,89	3,85	
7 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав				Наименование пищевых веществ								
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Овощи на поджаривку :															
Овощи натуральные свежие (№ 71-2011)			100	0,67	3,65	1,80	11,00	7,00	0,03	0,00	2,00	17,50	40,33	25,00	0,02
помидоры свежие грунтовые	105,00	100,00													
или помидоры свежие парниковые	105,00	100,00													
ИЛИ															
Овощи натуральные соленные (№ 70-2011)			100	0,80	0,11	2,03	13,60	7,60	0,02	0,03	0,09	22,60	36,00	16,80	0,60

СОТ. АССОВАНО
СРЕДНАЛИСТ

Питом с мясом (№ 265-2011)		167,00	90	200	13,90	10,20	24,97	338,00	4,60	0,15	0,10	2,29	220,00	357,00	40,39	2,80
Грудин куриная (без кожи и костей)		84,38	62,50													
или говядина гуляш		84,00	80,00													
Мясо тушеного мяса		56,00	51,00													
Крупы рисе пропаренный		51,00	51,00													
Вода питьевая		110,00	110,00													
соль йодированная		1,50	1,50													
Морковь, до 01.01.-20%		31,25	25,00													
с 01.01.-25%		33,25	25,00													
Дук репчатый		11,90	10,00													
ТОМАТНАЯ ПАСА (без консервантов и красителей)		5,00	5,00													
Масло растительное		5,00	5,00													
Чай с лимоном (№377-2011)				200/2	0,01	0,00	9,98	39,98	4,03	0,00	0,00	0,00	7,00	2,80	1,40	0,30
чай заварка		0,50	0,50													
Вода питьевая		200,00	200,00													
сахар песок		10,00	10,00													
лимон		2,28	2,00													
Слойка с помидом (№ 418-2011)				50	4,43	12,00	31,20	150,00	1,00	0,09	0,09	0,00	25,10	0,00	6,84	0,09
тесто слоеное промороженного производства		50,00	50,00													
помидор		13,00	13,00													
яйцо куриное		0,60	0,60													
дука пшеничная в/с		0,60	0,60													
масло растительное		0,50	0,50													
Хлеб ржаной или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов		30	30	1,32	0,26	13,50	66,30	0,00	0,01	0,00	0,25	5,90	27,71	4,20	0,20	
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов		30	30	1,12	0,22	13,50	68,00	0,00	0,07	0,00	0,26	4,70	15,29	4,20	0,20	
ИТОГО:				21,58	22,79	95,18	675,88	17,23	0,34	0,22	2,89	285,30	438,80	73,83	4,19	
8 ДЕНЬ																
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав										Наименование пищевых веществ			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Овощи на полтарировку:																
Нарезка из отварной свеклы (№ 44-1906)			100	1,10	0,20	6,20	42,00	8,00	0,01	0,08	0,10	40,30	43,00	16,00	1,00	
свекла - до 01.01.-20%	136,25	109,00														
с 01.01.-25%	144,97	109,00														
мясо отварной свеклы		100,00														
затем свекла	0,68	0,50														
Гуляш из мяса (№260-2011)			120	11,50	19,80	9,50	210,00	8,20	0,15	0,13	1,70	212,00	318,00	26,00	2,60	
говядина гуляш	105,00	100,00														
томатная паса (без консервантов и красителей)	5,00	5,00														
дук репчатый	7,14	6,00														
мука пшеничная в/с	2,00	2,00														
соль йодированная	1,00	1,00														
масло растительное	3,00	3,00														

		30.00																	
Макаронные отварные (№309-2011)																			
Макаронные отварные		63,00	63,00	180	6,90	2,28	33,00	211,00	0,00	0,08	0,00	0,40	18,00	34,50	10,08	0,12			
соль йодированная		1,14	1,14																
вода питьевая		216,00	216,00																
масло сливочное 72,5 %		6,00	6,00																
Чай с молоком и сахаром (№685-2004)				200	1,55	1,28	14,41	75,64	0,70	0,01	0,08	1,60	25,00	0,00	9,80	0,08			
чай черный		0,50	0,50																
сахар песок		12,00	12,00																
молоко питьевое 2,5% жирности		100,00	100,00																
вода питьевая		100,00	100,00																
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов				30	1,32	0,26	13,50	66,30	0,00	0,01	0,00	0,45	5,90	17,71	4,20	0,20			
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов				30	1,12	0,22	13,50	66,30	0,00	0,07	0,00	0,26	4,70	15,29	4,20	0,20			
ИТОГО:				23,49	24,04	90,11	671,24	16,90	0,33	0,29	4,51	305,90	428,50	70,23	4,20				
9 день																			
Наименование блюда		Брутто, г		Нето, г		Химический состав					Наименование пищевых веществ								
						Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины					Минералы, мг			
											С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Брускет с маслом и сыром (№3-2011)						20/5/11	4,08	4,70	9,14	105,00	0,08	0,04	0,060	0,04	85,70	56,10	4,55	0,55	
масло сливочное 72,5 %		5,00	5,00																
сыр сулугуни		11,11	11,00																
хлеб пшеничный		20,00	20,00																
Горбуша под овантами (№90-2011)						100	10,70	11,80	21,50	177,70	13,10	0,22	0,00	1,10	112,00	252,00	30,10	1,92	
горбуша с/м с/т (филе с кожей без костей)		114,74	80,80																
масло растительное		2,00	2,00																
соль йодированная		1,00	1,00																
лук репчатый		11,90	10,00																
морковь до 01.01.-20%		32,50	26,00																
с 01.01 - 25%		34,58	26,00																
томатная паста (без консервантов и красителей)		3,00	3,00																
вода питьевая		7,50	7,50																
Пюре картофельное (№312-2011)						180	3,90	5,20	26,41	172,51	3,80	0,00	0,19	1,08	76,00	84,19	30,10	0,88	
картофель - 01.09.-31.10.- 25%		204,29	153,60																
01.11.-31.12.-30%		219,65	153,60																
01.01-29.02 - 35%		235,01	153,60																
01.03 - 40%		256,51	153,60																
соль йодированная		1,20	1,20																
молоко питьевое 2,5% жирности		28,35	27,00																
масло сливочное 72,5 %		6,00	6,00																
Чай с сахаром (№368-2004)						200	0,01	0,00	9,98	39,98	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,30	
чай заварка		0,50	0,50																
вода питьевая		200,00	200,00																
сахар песок		10,00	10,00																
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов				30	1,32	0,26	13,50	66,30	0,00	0,01	0,00	0,45	5,90	17,71	4,20	0,20			

СОВЕТСКОЕ
СНОВАНИЕ

Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов	40	1,60	0,25	15,00	95,00	0,00		0,00	0,26	4,70	15,29	4,20	0,20
ИТОГО:		21,61	22,21	95,53	656,49	17,01	0,34	0,22	2,93	295,40	428,09	74,55	4,05

10 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Яйцо отварное (№ 209-2011)			40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,00	0,00	0,00	0,00	22,00	0,00	4,80	0,00
Фрикадельки в соусе	40,00	40,00													
ГРУДИКА КУРИНАЯ н/к (филе с кожей без костей)			130	9,00	10,80	20,43	180,00	3,51	0,12	0,20	1,01	25,00	132,00	44,50	1,20
фарш говяжий	35,10	26,00													
или фарш домашний	28,56	28,00													
хлеб пшеничный 60%	55,08	54,00													
вода питьевая	13,50	13,50													
лук репчатый	11,00	11,00													
соль йодированная	8,57	7,20													
яйцо куриное	0,80	0,80													
мука пшеничная	3,00	3,00													
масла п/ф	8,00	8,00													
масло растительное для смазки листа		96,00													
	0,65	0,65													
Соус сметанный (№330-2011)		50													
сметана 15%		12,50													
мука пшеничная	12,50	12,50													
вода питьевая	3,75	3,75													
	37,50	37,50													
Гречка рассыпчатая (№67-2011)			180	4,80	6,33	34,34	224,46	0,36	0,12	0,01	0,77	210,00	221,00	11,88	1,90
крупа гречневая	60,00	60,00													
вода питьевая	128,00	128,00													
масло сливочное 72,5 %	7,00	7,00													
соль йодированная	1,80	1,80													
Напиток "Смородинка" (г/к 190-2018)			200	0,02	0,08	13,44	56,68	40,00	0,02	0,00	0,25	32,00	43,44	5,30	0,70
смородина с/м	20,00	20,00													
сахар песок	10,00	10,00													
вода питьевая	200	200													
Хлеб пшеничный или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			30	1,12	0,22	13,50	66,30	0,00	0,07	0,00	0,45	4,70	15,29	4,20	0,20
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			30	1,32	0,26	13,50	66,30	0,00	0,01	0,00	0,45	5,90	17,71	4,20	0,20
ИТОГО:			21,34	22,29	95,49	656,54	17,50	0,34	0,21	2,92	299,60	429,44	74,88	4,20	

11 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Каша пшеничная с маслом (№264-2013)			200/10	2,01	13,90	28,23	190,00	7,80	0,01	0,08	0,00	20,80	127,30	25,94	1,80
крупа пшеничная	25,00	25,00													

СОТЛАСОВАНО
СНЕРМАНИСТ

Наименование блюда	Брутто, г	Нето, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины					Минералы, мг		
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Овощи на подфаршковку:															
Овощи натуральные соленные (№ 70-2011)			100	0,80	0,11	2,03	13,60	7,60	0,02	0,03	0,09	22,60	36,00	16,80	0,60
Овощи натуральные соленные (№ 70-2011)	167,00	100,00													
Овощи натуральные соленные (№ 70-2011)	167,00	100,00													
Колбаса по-волжски с соусом сметанно-томатным (№83-1996)			100/30	15,60	16,10	27,71	219,00	5,08	0,21	0,01	1,00	185,00	243,95	20,61	2,40
горбуша с/м б/г (филе без кожи и костей)	86,35	55,00													
или сом с/м б/г (филе без кожи и костей)	90,20	55,00													
или минтай с/м (филе без кожи и костей)	74,25	55,00													
грудка куриная н/к (филе с кожей без костей)	58,05	43,00													
или фарш домашний	43,86	43,00													
лук репчатый	11,90	10,00													
соль йодированная	1,00	1,00													
яйло куриное	3,00	3,00													
сахар панировочный	9,00	9,00													
масса полуфабриката		120,00													
масло растительное	1,00	1,00													
Соус сметанно-томатный (тк 601-2004)		30,00													
сметана	5,00	5,00													
паста томатная	3,00	3,00													
мука пшеничная	2,00	2,00													
вода	26,00	26,00													
соль йодированная	0,15	0,15													
Пюре картофельное (№312-2011)			180	3,90	5,20	26,41	172,51	3,80	0,00	0,19	1,08	76,00	84,19	30,10	0,88
картофель - 01.09.-31.10 - 25%	204,29	153,60													
01.11.-31.12. -30%	219,65	153,60													
01.01.-29.02. - 35%	235,01	153,60													
01.03. - 40%	256,51	153,60													
соль йодированная	1,20	1,20													
молоко питьевое 2,5% жирности	28,35	27,00													
масло сливочное 72,5 %	6,00	6,00													
Чай фруктовый (№106-2006)			200	0,78	0,01	13,68	55,88	0,51	0,02	0,00	0,24	10,52	43,44	0,02	0,02
ягодно-яблочная смесь с/м	10,00	10,00													
или ягодно-яблочная смесь "Ягодня" с/м	10,00	10,00													
брусника с/м	10,00	10,00													
сахар песок	12,00	12,00													
вода питьевая	180,00	180,00													
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов			40	1,32	0,26	14,20	90,00	0,00	0,01	0,00	0,45	5,90	17,71	4,20	0,20
Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минералов			40	1,12	0,22	15,00	95,00	0,00	0,07	0,00	0,26	4,70	15,29	4,20	0,20
ИТОГО:			23,52	21,90	99,03	645,99	16,99	0,53	0,23	3,12	304,72	440,58	75,93	4,30	
16 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нето, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	Витамины					Минералы, мг		
								С, мг	В1, мг	А, мкг	Е, мкг	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Бутерброд с маслом (№1-2011)			20/5	1,48	6,17	9,13	98,44	1,92	0,03	0,04	0,03	11,00	96,60	0,00	0,60

СОТЛАС БАНО
СОРЕМАЛМСИ

Хлеб пшеничный или хлеб пшеничный с содержанием витаминов и минерал	30	1,12	0,22	13,50	66,30	0,00	0,00	0,26	4,70	15,29	4,20	0,20
Хлеб ржаной или хлеб ржаной с содержанием витаминов и минералов	30	1,32	0,26	14,50	66,30	0,00	0,01	0,45	5,90	17,71	10,00	0,20
ИТОГО:		21,76	23,42	91,38	705,84	17,50	0,36	2,85	312,60	472,00	71,58	4,10
Соль йодированная в расчете на 1 день	1,50											
ИТОГО в среднем за 20 дней		22,34	23,55	93,37	674,58	17,60	0,34	2,97	296,11	443,35	74,32	4,13
Потребность в пищевых веществах и энергии для детей с 12 лет до 18 лет (25% от суточной потребности)		22,50	23,00	95,75	678,25	17,50	0,35	3,00	300,00	450,00	75,00	4,25
Среднесуточная потребность белков, жиров, углеводов	1	1	4									
Исполнитель: главный технолог	Горбанев Н.А.											
Дата:												

СОВЕРШЕНО
СРЕДМАМСТ

Аннотация

Примерное 20 дневное меню завтраков разработано для питания детей школьного возраста с 12 лет до 18 лет. Нормы потребления рассчитаны в соответствии с Приложением 8, таблица №1 «Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений» СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»

Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом готовом блюде и кулинарном изделии, витаминах и минеральных веществах.

Меню разработано на основании Сборников технологических нормативов и в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08:

- Сборник рецептов блюд и кулинарных и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах –М.: Хлебпродинформ, 2004г.;
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания.-М.: Хлебпродинформ, 1996г.;
- Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции общественного питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, Том 1,2 – Москва, 2006г.
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, -М.: Дели принт, 2011г.
- Сборник технологических нормативов, рецепту блюд и кулинарных изделий – Пермь, 2013 г.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/авт.-сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:А.С.К., 2005 г.
- Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных блюд и кулинарных изделий для детского питания- Уфа, 2010 г.
- Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: методические указания города Москвы, 2007 г.
- Сборнику рецептов для питания детей, 2011г. Г. Екатеринбург

Качество и безопасность продукции, произведенной по рецептурам меню, гарантируется только при соблюдении санитарных норм и правил, правил технологии приготовления блюд и изделий, последовательности технологических процессов, температурного режима, взаимозаменяемости продуктов, кулинарного назначения мясных и рыбных полуфабрикатов, указанных в технологических картах.

Нормы вложения продуктов массой брутто в рецептурах меню рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций:

- Говядина полуфабрикат или говядина 1 категории;
- Мясо птицы;

- Колбасные изделия (сосиски, сардельки, колбаса вареная);
- Рыба мороженая, крупная, неразделанная или потрошенная, конкретно для данного блюда;
- Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12%;
- Яйцо куриное пищевое средней массы 40г без скорлупы;
- Для овощей приняты нормы отходов в соответствии с Приложением № 24 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий 1996г.;
- Соль в рецептурах меню и технологических карт указана для приготовления молочных каш и мучных изделий, закладка соли и специй (лавровый лист), предусмотренная в рецептурах блюд и кулинарных изделий не должна превышать норму потребления в день.
- При приготовлении блюд, предусматривающих замену продуктов, использована таблица №26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».

В меню использованы хлеб и хлебобулочные изделия с содержанием витаминов и минералов, фрукты в свежем виде. Для дополнительного обогащения рациона микронутриентами могут быть использованы в меню специализированные продукты питания, обогащенные микронутриентами, а так же инстантные витаминизированные напитки промышленного выпуска и витаминизация третьих блюд специальными витаминно – минеральными премиксами.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо строго соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд:

- При изготовлении вторых блюд из вареного мяса, птицы, рыбы или отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционное мясо обязательно подвергается вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут;
- Порционированное для первых блюд мясо может до раздачи храниться в бульоне на горячей плите или мармите не более 1 часа;
- При перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками;
- При изготовлении картофельного или овощного пюре следует использовать механическое оборудование;
- Масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растопливаться и доводиться до кипения);
- Яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды, рекомендуется использовать для приготовления блюд из яиц или в качестве компонента в составе блюд;
- Омлеты и запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу, омлеты – в течение 8-10 минут при температуре 180-200 градусов, слоем не более 2,5-3 см.; запеканки -20-30 минут при температуре 180-220 градусов слоем не более 3-4 см.; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре не выше +4 градусов;
- Вареные колбасы, сардельки и сосиски варят не менее 5 минут после закипания;
- Гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении 1:6) без последующей промывки;

- Салаты заправляют непосредственно перед раздачей.

Готовые первые и вторые блюда могут находиться на мармите или горячей плите не более 2 –х часов с момента изготовления, либо в изотермической таре в течение времени, обеспечивающего поддержание температуры не ниже температуры раздачи, но не более 2-х часов.

Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых блюд не допускается.

Горячие блюда (супы, соусы, напитки) при раздаче должны иметь температуру не ниже 75 градусов, вторые блюда и гарниры – не ниже 65 градусов, холодные супы и напитки – не выше 14 градусов.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализоваться в течение одного часа.

Готовые к употреблению блюда из сырых овощей могут храниться в холодильнике при температуре +2+6 градусов не более 30 минут.

Свежую зелень закладывают в блюда во время раздачи. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

При приготовлении блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, тушение, приготовление на пару и в пароконвектомате. При приготовлении блюд не допускается жарка.

В целях профилактики гиповитаминозов проводят круглогодичную искусственную витаминизацию холодных напитков (компоты, кисели и др.) аскорбиновой кислотой, в соответствии с санитарными нормами. Витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом). Подогрев витаминизированной пищи не допускается.

В соответствии с временными рекомендациями «Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных коллективах» утвержденными Главным государственным санитарным врачом по Тюменской области (приказ № 138 от 13.09.2006г.), СанПиН 2.3.2.1293-03 «Гигиенические требования по применению пищевых добавок» , п. 2.12.1:

- Томатное пюре, повидло, кисели и др. продукты использовать без консервантов и искусственных добавок.
- Консервированные овощи (кукуруза, зеленый горошек) для приготовления салатов использовать после термической обработки.
- Консервированные, соленые овощи (огурцы, томаты) для приготовления салатов и других блюд использовать без добавления уксуса, не являющимися закусочными консервами.
- Чеснок добавлять с учетом индивидуальной переносимости.

в приготовлении блюд использовать только йодированную соль, соответствующую требованиям государственных стандартов.

Следует учитывать, что выход фруктов и кондитерских изделий дан в меню ориентировочно. При формировании меню необходимо определять фактический

выход фруктов и кондитерских изделий. Ассортимент кондитерских изделий, разрешенных в питании детей, указан во временных рекомендациях «Ассортимент и технология производства кулинарной продукции для питания детей и подростков в организованных коллективах», утвержденных Главным государственным врачом по Тюменской области (приказ № 138 от 13.09.2006г.)

22

**Расход соли и специй
при приготовлении блюд и изделий**

Блюда	Наименование специй	
	Соль, г	Лавровый лист, г
1	2	5
1. Холодные блюда (на порцию)	2—3	0,01
2. Супы (на 1000 г) ¹	6—10	0,04
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10	—
4. Блюда из круп (на 1 кг крупы)		
гречневая каша:		
рассыпчатая из ядрицы	21	—
вязкая	40	—
пшеничная каша:		
рассыпчатая	25	—
вязкая	40	—
рисовая каша:		
рассыпчатая	28	—
вязкая	45	—
перловая каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	45	—
овсяная каша вязкая	40	—
манная каша вязкая	45	—
кукурузная каша:		
рассыпчатая	30	—
вязкая	35	—
5. Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3—4	—
6. Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30	—
7. Блюда из яиц (на 1 шт.)	0,25	—
8. Блюда из творога (на 1 кг)	10	—
9. Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)	3	0,01
10. Блюда из мяса (на 1 порцию)	4	0,02
11. Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3—5	0,02

¹ Норма закладки соли в молочных супах — 6 г на 1000 г.



В журнале пронумеровано, прошнуровано и скреплено печатью

23 _____ листов